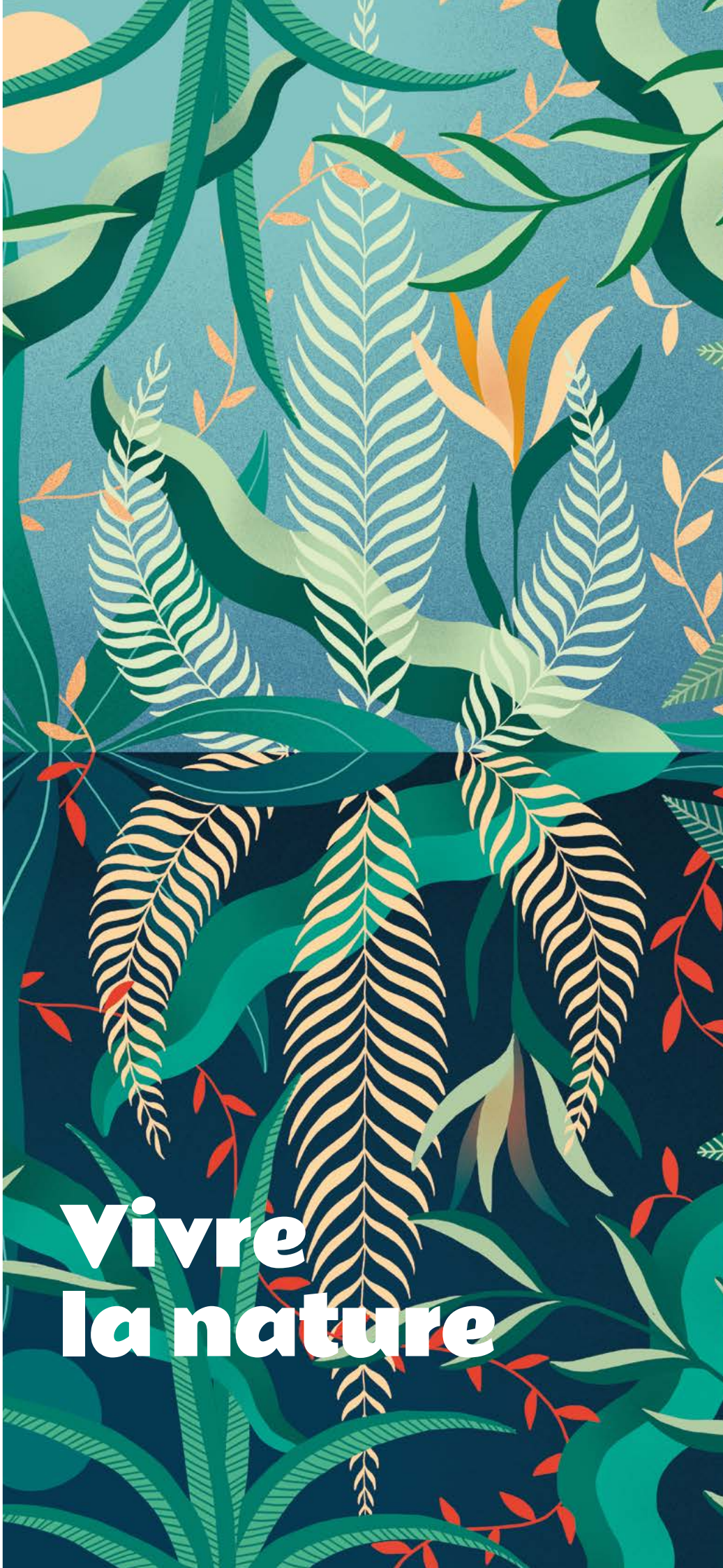
RHIZOME

BULLETIN NATIONAL SANTÉ MENTALE ET PRÉCARITÉ



Vivre la nature

#82
janv. 2022

Nicolas Chambon **Sociologue**
Directeur de publication Rhizome – Orspere-Samdarra
MCF associé – Université Lumière – Lyon 2, CMW

Penser la pandémie

La crise de la COVID-19 et son lot de controverses, entretenue par un jeu médiatique passionné, a très souvent délaissé le cadre du débat scientifique et politique pour laisser place à un spectacle de joutes d'opinions, régulièrement teinté d'agressivité. La polémique, devenue l'objet d'un métier, trouve de la résonnance dans les sphères anxieuses de nos sociétés. Fuyant ces scènes et fidèles à la ligne éditoriale d'une revue qui problématise les liens entre la santé mentale et les vulnérabilités sociales, nous voyons là l'opportunité de discuter un enjeu majeur du XXIe siècle : notre propre rapport à l'environnement et à la nature. En effet, notre comportement vis-à-vis des écosystèmes a offert et offre encore des conditions propices aux pandémies. Cette fidélité l'est aussi au regard du nom de la revue qui invite à « faire rhizome », c'est-à-dire à révéler une pensée en réseau et, ce faisant, à résister à toute forme d'autoritarisme épistémologique.

Penser pour panser

La pandémie nous a rappelé les limites d'une perspective sanitaire curative. Les paradoxes de cette crise sont nombreux. Relevons simplement que beaucoup de personnes sont extrêmement attentives aux promesses d'un soin, tout en critiquant de l'autre l'hégémonie d'une politique sanitaire. Il nous semble d'ailleurs que deux dimensions sont aujourd'hui sous-représentées dans cette politique de santé. D'un côté, la prévention est souvent dépréciée du fait de l'impossibilité d'évaluer véritablement son efficience, ou par la surinterprétation d'une autre intentionnalité qui ne dirait pas son nom. De l'autre, la santé mentale peine à être véritablement intégrée dans ladite politique sanitaire, même si le sujet s'est imposé en France par la force des choses, suite au premier confinement.

Cette pandémie – par définition internationale – est le signe de l'impasse d'un modèle de développement fondé sur l'accumulation et le profit. Elle nous interroge sur nos dépendances, notamment aux éléments dits « naturels » et notre propre vulnérabilité. Les sujets qui nous (re)questionnent sur notre rapport à la nature sont nombreux. Le dérèglement climatique est l'exemple qui préoccupe tous les habitants de la terre. S'il ne s'agit plus de discuter l'empreinte de l'activité humaine, les tentatives actuelles se résument seulement à tenter d'en limiter la portée, sans revoir fondamentalement les manières de vivre et de produire.

(Se) nourrir (de) la nature

Ce numéro de *Rhizome* thématise tout d'abord l'évolution du monde agricole. La précarité y est massive et la souffrance de plus en plus visible. Ce secteur a connu des évolutions majeures au XXe siècle. La modernité a précisément posé comme possible une exploitation *de* la nature au bénéfice des hommes, mais au prix d'un épuisement des ressources. Le monde agricole est très exposé aux effets délétères du capitalisme financier. Des sillons alternatifs sont tracés dans ce numéro : la solidarité paysanne est aussi un vœu pour une corporation où l'individualisme peut isoler et provoquer de la souffrance. Ce *Rhizome* nous invite alors à vivre la nature, comme un hymne à l'harmonie.

Épouser la nature

L'idée que la survie de l'humanité tient à l'exploitation de la nature se périme à mesure que les problématiques d'ordres écologiques s'imposent au monde. Sortir de l'ordre de la domination est une urgence. Toutefois, l'idée du « retour à l'état de nature » serait une chimère. L'ensemble des articles de ce numéro témoignent finalement de l'effort qu'il faudrait faire pour être (re)connecté à notre environnement.

Des contributions nous invitent à sortir de nos bureaux, de nos salles de cours, à nous rencontrer hors des murs d'institutions qui balisent des rôles au risque d'un assujettissement délétère. Ce sont des écoles de plein air, des entretiens sociaux dans un parc, des thérapies à vélo… Cette marche vers l'écosophie nous défie à devoir expérimenter. Les intentions, les réflexions, les démarches présentées dans ce numéro révèlent les liens féconds entre le souci environnemental, social et mental. Des contributions nous convainquent dans la lecture environnementale de la santé mentale : agir sur le contexte c'est agir sur la santé d'autrui et sa propre santé. Le prendre soin est un vecteur fertile de la solidarité. Ce *Rhizome* est aussi une ode à la biodiversité. C'est en effet la diversité d'être(s) vivant(s) qui a été une condition d'apparition de l'humanité ; chaque projet hégémonique ou impérialiste contribuant alors à l'affaiblir.

L'essence de l'anxiété

La compréhension écologique du monde nous rend tout autant vulnérable qu'elle nous pousse à agir. L'Anthropocène, présenté dans ce numéro, nous rend responsables, mais aussi acteurs de choix sociétaux qui ne manquent pas de s'imposer à nous.

Cette pandémie nous fait mesurer la valeur que nous accordons à la vie. En dérogeant trop souvent à une réflexion philosophique, politique, clinique ou spirituelle sur l'existence, nous nous exposons à des entités mal intentionnées. Dans un contexte géopolitique où la vérité de l'un s'impose comme une arme de déstabilisation de l'autre, les discours – se présentant en façade comme rassurants – risquent d'entretenir la peur, l'anxiété et la fragmentation sociale. La subversion consiste plus à résister au catastrophisme ambiant qu'à l'alimenter. Nous sommes au bout d'une impasse. Il est venu le temps de relever les possibles, de cartographier d'autres chemins. Comprendre le passé, panser le présent et ainsi penser l'avenir, pour que ce numéro résonne avec l'action de toutes celles et tous ceux qui sont engagés à faire en sorte que nos vies valent d'être vécues.

Bernard Beauchamp **Agriculteur**
Association Solidarité paysans

Solidarité paysanne

Solidarité paysans est un réseau créé en 1992 qui regroupe 35 associations sur 64 départements du territoire métropolitain. Il a pour objectifs de lutter contre les exclusions dont les agriculteurs peuvent être victimes et de conforter leur autonomie en travaillant à leur émancipation afin qu'ils puissent retrouver la maîtrise de leur ferme et de leur choix. Le réseau compte aujourd'hui 1 000 bénévoles – souvent agriculteurs eux-mêmes – et 80 salariés aux compétences multiples (techniciens, ingénieurs, juristes, travailleurs sociaux), qui interviennent en partenariat et en complémentarité avec d'autres professionnels et accompagnent 3 000 familles chaque année.
solidaritepaysans.org

Rhizome : ***Comment avez-vous rencontré l'association Solidarité paysans ?***

Bernard Beauchamp : *Solidarité paysans* nous a aidés, ma femme et moi, dans les années 2000. Par la suite, soit trois ans après, nous sommes devenus, à notre tour, aidants.
Dans le passé, nous nous étions installés en tant qu'agriculteurs en groupement agricole d'exploitation en commun (Gaec[1]) avec mon père et mon frère. Les relations se sont détériorées et nous sommes partis. Puis, j'ai exercé en tant qu'ouvrier agricole pendant six ans. Toutefois, comme je ne supportais pas mes patrons, je me suis réinstallé comme agriculteur. Pendant dix ans, nous avons « ramé », la situation était très compliquée.
Nous sommes passés à côté des primes d'installation[2] et nous n'avions pas de trésorerie. J'ai fini par me dire qu'il fallait trouver une solution et j'ai donc déposé un dossier Agridiff[3]. Les techniciens de la chambre d'agriculture ont pointé les points positifs, mais aussi tout ce qui n'allait pas et ont conclu que la ferme n'était pas redressable. Il est impossible de demander des financements auprès d'une banque avec ce type de dossier. C'est dans ce contexte que nous avons découvert *Solidarité paysans* et l'Association départementale pour le développement de l'emploi agricole et rural (Addear), qui est un centre de formation découlant de la Confédération paysanne[4].
À cette période, nous exercions dans le milieu de l'agriculture conventionnelle. En effet, il m'avait été enseigné, dans le cadre des études agricoles que j'ai pu suivre, que l'engrais était nécessaire pour faire pousser des plantes et que les pesticides les soignaient. En diminuant l'engrais, le rendement diminuait. Mon esprit était formaté selon cette logique, il fallait toujours exploiter le dernier quintal. Je me demandais donc comment cela pouvait fonctionner dans le domaine de l'agriculture biologique. En découvrant d'autres systèmes agricoles, j'ai appris qu'il valait mieux abandonner certains quintaux afin de diminuer sa charge, puis j'ai finalement converti ma ferme à l'agriculture biologique en 2010. J'ai fait de belles rencontres, notamment des personnes issues d'autres régions, avec des mentalités différentes.

Rhizome : ***Comment avez-vous réagi face aux difficultés que vous relatez ?***

Bernard Beauchamp : Cette période a été difficile économiquement. Lorsque nous recevions une facture, nous la mettions au-dessus d'une pile ; nous mettions aussi le premier et le deuxième courrier de rappel au-dessus de la pile ; au troisième rappel, nous donnions un acompte ; au quatrième rappel, la situation devenait vraiment très compliquée. Cela l'était d'autant plus avec les enfants. Étant éloignés des lycées et des universités, nous devions payer des demi-pensions. Dégager un minimum de revenu pour vivre était acrobatique. Être confronté à ces situations est invivable et les conséquences morales sont importantes. Lorsque l'on rencontre des problèmes financiers, on y pense en permanence, de manière obsessionnelle, y compris la nuit. Le soutien de *Solidarité paysans* m'a aidé, ouvert et permis d'aller chercher des ressources (comme l'Addear). J'ai également vu le monde à travers un autre prisme.
Concernant les aides sociales auxquelles nous avions droit, nous avons uniquement « profité » des aides pour financer la cantine des enfants. Je n'ai pas demandé le revenu de solidarité active (RSA) auquel j'avais pourtant droit. Nous, les paysans, nous sommes des gens fiers. De plus, à cette période, selon moi, le RSA était destiné aux personnes qui ne pouvaient pas trouver de travail, alors que nous, au contraire, nous en avions beaucoup. Dans notre situation, ce soutien financier aurait pu représenter un « bol d'air », mais ce n'était pas la solution que nous cherchions. Nos perspectives se sont éclaircies après le départ des enfants de la maison, la reconversion à l'agriculture biologique et la réduction des charges (par exemple, en diminuant les engrais et le nombre d'animaux) nous ont permis de fournir de la trésorerie, ce qui nous a soulagés.
Notre décision de nous convertir à l'agriculture biologique se base sur la réflexion suivante : vivre à la campagne et « s'empoisonner » avec des produits, c'est contradictoire. Certains agriculteurs ont commencé à avoir des problèmes de santé à cause de l'utilisation de ces produits. Nous nous sommes donc dit qu'il valait mieux arrêter de prendre des risques. Les journées de formation, proposées aux personnes accompagnées par l'Association et aux aidants, nous ont également permis de nous ouvrir sur d'autres pratiques. Nos propres enfants ont pris d'autres chemins que celui de l'agriculture, ils ont été vaccinés par ce qu'ils ont connu et cela a été une bonne nouvelle. Si l'un d'eux avait voulu s'installer à sont tour, il aurait fallu l'aider, et finalement, nous n'aurions jamais pu vivre tranquilles.

Rhizome : ***Quelles réflexions vous ont conduit à devenir aidant au sein de l'association Solidarité paysans et quel est votre rôle au sein de la structure ?***

Bernard Beauchamp : Au départ, je pensais que pour réussir dans le monde agricole, il était important que ses parents y travaillent déjà et que les conjoints aident activement, alors que l'un des problèmes majeurs est la nécessité d'avoir beaucoup de capitaux. Des millions d'euros d'investissement peuvent être nécessaires pour s'installer, c'est effrayant,

1 Le groupement agricole d'exploitation en commun (Gaec) est une société civile agricole de personnes permettant à des agriculteurs associés la réalisation d'un travail en commun dans des conditions comparables à celles existant dans les exploitations de caractère familial.

2 Les agriculteurs qui se réinstallent ne sont pas éligibles aux primes d'installation.

3 Le dispositif d'aide aux agriculteurs en difficulté (Agridiff) s'adressait aux exploitations agricoles qui rencontraient des difficultés structurelles. Après une expertise d'un ou de plusieurs techniciens de la chambre de l'agriculture sur la viabilité économique de l'exploitation, l'agriculteur pouvait se voir octroyer des prêts bancaires à taux réduits et des petites aides financières. Le dispositif a aujourd'hui évolué et est devenu le dispositif d'aides à la relance des exploitations agricoles (Area).

car cela devient une agriculture de capitaux. *Solidarité paysans* est parfois sollicitée face à des situations désastreuses. Lorsque des agriculteurs font la démarche de contacter l'Association, cela signifie qu'ils sont « au fond du trou ». En intervenant en tant qu'aidants, nous sommes témoins du gouffre dans lequel se trouvent les personnes. Face à ces situations, nous essayons de regarder les problèmes dans leur globalité et d'être rassurants. La situation des personnes ne peut que s'améliorer et, surtout, elles ne sont plus seules face aux banques ou aux fournisseurs. Nous les accompagnons aux différents rendez-vous.

Notre accompagnement est très différent de celui proposé par les techniciens de la chambre d'agriculture ; il offre des compétences particulières. Les aidants de *Solidarité paysans* ne sont pas compétents sur tous les sujets, mais ils sont présents pour répondre à toutes les questions des personnes accompagnées et pour les aider à trouver des réponses. Nous n'avons pas de limites dans les échanges, nous pouvons être amenés à discuter, par exemple, de la vie de couple. Aujourd'hui, certains ont investi un million d'euros et ne perçoivent toujours pas de salaire. Ils survivent parfois grâce à celui de leurs conjoints. Il arrive que certains couples craquent. Les difficultés financières auxquelles sont confrontées les personnes ont des conséquences directes sur leur quotidien, leur santé et plus spécifiquement leur santé mentale. Certaines d'entre elles sombrent dans l'alcoolisme.

Pour les accompagner, nous devons donc faire preuve de beaucoup de patience et d'écoute. Nous pouvons également les orienter, leur dire qu'elles ne sont pas isolées. Les formations que nous avons pu recevoir en tant qu'aidants nous permettent d'approcher différents problèmes, tels que le suicide, l'alcoolisme ou les procédures judiciaires. Nous nous frottons donc aussi au droit et au maquignonnage, car les tribunaux ne connaissent pas forcément le fonctionnement d'une ferme. Heureusement, le tribunal d'instance dont nous dépendons écoute l'Association et la reconnaît comme une interlocutrice ressource.

Au niveau national, 70 % des agriculteurs accompagnés par l'Association réussissent à surmonter leurs difficultés là où seuls 30 % y parviennent seuls[5]. L'accompagnement de *Solidarité paysans* ne se limitant pas uniquement aux techniques agricoles, il importe alors d'adapter le fonctionnement des exploitations agricoles afin qu'elles deviennent vivables et de faire évoluer les mentalités pour que les personnes prennent la décision d'arrêter si nécessaire. Nous les accompagnons en leur apportant des propositions, mais nous ne pouvons bien évidemment pas les forcer à prendre des décisions contre leur gré, surtout quand elles sont en difficulté. Nous essayons de voir avec elles vers quelles directions accessibles les orienter. Nous accompagnons également les agriculteurs en cas de liquidation ou de redressement judiciaire.

Rhizome : ***La misère et la souffrance psychologique vous apparaissent-elles massives chez les agriculteurs ?***

Bernard Beauchamp : Je ne sais pas si la misère est plus massive, elle se cache peut-être moins, toujours est-il que nous la côtoyons plus. Aussi, les agriculteurs étant moins nombreux, ceux qui se trouvent en difficulté aussi. Toutefois, la prise de risque est plus importante aujourd'hui. Un salaire ne permet pas de rembourser un emprunt à hauteur de 700 000 euros si jamais la personne doit faire face à un problème, notamment de santé, par exemple.

Malgré les formations auxquelles nous avons participé en tant qu'aidants au sein de l'Association, nous peinons à détecter les personnes suicidaires qui vont passer à l'acte. Nous cherchons cependant à les aider, en les écoutant et sans émettre de jugement. Nous répondons aux appels téléphoniques, quelle que soit l'heure (notamment au moment des repas ou le soir, c'est-à-dire quand les agriculteurs se posent). Nous nous déplaçons jusqu'aux fermes aussi souvent que nécessaire. Dernièrement, j'ai reçu l'appel d'une personne, car un représentant de la direction départementale des Services vétérinaires (DDSV) se trouvait dans la cour de l'exploitation après avoir reçu un signalement de maltraitance animale. En effet, quelqu'un avait pensé que des brebis étaient privées d'eau, alors qu'elles avaient bien à boire de l'autre côté de la colline. J'ai pris la décision de me rendre sur place, avec l'agriculteur, afin qu'il ne fasse pas de bêtise. Notre présence calme le jeu : nous expliquons, nous discutons. Les personnes seules peuvent avoir des comportements à risque. Certaines d'entre elles ont des armes de chasse à la maison.

En général, quand les animaux vont mal, c'est que l'éleveur va mal. Face à des difficultés financières, les agriculteurs peuvent manquer d'aliments pour leurs animaux. Par ricochet, les bêtes auront moins de valeur et représenteront moins d'argent. C'est un cercle vicieux.

Il me semble important d'essayer de comprendre les personnes et la situation dans laquelle elles se trouvent sans les juger. Pour ce faire, nous avons comme idéal de proposer un accompagnement en binôme d'aidants mixte. Certains agriculteurs nous considèrent comme une béquille. Lorsque les difficultés financières deviennent écrasantes, le lien social disparaît et la solidarité ne va pas de soi.

Rhizome : ***Quelle serait l'agriculture du XXIe siècle idéale, respectueuse de la nature et des personnes ?***

Bernard Beauchamp : Nous ne pouvons pas continuer à détruire impunément la nature comme certains le font sous couvert de la loi. L'agriculture intensive va droit dans le mur, elle est nocive pour la planète. Il faut veiller à faire évoluer les choses pour les générations futures. Dans les années 1960, il fallait nourrir la France. Le rythme imposé était trop fort et trop rapide. À cette époque, les agriculteurs percevaient les pesticides comme des médicaments. Aujourd'hui, nous savons qu'ils ne sont pas anodins. La biodiversité est nécessaire. Les papillons et les oiseaux, que nous n'apercevions plus, sont revenus chez nous grâce à la reconversion en agriculture biologique.

Malheureusement, l'agriculture qui subvient au premier besoin de l'humanité ne nourrit pas ceux qui la produisent. Il me semble donc aussi primordial que les agriculteurs puissent vivre de leur métier, gagner leur vie et continuer à entretenir la nature pour le bien de tout un chacun.

4 Syndicat pour une agriculture paysanne et la défense des agriculteurs.

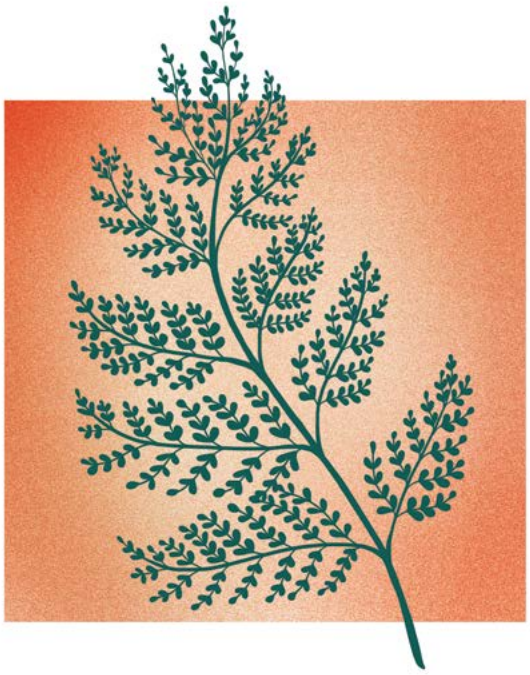
5 Ces chiffres sont mobilisés par *Solidarité paysans* et par le ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation : agriculture.gouv.fr/solidarite-paysans-pour-lutter-contre-les-detresses-du-monde-agricole

Floriane Derbez **Docteure en sociologie, chercheure associée**
Centre Max Weber – Équipe Politique de la connaissance

Soigner les cultures, cultiver le soin

À l'heure où la situation du monde agricole peut légitimement, et à plusieurs titres être considérée comme préoccupante, voire alarmante – au regard notamment du taux de suicide observé dans cette catégorie socio-professionnelle[1], la plus affectée par ce phénomène, mais également des polémiques récentes autour de « l'agribashing[2] » ou encore des effets, de plus en plus problématiques, de l'agriculture dite « conventionnelle » (phénomènes de pollution, réduction et érosion de la biodiversité, contribution à l'émission de gaz à effets de serre et au changement climatique) –, cette contribution entend, à partir de l'expérience d'un collectif d'agriculteurs rhônalpins engagés dans la production de maïs dits « populations », tracer un sillon alternatif.

Loin du « malaise paysan[3] », cet article s'attache à rendre compte d'une manière singulièrement joyeuse de pratiquer l'agriculture qui, et c'est ce qui sera défendu ici, s'appuie sur ce que certains chercheurs ont thématisé sous le concept difficilement traduisible de « *care* ». Les agriculteurs, en choisissant de semer des maïs populations et de reproduire leurs semences, réintroduisent de la biodiversité dans leurs cultures (considérablement « simplifiées » par la modernisation et la spécialisation), développent une attention et un soin particulier à l'égard de *leurs* semences. Je soutiens que ce soin et cette attention sont « contagieux » dans la mesure où ils s'étendent à l'ensemble de leurs systèmes de production ainsi qu'aux membres du collectif avec lesquels ils sont engagés dans la production – particulièrement contraignante et chronophage – de ces maïs et sans lesquels ils ne pourraient mettre en œuvre une telle pratique.



Finalement, cette expérience met en lumière une manière singulière d'être agriculteur aujourd'hui, de prendre soin de la terre et des autres (vivants, générations futures, voisins, collègues), qui va à l'encontre d'un modèle agricole « productiviste », dévastateur pour l'environnement comme pour les hommes. Celle-ci peut être source d'inspiration (et de contagion !) dans un contexte où les enjeux autour de l'agriculture et de l'alimentation – et plus généralement de la santé – deviennent de plus en plus prégnants et interrogent le rapport que nous entretenons à la terre et au(x) vivant(s).

Maïs hybrides *versus* populations, petit détour par la génétique

Des éleveurs laitiers des départements de la Loire et du Rhône ont fait le choix[4] – pour certains depuis près d'une dizaine d'années maintenant – de se tourner vers des semences de maïs dit « population » pour s'affranchir des contraintes liées à l'usage (quasi monopolistique) des semences hybrides (dépendance aux firmes semencières et aux conseils associés, faible implication du cultivateur dans l'acte productif, nécessité de racheter annuellement des semences) et regagner une certaine autonomie sur leurs fermes. On parle de maïs « population » par opposition aux variétés hybrides. Contrairement aux plantes hybrides qui sont le fruit « moderne » du croisement de deux lignées « pures[5] » produites en conditions « dirigées », les variétés de maïs population évoluent en pollinisation libre, au champ. Hétérogènes, elles ont une base génétique plus large (d'où le terme de « population »), qui les exclut de fait du catalogue officiel qui impose aux semences de répondre aux normes de distinction, d'homogénéité et de stabilité (DHS) pour pouvoir être commercialisées[6]. Les épis issus des populations se caractérisent, à la différence des hybrides uniformément jaunes, par l'étendue de leur gamme de couleurs, qui, pour celles cultivées par le groupe, s'étend du rouge au blanc en passant par des teintes bleutées et par toutes les variations de l'oranger.

Le choix de revenir à des semences qualifiées de « paysannes », donc sélectionnées *par* et *pour* les paysans depuis des décennies, alors même que, aux dires d'un agriculteur du groupe, « *les maïs, on a tous appris que ça ne se ressemait pas* » constitue en soi un renversement particulièrement intéressant à observer[7]. Cela est en même temps particulièrement impliquant pour les agriculteurs qui doivent *apprendre* à produire ces semences (s'en procurer, *se familiariser* avec elles, puis les sélectionner, les trier, les conserver, les égrener…) alors même que ces savoirs et savoir-faire ont disparu avec la modernisation agricole et l'introduction, puis la généralisation massive des hybrides de maïs dans les champs à partir des années 1960.

La production de semences de maïs population est une opération délicate. Plante allogame, le maïs se reproduit par croisement. Contrairement aux plantes autogames qui s'autofécondent, comme les blés par exemple, les organes reproducteurs du maïs, s'ils sont situés sur une

1 Selon une publication de la Mutualité sociale agricole (MSA) : « Les personnes affiliées au régime agricole, consommant des soins et âgées de 15 à 64 ans, ont un risque de mortalité par suicide supérieur de 43,2 % à celui des assurés tous régimes de la même tranche d'âge », mais également que « les pathologies psychiatriques – et en particulier la dépression – sont les affections entraînant le niveau de surrisque le plus élevé. » Mutualité sociale agricole. (2021). *La mortalité par suicide au régime agricole : une préoccupation majeure pour la MSA*. Info Stat, p. 1, 2.

2 L'agribashing désigne une forme de dénigrement systématique de la profession agricole.

3 Expression consacrée et réemployée lors de chaque « crise » du monde agricole, qui puise ses racines dans l'ouvrage d'Henri Mendras (1964), *La fin des paysans*.

même plante, arrivent à maturité de manière différée dans le temps. Cette situation induit que les fleurs femelles d'une plante (les soies qui donneront lieu, après fécondation, à l'épi) seront fécondées par le pollen des fleurs mâles (panicules) d'autres plantes, transporté par le vent. Cette caractéristique de la plante impose, en pratique, certaines précautions, car les maïs peuvent se croiser avec n'importe quel pollen de maïs environnant – hybrides compris – entraînant de ce fait la perte des caractéristiques de la population (couleur et forme des épis). Dans ce cas, les agriculteurs évoquent des phénomènes de « pollution » de la population. Pour pallier ces éventuelles dérives, le groupe préconise de maintenir une distance d'un minimum de 300 mètres de toute autre culture de maïs (hybrides ou population). Or dans des secteurs comme les monts du Lyonnais, par exemple, caractérisés par une densité importante de culture de maïs[8], cette distance d'isolement se révèle particulièrement contraignante, voire problématique. En outre, certains agriculteurs qui exercent dans des secteurs de montagne éprouvent, du fait de l'altitude et de la précocité du gel en automne, des difficultés à produire leurs semences dans la mesure où ils n'arrivent pas à conduire leur maïs à maturité, condition indispensable pour la production des semences.

L'organisation en collectif se présente comme une manière pratique de remédier à ces contraintes. En effet, les agriculteurs du groupe qui bénéficient de conditions adaptées à la production des semences (respect des distances d'isolement, mais également expérience de la multiplication) contribuent à produire de la semence pour ceux qui n'ont pas les moyens de le faire où pour ceux qui souhaiteraient essayer cette culture. Une partie de leurs semences est donc mise à disposition du collectif qui gère ce stock de semences en même temps qu'il constitue un espace très régulier de formation entre pairs.

Apprivoiser le vivant/se laisser apprivoiser par le vivant

Circulent donc entre les membres du groupe des semences[9], mais également les connaissances qui leur sont attachées ainsi que des signes qui témoignent des liens privilégiés qui unissent certaines populations à certains agriculteurs. Ainsi, les noms de (re)baptême attribués à certaines populations marquent clairement l'origine (géographique et sociale) de la semence et les liens avec son producteur[10]. Devenir cultivateur de maïs population consiste donc à *hériter* d'une histoire, d'un long et minutieux processus d'adaptation conjointe entre hommes et plantes et, de fait, à s'inscrire dans un cadre collectif, puisque les semences initiales sont fournies par un agriculteur du groupe et que la transmission des connaissances nécessaires à leur (re)production se fait lors de temps collectifs.

L'une des variations les plus significatives que les populations de maïs introduisent par rapport aux hybrides concerne le rapport au temps qu'elles impliquent. Lorsque Raymond s'adresse, lors d'un temps collectif au printemps 2015, aux nouveaux candidats à la culture du maïs population, il leur conseille d'abord de faire des essais sur plusieurs années avec la ou les mêmes populations au motif qu'« *au bout d'un an, tu ne vois rien. Le maïs* [population] *c'est comme les vaches, il faut lui laisser le temps d'acheter le pays* ». Raymond introduit ici un rapport d'analogie – voire d'homologie – entre le maïs population et les vaches. Alors que l'agronomie moderne a contribué à cloisonner le monde animal et le monde végétal par le biais de la spécialisation, Raymond explique quant à lui que ces deux activités relèvent du même processus d'apprivoisement du vivant. D'ailleurs, il est particulièrement significatif de constater que la diversité génétique que Raymond introduit dans ses cultures (de maïs, mais également de blé, dont il cultive également des populations) trouve un écho dans ses activités d'élevage puisqu'il a fait le choix d'un troupeau « mixte », alors même que les producteurs de lait ont massivement adopté une seule race laitière (et le plus souvent la Prim'Holstein, la plus « productive »). Ainsi, selon Raymond, les vaches et le maïs populations engagent le même type de relations et peuvent chacun se voir attribuer une même *compétence* : celle de pouvoir s'adapter aux lieux dans lesquels ils évoluent. Se dessine ici un quadriptyque singulier qui lie ensemble les vaches, le maïs, l'agriculteur et le *pays* et qui fait fi des partages modernes entre nature et culture[11]. Dans cette configuration, l'agriculteur n'est pas dans une posture de maîtrise puisque le processus se fait *aussi* sans lui : ce sont les maïs qui *achètent le pays*. Il explique également que si ce maïs a besoin de plusieurs années pour s'adapter aux conditions dans lesquelles il est implanté, symétriquement, l'éleveur a également besoin de temps pour apprendre à *voir* donc former son regard.

Face à l'immédiateté de l'hybride qui circonscrit la relation entre le maïs et l'agriculteur dans le cadre d'une campagne culturale (quelques mois) et de relations strictement utilitaires (acheter des semences, semer, récolter, racheter des semences…), où la participation de l'agriculteur est minimalement requise, le maïs population implique l'instauration de relations durables entre les agriculteurs et leurs plantes, au cours desquelles se déploie une panoplie de gestes qui visent à prendre soin de leurs cultures. Cette implication singulière débouche sur une relation d'attachement à ces maïs, qui brouille les frontières entre espaces professionnels (les champs) et domestiques : des trophées colorés sont ainsi suspendus au seuil des maisons d'habitation.

Soigner l'agriculture par une contamination joyeuse?

La pratique singulière du maïs population contribue alors à tisser un réseau mêlant les hommes, leurs maïs, mais également les vaches auxquels ils sont destinés sous forme d'ensilage ainsi que les lieux dans lesquels ils sont cultivés, et qui redéfinit les contours de leur identité professionnelle, de leur manière d'habiter le monde et de travailler – avec les autres et avec la nature.

Basile, l'un des agriculteurs du groupe, signait l'éditorial d'une revue agricole en témoignant à propos de son expérience des maïs population : « *Je sème, tu sèmes, ils s'aiment…* » Et c'est précisément là, je pense, qu'opère la contagion : c'est la joie et le plaisir pris à faire les choses collectivement – il serait tout à fait vain de décompter le nombre d'heures qu'y passent les éleveurs que j'ai fréquentés – qui sont contagieux et donnent envie à d'autres (parmi lesquels des éleveurs « conventionnels ») de s'impliquer, de s'engager à leur tour et de s'inscrire dans cette entreprise collective de préservation de la biodiversité cultivée.

4 Ils sont accompagnés dans cette démarche par l'association de développement de l'emploi agricole et rural (Addear 42) qui promeut les valeurs d'une agriculture paysanne, nourricière et pourvoyeuse d'emplois.

5 Pour produire une lignée « pure » de maïs, il faut *forcer* les maïs à s'autoféconder. Cette opération nécessite une intervention de l'homme, qui seul peut contraindre le pollen des fleurs mâles d'une plante à féconder les fleurs femelles de la même plante.

6 Le catalogue officiel est géré par le Comité technique permanent de la sélection (CTPS) sous l'égide du ministère de l'Agriculture. Les variétés de maïs populations en ont été retirées du catalogue en 1960. Sur l'histoire de la génétique au xxe siècle, voir : Bonneuil, C. et Thomas, F. (2009). *Gènes, pouvoirs et profits. Recherche publique et régimes de production des savoirs de Mendel aux OGM.* IRD Éditions.

7 Derbez, F. (2020). *Les mobilisations collectives pour l'agro-écologie à l'épreuve de leur opérationnalisation : variations sur le thème de l'agro-écologie* [Thèse de doctorat de sociologie, Université Lumière Lyon 2].

8 À l'échelle nationale, le maïs représente, en termes de surface, la deuxième espèce la plus cultivée. Agreste. (2010). *Recensement agricole.*

9 Inaccessibles dans le commerce, puisque non inscrite au catalogue officiel.

10 Un des agriculteurs du groupe, François, se présente d'ailleurs en réunion de la manière suivante : « *Je me suis marié avec ma population il y a six ans et depuis je ne l'ai jamais quittée* ».

11 Latour, B. (1997). *Nous n'avons jamais été modernes.* La Découverte ; Descola, P. (2005). *Par-delà nature et culture.* Gallimard.

Dominique Paturel HDR Sciences de gestion –
Cofondatrice du collectif Démocratie alimentaire

Patrice Ndiaye HDR Droit Public
Cofondateur du Collectif Démocratie alimentaire

Le droit à l'alimentation durable en démocratie

Le concept de « démocratie alimentaire » élaboré en 1996[1] repose sur le constat suivant : le système alimentaire est mondialisé et le pouvoir des États s'en trouve affaibli du fait de la force des multinationales de l'industrie agroalimentaire. Il s'agit alors de reprendre la main sur nos systèmes alimentaires par des actions concrètes : relocalisation de filières de production, initiatives issues de la société civile (potagers, groupements achats…), mais également des collectivités territoriales, comme les régies agricoles ou de restauration. Notre hypothèse centrale se fonde sur le fait que la démocratie alimentaire[2] améliore la sécurité alimentaire. En outre, dans le cadre de la réflexion sur le changement climatique et le poids de notre alimentation sur celui-ci, la démocratie alimentaire permet de repenser les questions d'accès égalitaire et libre à l'alimentation ainsi qu'à la durabilité[3] de celle-ci.

IL N'Y A DANS NOTRE PAYS AUCUN ÉLÉMENT LÉGISLATIF QUI SERAIT DU RESSORT D'UN DROIT À L'ALIMENTATION OU D'UN DROIT À ÊTRE À L'ABRI DE LA FAIM

Depuis une douzaine d'années, nos travaux[4] ont participé à rendre visible la façon dont les politiques sociales françaises ont soutenu (et continuent de soutenir) l'accès à l'alimentation pour les plus vulnérables par l'aide alimentaire. Cette filière de l'aide alimentaire, enfouie dans un discours moral sur un « droit à nourrir », a masqué le fait qu'elle s'appuyait sur le système agro-industriel et qu'il s'agissait de choix politiques quant à la lutte contre la pauvreté. En effet, cette aide alimentaire se traduit de façon majoritaire sous la forme de distribution de denrées alimentaires récupérées des circuits longs *via* la grande distribution, les coopératives agricoles ou la restauration hors foyer. Le nombre de bénéficiaires a plus que doublé en dix ans, passant de 2,5 millions en 2009 à 5,5 millions juste avant le premier confinement lié à la COVID-19. Cette aide alimentaire est prescrite par les travailleuses sociales et les travailleurs sociaux, et est prévue dans le déploiement de ces politiques sociales sous-traitées en grande partie au secteur caritatif et inscrites dans les missions du travail social.

Le travail social et ses professionnel·le·s se trouvent ainsi dans le paradoxe suivant : en soutenant l'accès à une alimentation *via* l'aide alimentaire, 5,5 millions de personnes deviennent captives de ce mode alimentaire faute de revenus. De plus, un tiers des salarié·e·s du secteur agricole, des agriculteurs et agricultrices, sont eux et elles-mêmes en situation de précarité – liée au système agro-industriel mondialisé – dont certain·e·s sont usager·ère·s de cette aide alimentaire. Il s'agit bien ici d'une rupture d'égalité dans l'accès à une alimentation durable, c'est-à-dire reconnectée aux conditions de sa production et nutritionnellement adéquate.

Toutefois, le plus important est probablement l'invisibilité du système qui ne permet pas aux professionnel·le·s de l'action sociale de reprendre la main sur leurs pratiques d'accompagnement social concernant les besoins alimentaires des personnes subissant la précarité économique. En effet, leur formation et leurs missions sont encastrées dans une approche de l'alimentation vue avant tout comme un moyen d'accompagnement et non comme un objectif inscrit dans la transition écologique. Le lien social mis en avant dans la justification[5] s'appuie sur un impensé au cœur d'une des quatre fonctions de l'alimentation[6] : la fonction sociale, à savoir le fait de manger ensemble comme façon de se sentir relier aux autres et faire société. En outre, le cadre de pensée est celui de la grande précarité où l'on peut comprendre que les personnes à la rue ou vivant dans des conditions d'habitat ne permettant pas de faire la cuisine n'aient d'autre recours que celui de l'assistance alimentaire. Pour tous les autres, c'est-à-dire la grande majorité, leur problème n'est pas de ne pas savoir cuisiner ou de ne pas pouvoir cuisiner, mais de disposer de revenus leur permettant d'accéder à des denrées alimentaires durables.

L'analyse de la réalité française (largement commune aux pays du Nord) est que le droit à l'alimentation promu par l'Organisation des Nations unies (ONU) n'est pas effectif. Lors de la sollicitation du comité du Pacte international relatif aux droits économiques, sociaux et culturels (Pidesc[7]) auprès de la France, la réponse a concerné la répartition des financements de la filière de l'aide alimentaire entre les crédits européens et français[8]. Cette réponse indique la non-effectivité du droit à l'alimentation en regard de sa définition dans les textes internationaux. D'ailleurs, selon la base de données de l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture[9] (Food and Agriculture Organisation – FAO), il n'existe en France aucune protection constitutionnelle du droit à l'alimentation. Certes, la garantie de la protection de la santé et de l'obligation de la collectivité d'assurer des « moyens convenables d'existence » est présente dans le préambule de la Constitution d'octobre 1947. Cette protection de la santé sous-entend que l'alimentation serait incluse et que, par conséquent, il reste juste à assurer l'alimentation des familles et des personnes à petits budgets. Or il s'agit davantage d'une déclaration énonçant des valeurs qui n'ont jamais fait l'objet d'interprétations permettant de reconnaître un droit à l'alimentation en France contrairement, par exemple, au droit au logement. Il n'y a donc dans notre pays aucun élément législatif qui serait du ressort d'un droit à l'alimentation ou d'un droit à être à l'abri de la faim.

1 Lang, T. (1998). Towards a food democracy. Dans S. Griffiths et J. Wallace (eds.), *Consuming passions. Food in the age of anxiety*. Manchester University Press.

2 Actions permettant à tous les habitants de reprendre la main sur leur alimentation pour avoir accès à une alimentation décente, abordable et bénéfique pour la santé, produite, transformée et distribuée dans des conditions en lesquelles ils peuvent avoir confiance, tout en garantissant leur participation et leur pouvoir d'agir.

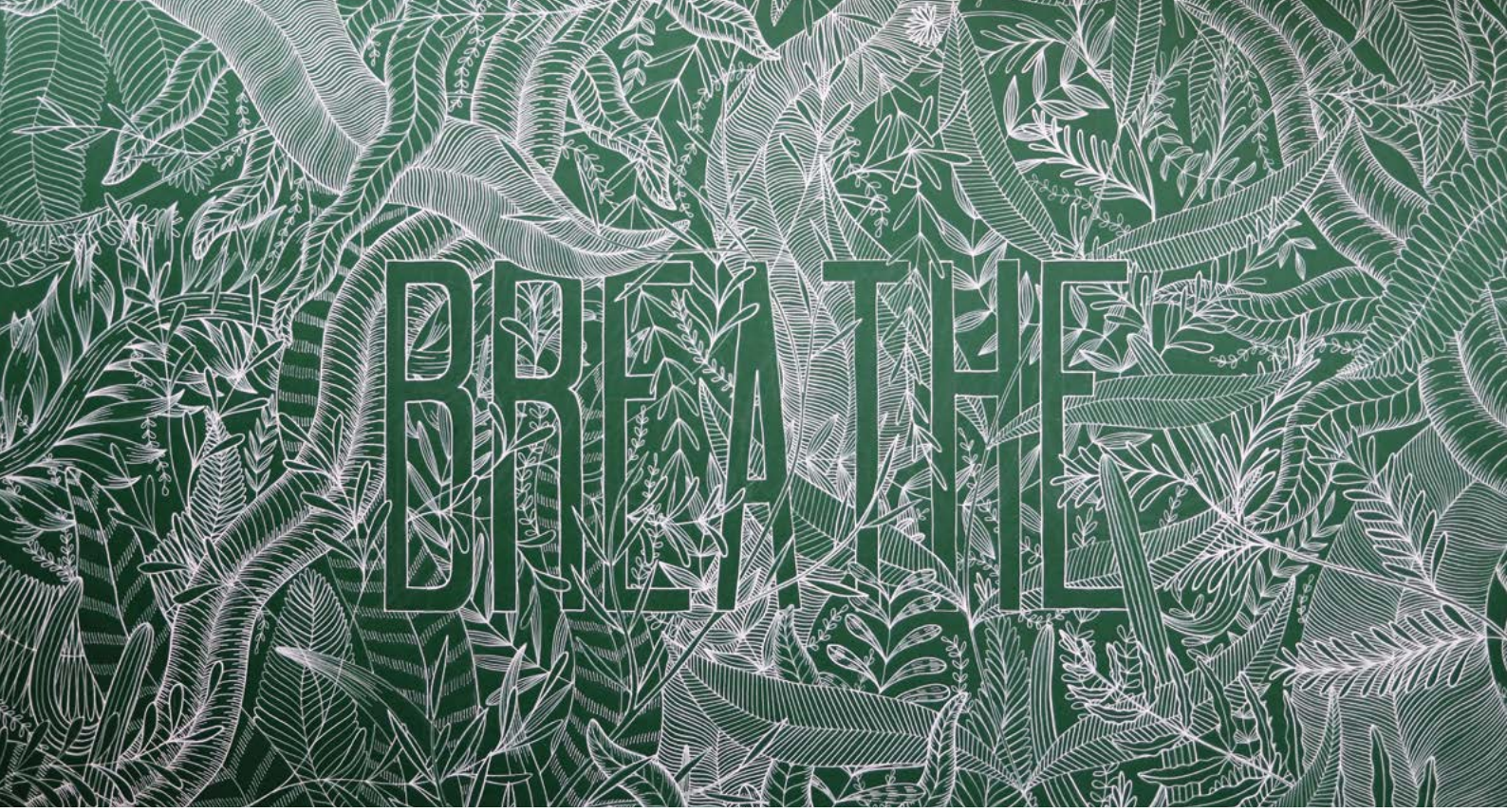
3 Alimentation durable définie par l'Organisation pour l'alimentation et l'agriculture (Food and Agriculture Organization of the United Nations – FAO) en 2010 : fao.org

4 hal.inrae.fr

5 Boltanski, L. et Thevenot, L. (1991) *De la justification. Les économies de la grandeur*. Gallimard.

6 Les quatre fonctions de l'alimentation (sociale, culturelle, biologique et hédonique) forment la vision politique du système alimentaire d'une société. Ariès, P. (2016). *Une histoire politique de l'alimentation*. Max Milo.

7 Le Pides est un traité international multilatéral adopté en décembre 1966 par l'ONU. Les États signataires s'engagent à agir pour que les droits économiques, sociaux et culturels inscrits dans le Pacte soient assurés dans leur pays : le droit à l'alimentation en fait partie. La France en est signataire en 2012.



La présence de l'alimentation comme objet politique dans les différentes arènes publiques depuis quelque temps rend compte des limites auxquelles se heurte la démocratie alimentaire.

La première des limites est celle de la participation des habitants et des habitantes qui devrait pourtant être remise au cœur des projets. La participation des acteurs et actrices (du secteur social, associatif et territorial) et des publics aux diagnostics et aux projets alimentaires territoriaux (PAT) est un bon exemple de cette ignorance réciproque et de cette difficulté à installer cette participation dans le temps. La deuxième des limites est ensuite politique ; elle tient en la prégnance de l'idéal de la démocratie du consommateur où le marché détermine les limites de l'action publique et son critère d'efficacité. Enfin, la troisième des limites est celle de genre, qui, plus encore avec la crise sanitaire que nous traversons, fait peser principalement sur les femmes[10] la multitude des tâches et activités liées à l'alimentation.

Cependant, une diversité d'initiatives citoyennes parfois appuyées par les collectivités territoriales fleurit depuis une dizaine d'années. Toutes cherchent à se réapproprier de la question de l'alimentation. Là encore, ces initiatives citoyennes et celles portées par des pouvoirs locaux ne sont pas à elles seules suffisantes pour instaurer une démocratie alimentaire. Malgré leur multiplication, elles ne font pas système et une « sorte » de plafond de verre empêche un changement d'échelle. En effet, le statut de l'alimentation reste celui de produits, de marchandises comme les autres, pris dans les rets des accords commerciaux à l'échelle de la planète. En d'autres termes, il s'agit du rapport entre le droit de l'alimentation – soit le droit commercial des produits – par rapport au droit à l'alimentation, c'est-à-dire un accès égalitaire et dans la durée pour les êtres humains.

À partir de ces constats, nous proposons l'élaboration[11] d'une Sécurité sociale de l'alimentation (SSA). Préalablement devra être posé, par la norme juridique d'une valeur constitutionnelle ou *a minima* législative, le droit à une alimentation durable pour tous et toutes intégrant les conditions de production, de transformation, de distribution et de consommation des produits alimentaires. Puis les « déjà-là », tels que le service public de la restauration collective, les marchés d'intérêt national ou les épiceries solidaires doivent prendre leur place dans les systèmes alimentaires, en étant décidé et choisi par les habitants et habitantes.

À l'image du régime général de la Sécurité sociale, la SSA serait financée par un système de cotisations sociales qui permettrait à tous et toutes d'accéder à des produits alimentaires ou à des services de restauration auprès de producteurs et productrices, de transformateurs et transformatrices, de distributeurs et distributrices conventionné·e·s ainsi que de faire sortir l'alimentation du marché libéral. Ainsi, la transition écologique du système alimentaire, la juste rémunération des acteurs et actrices travaillant dans les activités nécessaires à notre alimentation, la relocalisation de la production agricole et l'amélioration de la santé de la population sont rendues possibles et concrètes. Dans ce contexte, un élément crucial sera la prise de conscience des professionnel·le·s et des bénévoles du travail social, du nécessaire changement de leur rôle. Celui-ci devra accompagner, d'une part, l'urgence alimentaire par le biais d'une assistance en direction de la population en grande précarité en les respectant dans leurs besoins alimentaires et, d'autre part, participera à l'élaboration de dispositifs de prévention de l'aide alimentaire favorisant une accessibilité égalitaire et libre. Ainsi, ces professionnel·le·s et leurs diverses institutions se reconnecteraient eux·elles aussi au fondement du travail social[12] en reprenant la main sur un accompagnement social situé dans les enjeux de transition écologique, aux côtés des familles et des personnes à petits budgets.

8 Comité des droits économiques, sociaux et culturels (CESCR) (2016). *Liste des points concernant le quatrième rapport périodique de la France. Réponses de la France à la liste des points.* E/C.12/FRA/Q/4/Add.1, § 102-105.

9 FAO. Le droit à l'alimentation autour du globe. Reconnaissance constitutionnelle du droit à une alimentation adéquate [Internet]. fao.org/right-to-food-around-the-globe/fr

10 Paturel, D. (2020). *Manger. Plaidoyer pour une sécurité sociale de l'alimentation.* Éditions Arcanes 17.

11 Un collectif national réunissant plusieurs collectifs, associations et organisations. securite-sociale-alimentation.org

12 Définition internationale adoptée à Melbourne en juillet 2014. ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-social-work

Michel Lussault Géographe
Directeur de l'École urbaine de Lyon

L'état de nature est un mythe

Rhizome : ***Comment définir l'Anthropocène ?***

Michel Lussault : Ce néologisme est forgé à partir du terme « *anthropos* », soit l'être humain générique, et « cène », dérivant de *Kainos*, qui signifie « nouveau », au sens ici de nouvelle période géologique : la « période de l'humain ».
C'est Paul Josef Crutzen[1] qui énonce cette proposition conceptuelle au tournant du XXIe siècle, pour dénoter qu'en raison de l'impact des activités humaines sur les systèmes biophysiques planétaires, l'être humain est devenu une « force de la nature » d'importance comparable aux forces géologiques. En d'autres termes, les activités humaines et leurs effets sont si importants et considérables que l'ensemble des systèmes biologiques et physiques de la planète sont « forcés ». Ces « forçages anthropiques » puissants provoquent une évolution accélérée des conditions bioclimatiques planétaires en enclenchant des boucles de rétroaction nombreuses entre tous les composants du système terrestre. Celles-ci sont comparables, en importance, aux évolutions bioclimatiques non anthropiques qui ont existé dans l'histoire géologique de la Terre, mais diffèrent donc par leur origine et, surtout, par leur rapidité. En effet, l'histoire géologique de la Terre a connu, par exemple, des évolutions de température très importantes sur des dizaines de milliers d'années[2] et dont les origines étaient liées aux fluctuations du mouvement de la planète et de son inclinaison axiale. Nous allons connaître en quelques centaines d'années des évolutions d'ampleur comparables et dont l'origine n'est pas une fluctuation biophysique « normale », mais s'avère anthropique.

L'ANTHROPOCÈNE EST UN MOT UTILE POUR INDIQUER QUE NOUS RENTRONS DANS UNE NOUVELLE PÉRIODE, SINON GÉOLOGIQUE, DU MOINS ASSURÉMENT HISTORIQUE, TOUT À FAIT INÉDITE

Incontestablement, une « science anthropocène » se constitue. On peut retenir deux idées majeures – vers lesquelles les scientifiques convergent. La première est l'anthropisation considérable et irréversible des milieux biophysiques. Inévitablement, les activités humaines prélèvent des ressources qui ont des conséquences sur les systèmes biophysiques – ce que l'on a coutume d'appeler la « nature ». À ce propos, nombre de spécialistes se méfient du mot « nature », parce qu'il peut mener à certaines conceptions erronées des interactions entre les êtres humains et les milieux biophysiques. À titre d'exemple, comme l'a souligné l'anthropologue Philippe Descola, la forêt amazonienne n'est pas du tout « naturelle[3] ». Totalement travaillée par des chasseurs-cueilleurs depuis des millénaires, elle a été elle-même très anciennement anthropisée, donc bien avant les évolutions que nous connaissons aujourd'hui. Voilà qui nous permet d'éviter de croire qu'il pourrait exister une sorte d'état de nature totalement préservé avec lequel l'être humain vivrait en harmonie. L'état de nature est un mythe : il n'existe pas. L'être humain a comme caractéristique d'être une espèce qui, pour installer ses « habitats », ses espaces de vie, « anthropise » systématiquement les milieux biophysiques. Ceci produit des effets transformateurs – ce que certains proposent aujourd'hui de nommer « Terraformation » – observables dès les premiers temps de l'aventure de *Sapiens*. Cette intensité de l'anthropisation est en quelque sorte une signature de l'espèce humaine.
La deuxième grande idée, qui caractérise véritablement l'Anthropocène, est la capacité de l'homme à provoquer des effets qui ne sont pas simplement locaux et régionaux, mais qui sont globaux et planétaires. En d'autres termes, les activités humaines deviennent tellement puissantes que leurs impacts se font sentir à l'échelle globale du système terrestre. Le cas exemplaire est celui du changement climatique, le réchauffement provoquant des rétroactions aux conséquences considérables. Il s'agit d'un forçage à l'échelle planétaire, mais dont il faut comprendre qu'il a des conséquences systémiques synchroniquement à toutes les échelles (locales, régionales, nationales, continentales, globales).
L'Anthropocène est un mot utile pour indiquer que nous rentrons dans une nouvelle période, sinon géologique, du moins assurément historique, tout à fait inédite, et dont le caractère le plus marquant est qu'elle ouvre une grande interrogation sur la possibilité de continuer à habiter, nous, êtres humains, dans de bonnes conditions sur la planète ainsi soumise aux forçages anthropiques.

Rhizome : ***L'urbanisation a-t-elle accéléré la responsabilité de l'être humain dans les changements ?***

Michel Lussault : L'urbanisation généralisée du monde[4] débute vraiment après 1945, mais on en trouve les prémices à partir de la fin du XVIIIe siècle et du démarrage de ce qu'on appelle communément la « révolution industrielle ». Le phénomène contemporain change d'ampleur et l'urbanisation concerne toutes les sociétés terrestres. Celle-ci n'est pas qu'un processus démographique et géographique, mais un changement anthropologique qui correspond à l'imposition rapide et planétaire de nouvelles manières de vivre, de nouvelles « formes de vie ». Dans ce sens, l'urbanisation a un impact colossal et implique tous les habitants de la terre.
Dans un contexte de très forte croissance démographique[5], les besoins – économiques, mobilitaires, sociaux, alimentaires – liés à l'urbanisation sont considérables et accentuent comme jamais le prélèvement de ressources sur les milieux. On peut dès lors observer l'intensification de l'extractivisme. Par extractivisme, il faut entendre le système à la fois technologique, économique et idéologique, mis en place avec l'industrialisation qui consiste – pour schématiser – à considérer les milieux biophysiques comme des « mines » dans lesquelles nous pouvons puiser autant de ressources et d'énergies que de besoin. L'urbanisation généralisée pousse cet extractivisme à un niveau sans équivalent dans l'histoire.
En raison même de ses modalités organisationnelles et des besoins

1 Paul Josef Crutzen est un chimiste, prix Nobel 1995, spécialiste du problème de la destruction de la couche d'ozone atmosphérique.

2 De l'ordre de 2 à 5 degrés.

3 Descola, P. (1993). *Les Lances du crépuscule*. Plon.

4 Appelée *planetary urbanization* dans les études urbaines anglophones. Brenner, N. (2014). *Implosions/Explosions: Towards a Study of Planetary Urbanization*. Jovis.

qu'elle nécessite, l'urbanisation génère aussi de plus en plus d'impacts biophysiques lourds. Ainsi, les mobilités et les fonctionnements urbains n'ont jamais émis autant de gaz à effet de serres et de polluants. L'impact de l'urbanisation sur les écosystèmes est considérable. Ces impacts sont directs, car les villes s'accroissent, s'étendent au détriment des écosystèmes qu'elles appauvrissent et menacent, mais également indirects, en quelque sorte, lorsqu'ils ne sont pas directement liés à l'expansion géographique des espaces urbains, mais aux besoins des marchés. Par exemple, pour satisfaire la demande alimentaire croissante des populations urbanisées, on va développer un système agro-industriel qui conduira à défricher la forêt équatoriale, épuiser des forêts et des landes, assécher des marais, surpêcher des océans… Les impacts de l'urbanisation sur l'eau sont également importants et préoccupants. Et comment ne pas mentionner l'incroyable production de déchets – notamment plastiques –, émis directement par les populations urbaines et surtout par les industries produisant la quantité astronomique des objets destinés, là aussi, à satisfaire les besoins des consommateurs urbains ? Pour fabriquer le moindre objet, un téléphone portable pesant quelques centaines de grammes, par exemple, des dizaines de kilos de matières (on parle ici de 70) seront nécessaires, ceci créant une quantité considérable de déchets.

L'urbanisation nous précipite dans l'Anthropocène. Pour cette raison, je propose le néologisme « d'Urbanocène » pour suggérer que l'Anthropocène est vectorisé par l'urbanisation généralisée du monde[6].



Rhizome : ***Face à ces enjeux, quelles seraient nos possibilités d'action ?***

Michel Lussault : L'enjeu, devant le constat de la crise de l'habitabilité planétaire qui se profile est bel et bien de réfléchir à de nouvelles manières de cohabiter à l'échelle mondiale, de concevoir les organisations urbaines, leurs finalités, et d'envisager la vie urbaine. Il importerait d'abord d'examiner la façon dont les injustices environnementales s'avèrent toujours couplées avec les inégalités sociales. Inventer une nouvelle manière d'habiter sur cette planète urbanisée et de faire face aux effets du changement global exige de mettre en place des sociétés plus justes. Nous n'avons pas été capables de proposer cela depuis des décennies, car le modèle de développement urbain dominant depuis plus de soixante-dix ans est profondément injuste. Il promeut même les inégalités comme un résultat « ordinaire » et logique des fonctionnements économiques compétitifs. Ce modèle est très étroitement lié au capitalisme contemporain, concurrentiel et financiarisé, qui est évidemment directement responsable de cette conséquence[7]. L'enjeu est immense, la question est certes difficile, mais la remise en cause du modèle de développement est essentielle afin d'essayer de créer des formes d'habitations urbaines beaucoup plus équitables.

Par ailleurs, depuis des décennies et même des siècles, nous avons considéré que tout ce qui était de l'ordre de la « nature », participant à des systèmes biophysiques pouvait être plié à notre volonté, à notre usage et transformé en ressources qu'on devait pouvoir utiliser sans entraves ni limites. Cela doit être remis en question. C'est en ce sens qu'il est essentiel de questionner les liens que nous entretenons, nous êtres humains en société, aux non humains, vivants et non vivants. Ici est introduite la question du type de relations éthiques et donc politiques qui pourraient être établies entre les humains et les non-humains, ainsi qu'entre tous les êtres humains, dont il faut également accepter de considérer la diversité de genre, d'origine, de sensibilité, de culture. C'est ainsi que l'on comprend que la coupure entre questions « environnementales » et questions sociales n'a pas lieu d'être. Toutefois, soyons lucides : nous n'avons pas de solutions sur l'étagère. Il faudra une intense mobilisation des acteurs sociaux, une réappropriation des capacités d'agir de chacun afin d'inventer de nouveaux cadres d'existence.

Rhizome : ***Comment représenter les droits fondamentaux de la Terre ?***

Michel Lussault : Dès les années 1970, un mouvement apparaît, consistant à considérer que les non-humains peuvent être traités non plus comme des objets, mais comme des sujets de droit, c'est-à-dire comme des entités qui méritent d'être reconnues juridiquement, politiquement et culturellement. La question du statut juridique des non-humains n'est pas technique, car le droit ne fait, en quelque sorte, que coder une reconnaissance qui est philosophique, culturelle, éthique et politique.

L'émergence des revendications pour ces droits de la Terre oblige à repenser nos relations avec les non-humains vivants – animaux, végétaux, arbres, plantes, micro-organismes – et les non-humains non vivants – les matériaux, les minerais, les artefacts – ou encore avec des réalités non humaines complexes – les fleuves ou les grands écosystèmes composites comme les forêts, les sols. Par exemple, le sable et l'eau sont utilisés de manière massive dans le monde pour produire du béton. Aujourd'hui, dans nos villes, nous vivons plongés dans un monde de sable puisque, où que l'on porte le regard, nous sommes environnés de bâtiments et donc de sable. Ce sable vient bien de quelque part, il doit donc être « reconnu » et « considéré » : nous ne pouvons pas oblitérer sa présence et penser que son utilisation est sans conséquences.

Si nous acceptons de réfléchir au problème du statut juridique des non-humains, une porte s'ouvre vers un champ bien plus ample : celui de la redéfinition des relations qui trament nos coexistences au quotidien et de la remise en question de nos manières classiques de composer nos espaces de vie, où nous, humains, sommes en permanence entrelacés avec des non-humains. Les modalités de cet entrelacement, de cette « diplomatie » particulière[8], sont tant sociales, économiques que politiques.

5 La population du globe aura été multipliée par 6 entre 1900 – où l'on comptait environ 1 500 000 d'habitants – et 2050 – où l'on comptera vraisemblablement 10 000 000 d'habitants. Dans le même laps de temps, la population statistiquement urbaine passerait de 200 millions environ à plus de 6 milliards.

6 Lussault, M. (2021). L'anthropocène comme urbanocène. Dans V. Disdier et M. Lussault (dir.), *Néolitihique-Anthropocène. Dialogue autour des 13 000 dernières années* (p. 85-94). Éditions 205.

7 Nous pouvons néanmoins remarquer qu'un certain nombre de pays non capitalistes ont historiquement activement participé à la dégradation des milieux. C'est notamment le cas de l'Union soviétique ainsi que de la Chine.

8 Je reprends ici en l'étendant quelque peu la proposition de : Morizot, B. (2016). *Les Diplomates. Cohabiter avec les loups sur une autre carte du vivant.* WildProject.

Christina A. Popescu Doctorante en psychologie sociale, chercheuse, conférencière sur le thème des changements climatiques et de l'écoanxiété
Université du Québec à Montréal – Laboratoire de recherche culture, identité et langue (Ciel)

Entretenir l'espoir entre écoanxiété et solastalgie



Se pourrait-il qu'il existe une forme d'interdépendance entre les êtres humains et la nature qui les entoure? La réponse à cette question paraît évidente de prime abord, et avec raison, car nous ne pouvons extirper l'espèce humaine de l'environnement dans lequel elle s'inscrit, elle évolue. Par le fait même, cette nature que nous considérons notre *maison* et qui nous apporte sécurité et réconfort définit notre habitat, les produits que nous consommons en majorité dans notre quotidien, ainsi que plusieurs de nos us et coutumes. Cependant, au-delà de ces aspects, quels autres types de liens développons-nous avec cet environnement qui nous habite autant que nous l'habitons, et qui, à l'aube des bouleversements climatiques bien amorcés, nous touchent et nous perturbent d'une manière nouvelle?

Dans un monde de plus en plus ébranlé par les effets des changements climatiques et la pollution humaine, il devient pressant de se pencher sur les types de liens qui nous unissent à notre environnement ainsi qu'aux différents aspects qui le composent. Dans le présent texte, un regard davantage axé sur la psychologie sera mis en avant dans le but de mieux comprendre ces liens, ainsi que la manière dont la nature et l'environnement peuvent être une source de réconfort et de bien-être pour les humain·e·s, autant qu'à d'autres occasions, ils peuvent également devenir le sujet de nos inquiétudes et de nos peurs. L'objectif de ce texte est de mieux comprendre les enjeux que ces problématiques amènent – et amèneront à l'avenir – sur les populations humaines au niveau de la santé psychologique, dont l'écoanxiété et la solastalgie, mais également de penser d'ores et déjà à demain, à l'adaptation et à la résilience qui seront nécessaires pour engager l'espoir et l'avenir.

Avons-nous une identité environnementale?

Pour expliquer l'origine des liens qui nous unissent à l'environnement, la chercheuse et psychologue américaine Susan Clayton a élaboré le concept d'*identité environnementale*, qu'elle définit comme une forme d'identité apparaissant chez les individus lorsque ceux-ci développent leur concept de soi. Elle est un sens de connexion ressentie envers une partie de l'environnement naturel non humain qui trouve ses racines dans l'historicité, l'attachement émotionnel et les valeurs d'une personne. Elle représente la croyance selon laquelle l'environnement est important pour soi et qu'il forme une part essentielle de qui nous sommes. C'est une forme d'identité qui nous procure le sentiment d'être connecté, de faire partie d'un plus grand tout, en plus de permettre la reconnaissance de points communs entre soi et les autres[1].

Au niveau plus théorique, l'identité environnementale découle de la théorie du *Place Attachment* qui implique que les expériences subjectives des personnes sont ancrées dans le monde physique dans lequel elles évoluent[2]. Il est également à noter que les sentiments de connexion et d'appartenance à un lieu augmentent avec le temps passé dans cet environnement et apparaissent de manière précoce dans l'enfance. Ainsi, plus un individu habite un lieu longtemps, plus grand sera le sentiment d'appartenance qu'il développera envers ce dernier. Également, plus l'attachement à un lieu débute tôt chez un individu, par exemple, lorsqu'il était enfant, plus il sera fort en comparaison avec celui d'un individu ayant débuté son attachement au même lieu plus tard dans sa vie[3].

De plus, l'identité environnementale est fortement reliée au sentiment d'écoanxiété ressentie[4]. Ainsi, plus une personne possède une identité environnementale élevée, plus elle sera encline à vivre de l'écoanxiété en lien avec les changements climatiques. Similairement, une autre étude réalisée sur une population australienne rapportait qu'une plus forte identification à l'environnement était également associée à de plus hauts niveaux de stress[5]. À la lumière de ces informations, on peut s'attendre à ce que l'identité environnementale puisse expliquer et mieux prédire les risques qu'une personne expérimente de l'écoanxiété ou de la solastalgie en comparaison à une autre personne.

Écoanxiété et solastalgie, les nouveaux maux planétaires?

Ces termes relativement nouveaux illustrent deux manières différentes de vivre les liens à l'environnement et à la biosphère, en particulier face à la

1 Clayton, S. (2003). Environmental identity. A conceptual and an operational definition. Dans S. Clayton et S. Opotow (dir.). *Identity and the natural environment. The psychological significance of nature* (p. 45-65). MIT Press.

2 Morgan, P. (2010). Towards a developmental theory of place attachment. *J Environ Psychol, 30*(1), 11-22.

3 Hay, R. (1998). Sense of place in developmental context. *J Environ Psychol, 18*(1), 5-29.

4 Clayton, S. *et al.* (2020). Development and validation of a measure of climate change anxiety. *J Environ Psychol, 69*, 1-11.

5 Dean, J. *et al.* (2018). Is nature relatedness associated with better mental and physical health? *Int J Environ Res Public Health, 15*(7), 1371-1389.

transformation et la destruction de ceux-ci. De par sa sémantique, le terme *solastalgie* fait référence à la souffrance et au mal-être ressentis par rapport à l'état de l'environnement immédiat. Il fait référence aux sentiments de détresse qui apparaissent lorsque la *maison* et le territoire ont été transformés ou détruits par les activités humaines ou les effets des changements climatiques[6].

Pour illustrer cette souffrance, prenons l'exemple des populations ayant survécu à des cataclysmes naturels, tels que l'ouragan Katrina, ou à des feux de forêt de plus en plus puissants, tels que ceux ayant sévi en Australie et au Canada ces dernières années. Les survivant·e·s de ces cataclysmes, une fois les dangers passés, vivent souvent de grands chocs émotionnels à la vue de la destruction de leurs habitations, villes ou villages et de la nature environnante. Il·elle·s peuvent vivre une importante détresse psychique, voir leurs niveaux d'anxiété et de dépression augmenter drastiquement, en plus d'être à risque de développer un trouble de stress post-traumatique dans certains cas[7].

En gardant la réalité des changements climatiques en tête, il serait juste de prédire qu'un nombre de plus en plus élevé de personnes auront à composer et à vivre avec la destruction de la nature et de leur lieu d'habitation, et cela pourrait avoir pour conséquence l'apparition d'une forme de *deuil environnemental*. Cette forme de deuil serait ressentie, entre autres, à la suite d'une transformation et d'une perte – physique et visible – de l'environnement qui est habité et aimé, et il aurait des répercussions sur le bien-être des individus au même titre qu'un deuil interpersonnel[8].

Toutefois, qu'en est-il des personnes qui vivent dans l'attente des transformations environnementales induites par les changements climatiques, en même temps qu'elles voient la destruction environnementale battre son plein ailleurs sur la planète ? Car vivre dans l'attente des conséquences des changements climatiques comporte également son lot de souffrances, comme il est possible de le voir avec le nombre grandissant de personnes éprouvant de l'inquiétude à l'égard de l'avenir de la planète, de la biodiversité et de l'humanité. À ce titre, un nouveau terme a fait son apparition dans les médias et dans les milieux universitaires pour définir ce « nouveau » type de souffrance : il s'agit du concept d'*écoanxiété*.

Cette problématique a un impact grandissant sur le bien-être psychologique quotidien de plusieurs individus, jeunes et moins jeunes, ici comme ailleurs sur la planète. Des manifestations de ce problème ont été rapportées chez toutes les tranches d'âge, mais les enfants, les adolescent·e·s et les jeunes adultes ressortent toutefois comme étant les populations les plus touchées – et affectées par l'avenir incertain que font miroiter les changements climatiques[9]. Les travailleur·euse·s des milieux des organisations non gouvernementales (ONG), de la recherche et de l'éducation relative à l'environnement sont également plus touché·e·s par l'écoanxiété[10]. Dans le même ordre d'idées, les individus ayant déjà expérimenté les effets des changements climatiques, ainsi que ceux dans l'attente imminente des transformations environnementales, telles que les populations insulaires du Pacifique, sont également plus à risque de vivre de l'écoanxiété[11].

Parmi les symptômes liés à l'écoanxiété, nous retrouvons l'inquiétude et la rumination intenses, un sentiment d'impuissance et de fatalisme, une anxiété généralisée, l'insomnie ou les cauchemars, les crises de panique, des sentiments de stress, de tristesse, de perte, de culpabilité, de désespoir et d'irritabilité accrus, ainsi que le fait d'avoir à vivre avec les manifestations d'un deuil compliqué dû à l'étiolement et la destruction de l'environnement. Dans les pires scénarios, il est à prévoir que certaines personnes vivront un trouble de stress post-traumatique, tandis que d'autres iront jusqu'au suicide. Les manifestations de cette angoisse existentielle peuvent avoir pour conséquences une perte de motivation pour les activités quotidiennes, une difficulté de concentration, une accentuation des risques d'abus de substances, la perte d'une partie de son identité et un désir de ne pas faire d'enfants[12].

Qu'en conclure ?

Toujours à la lumière de ce qui a été abordé, notre identité – ou plutôt nos identités – se trouve grandement altérée par la mort et la transformation de l'environnement que l'on considère comme faisant partie de soi, au même titre que la perte d'un·e proche nous bouleverse. Cela se produit autant lorsque la destruction environnementale a déjà eu lieu que lorsqu'elle se trouve à être de nature anticipée. Face à ces pertes, certains éléments et stratégies d'adaptation sont nécessaires afin d'aider à la construction et au maintien de notre sens du soi le plus élémentaire, ainsi qu'à faire émerger notre résilience.

La résilience se définit comme la capacité de reprendre un certain développement après avoir vécu un événement difficile ou traumatique, ainsi qu'à pouvoir surmonter les chocs émotionnels qui en découlent et à en ressortir plus fort·e, voire grandi·e. Cette épreuve permettrait donc d'atteindre une forme de *croissance post-traumatique*[13].

Il existe des facteurs de résilience qui permettent d'entamer ce processus ; mieux les (re)connaître afin d'être en mesure de les mettre en pratique soi-même, ainsi qu'auprès des personnes souffrantes, déclencherait plus rapidement le processus de transformation. Développer une forte connexion à la nature et poser des actions collectives pour diminuer les conséquences des changements climatiques font partie de ces stratégies. L'éducation environnementale et les activités d'apprentissage sociales peuvent également permettre d'accroître le niveau de confiance et de cultiver l'espoir concernant l'avenir. Briser l'isolement, créer des connexions humaines et la capacité de travailler – et de vivre ensemble – permet aussi d'améliorer la vision que l'on peut avoir du futur. Développer des habiletés émotionnelles de présence à soi et d'autorégulation des émotions est également recommandé. Avoir la foi, développer des pratiques spirituelles et être en quête de sens sont d'autres facteurs contribuant grandement à l'apparition de la résilience et à une meilleure capacité de gestion des impacts personnels négatifs qu'apportent les changements climatiques et leurs multiples conséquences[14].

À l'aube des transformations à venir, il peut être facile – et en tout cas normal – de se laisser envahir par l'anxiété et l'angoisse existentielle des risques que posent les changements climatiques. Si la détresse est trop forte et dépasse nos capacités d'adaptation et d'autorégulation émotionnelles, il ne faut pas hésiter à consulter des spécialistes en santé mentale pour rétablir un certain équilibre dans nos vies et pour notre bien-être.

6 Albrecht, G. (2005). "Solastalgia". A new concept in health and identity. *PAN, 3,* 44-59 ; Galway, L. P. *et al.* (2019). Mapping the solastalgia literature. A scoping review study. *Int J Environ Res Public Health, 16,* 2662, 1-24.

7 Ellis, N. R. *et al.* (2017). Climate change threats to family farmers' sense of place and mental wellbeing. A case study from the Western Australian Wheatbelt. *Soc Sci Med, 175,* 161-168 ; Hackbarth, M. *et al.* (2012). Natural disasters: an assessment of family resiliency following Hurricane Katrina. *J Marital Fam Ther, 38*(2), 340-351.

8 Cunsolo, A. *et al.* (2018). Ecological grief as a mental health response to climate change-related loss. *Nature Climate Change, 8,* 275-281.

9 Clayton, S. *et al.* (2021). *Mental health and our changing climate. Ibid.* ; Hickman, C. (2019). I'm a psychotherapist. Here's what I've learned from listening to children talk about climate change. *The Conversation.*

10 Pihkala, P. (2020). Eco-anxiety and environmental education. *Sustainability, 12*(10149).

11 Clayton, S. *et al.* (2021). *Mental health and our changing climate. Ibid.*

12 *Ibid.*

13 Cyrulnik, B. (2018). Traumatisme et résilience. *Rhizome, 3-4*(69-70), 28-29.

14 Macy, J. *et al.* (2012). *Active hope. How to face the mess we're in without going crazy.* New World Library ; Pihkala, P. (2020). Eco-anxiety and environmental education. *Ibid.* ; Ramsay, T. *et al.* (2011). Resilience, spirituality and post-traumatic growth: Reshaping the effects of disaster. Dans I. Weissbecker (dir.). *Climate change and human wellbeing: Global challenges and opportunities,* 165-184.

Alix Cosquer Chercheuse en psychologie environnementale
Centre d'écologie fonctionnelle et évolutive (CEFE) – Montpellier

Pourquoi la nature nous fait-elle du bien ?

En 1984, la revue *Science* publiait une étude montrant que des patients à qui on avait assigné une chambre dont la vue donnait sur une scène naturelle avaient eu des séjours postopératoires plus courts, avaient reçu moins de commentaires d'évaluation négatifs dans les notes des infirmières et avaient consommé moins d'analgésiques puissants que des patients hospitalisés pour les mêmes soins dont les fenêtres donnaient sur un mur de brique[1]. Si l'hypothèse d'un lien entre l'exposition à la nature et le bien-être humain est depuis longtemps admise, cette étude de Roger Ulrich, encore largement citée de nos jours, marque un tournant. Les effets, documentés à travers le suivi d'indicateurs, peuvent paraître d'autant plus surprenants que la relation avec la nature observée dans l'étude repose avant tout sur un rapport visuel. Ainsi, la simple mise au contact de la nature produirait des effets positifs sur la santé des personnes ?

Les recherches autour de ces effets se sont largement développées depuis et les résultats d'études récentes menées dans des domaines aussi variés que la médecine, la psychologie ou encore les sciences cognitives apportent aujourd'hui de nouveaux éclairages concernant cette thématique. Le renouvellement de ces approches prend en compte les bouleversements sociaux et environnementaux des dernières décennies qui ont des répercussions sur les environnements naturels et nos interactions avec le vivant.

1 Ulrich, R. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. *Science, 224*, 420-421.

2 Par exemple, *via* des stratégies d'aménagement du territoire permettant de meilleurs accès aux espaces verts au quotidien.



De l'observation des bienfaits de l'exposition à la nature…

La problématique des bénéfices associés à la nature dépasse largement le cadre des questions de santé, tel qu'on le conçoit ordinairement. La présence de la nature au sens écologique du terme – c'est-à-dire la variété de formes de vie terrestre ainsi que l'ensemble des composantes géophysiques et chimiques qui en soutiennent les dynamiques spatiales et temporelles – est avant tout nécessaire à la vie humaine. Il ne s'agit pas de détailler ici l'ensemble des bénéfices – beaucoup trop nombreux et complexes – procurés par la nature auprès d'un grand nombre de communautés humaines, mais de discuter plus précisément des processus de santé engagés par le contact immédiat de personnes avec un milieu ou des éléments naturels. Ainsi, de nombreuses études documentent les bénéfices d'une exposition à la nature.

Les principaux effets physiologiques observés indiquent un accroissement de l'activité nerveuse parasympathique (diminution de la fréquence cardiaque, baisse de la tension artérielle…) et une diminution de l'activité nerveuse sympathique associée à des situations de stress (baisse des niveaux de cortisol salivaire, d'adrénaline et activité cérébrale diminuée dans le cortex préfrontal). La réduction physiologique du stress s'accompagne d'une diminution des facteurs de risques psychologiques et de la charge de certaines maladies psychiques liées au stress. L'exposition à la nature est également associée à la baisse des incidences d'autres pathologies, telles que les troubles anxieux et la dépression. Plus largement, la relation avec la nature participe à l'amélioration du bien-être mental. Le contact avec des environnements naturels soutient les fonctions cognitives en réduisant la fatigue et en restaurant la capacité d'attention. L'exposition à la nature contribue à améliorer le sommeil, tandis que la diminution de l'anxiété et des ruminations négatives apportent une amélioration de l'humeur et des sentiments positifs. Passer du temps dans la nature durant l'enfance permet de développer l'imagination, la créativité, le sens critique et la capacité à résoudre des problèmes. Par ailleurs, une plus grande proximité et accessibilité à des espaces verts au quotidien favorise les interactions sociales et la cohésion. Chez les enfants, les expériences en extérieur favorisent la motivation pour apprendre, l'enthousiasme, ainsi que le calme, la maîtrise de soi et les compétences relationnelles. Ces effets contribuent au développement de comportements prosociaux et à une atmosphère de coopération.

La reconnaissance de la diversité des contributions de la nature au bien-être se manifeste désormais à travers l'intégration de ces enjeux à des politiques de santé publique[2] et à travers une meilleure prise en compte de la nature dans les structures de soin (par exemple, à travers l'aménagement et la promotion d'espaces extérieurs végétalisés). Plus spécifiquement, on observe le développement de thérapies basées sur la nature et

d'écothérapies s'intéressant au développement de relations entre les individus et la nature dans des perspectives à la fois de soin, de prévention et d'enrichissement du lien humain-nature[3]. Afin d'alimenter ces champs de recherche et de pratique, il paraît utile d'interroger les mécanismes qui contribuent aux effets positifs observés. Pourquoi au juste la mise en présence avec la nature nous fait-elle du bien?

… vers la compréhension de processus d'interaction à la nature

Une première explication réside peut-être dans des processus évolutifs. L'espèce humaine s'est développée au contact de la nature et ce contact, génération après génération, a forgé nos gènes et nos systèmes neuronaux. L'hypothèse de la biophilie, développée par le biologiste Edward Wilson[4] postule que l'être humain a une tendance innée, inscrite dans ses gènes, à rechercher les connexions avec la nature et d'autres formes de vie, dans le but d'assurer la meilleure adaptation possible avec son environnement. Cette hypothèse se trouve aujourd'hui appuyée par une série d'études en neurosciences qui démontrent une optimisation des performances au sein d'un environnement naturel : différentes régions cérébrales interagissent ainsi davantage quand nous sommes entourés de nature, notamment le cortex visuel, qui apparaît particulièrement efficace pour analyser les scènes naturelles.

Cette adaptation expliquerait en partie la diminution du stress provoquée par le contact avec la nature, tandis que les environnements urbains ont tendance à entraver ce processus de récupération. Dès 1981, Roger Ulrich avait montré la présence d'ondes alpha, caractéristiques d'un état de relaxation, lorsque l'on contemple un paysage naturel plutôt qu'un environnement urbain. Ainsi, la nature sollicite nos systèmes neuronaux en douceur, sans les surcharger. En outre, le cerveau analyse facilement ce qu'il perçoit, s'étant adapté à cet environnement lors de sa longue évolution, et cette fluidité semble l'apaiser. La fascination douce, discrète et continue, offerte par les paysages naturels favorise un repos psychique sans effort et détourne notre attention de nos ruminations.

Lorsque nous sommes en contact avec la nature, certaines caractéristiques associées aux milieux naturels sont également susceptibles de contribuer favorablement à la santé humaine. L'exposition à une multiplicité d'habitats naturels permet de développer un acclimatement de la communauté microbienne de l'organisme ainsi que des réponses immunitaires aux allergènes et à d'autres facteurs susceptibles de causer des maladies. Des travaux mettent en évidence les effets de certains phytoncides, des composants chimiques produits par les plantes : l'inhalation de cédrol, par exemple, diminue la fréquence cardiaque et réduit la pression artérielle ; l'α-pinène produit par les conifères favorise quant à lui la relaxation et certaines molécules favorisent l'activité des cellules *natural killer* (NK) chez l'humain qui traquent et tuent les cellules infectées par des virus.

Ces premières pistes ne constituent cependant pas le seul horizon explicatif pour aborder la complexité des enjeux de santé associés à la nature, et il faut nécessairement considérer les contextes sociaux et environnementaux dans lesquels s'inscrivent les expériences impliquant la nature. La transformation des modes de vie (urbanisation, usage accru des écrans, etc.), associée aux changements environnementaux induits par les activités humaines modifie les rapports que les individus entretiennent avec la nature et entraîne une raréfaction et un appauvrissement des expériences de nature. Si l'exposition à la nature nous apparaît si bénéfique, n'est-ce pas parce que certains besoins et préoccupations humaines se trouvent avivés par l'éloignement vis-à-vis du vivant?

L'accumulation de certaines conditions relatives aux modes de vie contemporains (sollicitations répétées, diminution de l'activité physique et du temps de sommeil journalier, modification des liens sociaux et des instances de socialisation, augmentation des préoccupations liées aux enjeux sociaux et environnementaux…) concourt chez de nombreuses personnes à une augmentation du stress, qui procède d'un dérèglement du système nerveux. Le système nerveux sympathique se trouve sursollicité, tandis que le système nerveux parasympathique est entravé dans son fonctionnement. Dans ce cas, la réaction favorable de l'exposition à la nature peut apparaître d'abord comme une opportunité de récupération dont le sujet se saisit pour diminuer son stress.

Surtout, l'introduction de la nature dans le champ des expériences peut produire une mise à distance ou bousculer des représentations et des usages ordinaires et amener un autre regard sur soi, les autres et le monde. La mobilisation physique et sensorielle, qu'il s'agisse de marcher, de respirer, d'observer le paysage ou d'écouter des sons permet aux individus de recentrer leur attention sur la présence de leur corps dans l'espace, offre un chemin à l'esprit pour canaliser les pensées et favorise un état d'attention au moment présent. Cette disponibilité permet à l'individu de prendre du recul et favorise des moments d'introspection. Le contact avec la nature permet aussi de s'extraire – momentanément – du regard social. Si, comme le dit un jeune urbain interrogé sur sa relation au vivant, « *la nature ne vous juge pas*[5] », ce n'est pas tant en raison des qualités intrinsèques du vivant, mais du cadre pesant que peut constituer la société à travers ses normes et ses jugements. Les milieux naturels, en offrant une diversité de contextes d'interactions, permettent le déploiement de relations sociales orientées vers la coopération, la négociation ou l'attention à autrui. Enfin, la mise en présence d'éléments issus de la nature confronte les sujets à l'altérité et la singularité du vivant, en même temps qu'à la perception d'un monde comme espace partagé. Loin d'envisager la dépendance comme une contrainte, le sentiment d'appartenance au monde naturel peut se révéler rassurant et participer à la construction du sens donné à sa vie. En immersion dans un milieu naturel, l'individu se sent parfois « dépassé par plus grand que soi », « à sa place… ». Ces sensations peuvent s'accompagner de sentiments d'émerveillement face à la complexité et à la beauté du vivant et de gratitude pour les bénéfices apportés.

Ces aspects soulèvent des questionnements relatifs aux problématiques de santé et à leur nécessaire mise en perspective avec la complexité des enjeux socioécologiques actuels[6]. Si le contact avec la nature nous est bénéfique, c'est peut-être car nous percevons, à travers l'établissement de celui-ci, différentes manières d'être au monde et que nous pressentons, au-delà des espaces souvent cloisonnés de nos existences, la possibilité d'autres récits communs. En nous ramenant dans l'intensité du moment vécu, la relation qui s'établit avec la nature permet de rouvrir les possibles et les imaginaires, laissant le champ libre au futur.

3 Cosquer, A. (2021a). *La sylvothérapie.* PUF.

4 Wilson, E. O. (1984). *Biophilia.* Harvard University Press.

5 Birch, J., Rishbeth, C. et Payne, S. (2020). Nature doesn't judge you – how urban nature supports young people's mental health and wellbeing in a diverse UK city. *Health & Place, 62.*

6 Cosquer, A. (2021). *Le Lien naturel, Pour une reconnexion au vivant.* Le Pommier.

L'amour de la nature, médicament de l'esprit



J'ai récemment visité un groupe d'entraide mutuelle (GEM) et cette rencontre m'a plu. Ses locaux sont situés dans une maison spacieuse qui abrite un jardin. Il y a même un potager, des courgettes, des tomates, des framboisiers, des plantes aromatiques, de quoi donner un peu de vie à ce lieu. Ce n'est pas toujours le cas pour les GEM, souvent situés en centre-ville, ce qui les rend parfois mornes. Si le cœur des gens, leur joie et leur vitalité peuvent apporter beaucoup de vie à ces lieux, la présence de la nature peut parfois y manquer.

Je suis très sensible à la nature. Lors de séjours psychiatriques ou dans divers lieux de ressourcement, j'ai aussi pu constater le soin qu'elle apportait. Le fait de pouvoir mettre ses yeux sur les montagnes et leurs forêts, au loin, ou d'être entourée d'arbres, de fleurs, de prairies, est très apaisant. On s'arrête pour regarder un bourgeon, le bouton d'une fleur, des feuilles de diverses forme, taille… L'automne, les feuilles jonchent le sol et font un bruit délicat lorsque l'on marche dessus, notamment sous des platanes et leurs grandes et épaisses feuilles… L'hiver, la végétation se repose, mais les troncs d'arbres sont là, imposants, pour nous rappeler que la vie est simplement endormie. Le printemps, c'est la poésie du renouveau, la magie de la renaissance. Et l'été, tout ce petit monde s'épanouit de nouveau pour exprimer toute sa force, les arbres nous montrent fièrement leur beau manteau feuillu.

Pendant ma dernière hospitalisation en psychiatrie, j'ai pu me ressourcer grâce à la verdure. Depuis quelques années, il·elle·s laissent l'herbe pousser, comme dans certains parcs, dans les étendues de l'université. Ainsi, les graminées, les fleurs, peuvent se déployer et grandir sans qu'on vienne les tondre. Les petits animaux doivent sourire et être bien heureux que l'on ne vienne pas les embêter. Le sol ne s'en porte que mieux, la biodiversité s'y installe, les insectes pollinisateurs sont ravis. C'est un plaisir de déambuler dans des villes plus vertes. À Grenoble, on trouve également de plus en plus de bancs en bois, c'est la nature aussi.

Il m'est arrivé de vivre un temps en centre-ville et c'était dur, je regardais très souvent le ciel pour voir des nuages, afin de me raccrocher à de la nature. On peut vite en manquer dans certains coins de ville. La pluie elle aussi est un réconfort, c'est un peu la nature que l'on sent sur sa peau, que l'on entend tomber sur son parapluie. J'ai eu la chance également de vivre au sein d'une ferme isolée, à la campagne, où il y avait mon potager, des moutons, plein de forêts, des prés, de grands châtaigniers et leurs délicieux fruits, des plantes sauvages et des champignons… dont des cèpes succulents. Je n'ai jamais été aussi heureuse que durant ces années de vie où j'étais en osmose avec la nature. J'aimais beaucoup cet endroit, avec son corps de ferme en vieilles pierres. Dans ce lieu, tout était en harmonie. Je me sentais ancrée, profondément, avec la nature. J'étais aux premières loges lorsqu'il neigeait, je pouvais aller danser sous la pluie, je respirais les odeurs de plantes ou encore le fumier des moutons, qui d'ailleurs est un excellent antidépresseur. Mon potager était mon ami, je pouvais aller le voir quand je voulais et je m'occupais de lui. C'était une manière de me soigner moi-même et cela me valorisait aussi. J'apprenais beaucoup de choses et je pouvais en parler avec les autres, cela me reliait et me faisait me décaler de mes problématiques psychiques.

L'été je pars souvent en bivouac afin de me ressourcer. J'aime monter la montagne, tranquillement ; quel bonheur d'arriver au sommet, de pouvoir admirer la vue, les collines aux forêts sauvages, les roches dans tous les sens. On peut s'amuser à jouer les géologues dans cette contemplation. Il m'est arrivé de rester une heure assise en haut d'une montagne et de m'amuser à regarder le paysage de différentes manières, avec des grilles de lecture diverses, puis de retourner à de la contemplation plus pure, à l'observation. Comme une méditation, il s'agit de se laisser transporter par le moment, la vue, les odeurs, profiter d'être présent·e, là, d'avoir la chance de se trouver dans cette nature sauvage, et de se dire qu'on est dans un endroit beau et privilégié. Ces randonnées, sur plusieurs jours, permettent de se ressourcer pour le restant de l'année, de recharger les batteries. Sans parler des sublimes nuits étoilées où on peut aussi observer des étoiles filantes au mois d'août. Ces moments permettent de s'immerger dans la nature ; il n'y a pas de coupure, on se débrouille avec son matériel et sa nourriture, on se suffit de peu, on cohabite avec dame Nature.

Certaines personnes vont prendre des arbres dans les bras pour se soigner. D'autres prennent une plante verte, faute de jardin, ou égaient leur balcon. J'ai la chance d'habiter à la campagne et de pouvoir aller me balader pour profiter du soleil, du calme et de la nature, en forêt ou dans les champs, pour ainsi apaiser mes troubles psychiques, de différentes manières, dès que je peux. Merci à la nature.

Christian Mercure **Professeur**
Université du Québec à Chicoutimi (UQAC) – Département des sciences humaines et sociales – Unité d'enseignement en intervention plein air

Marie-Ève Langelier **Professeure, psychothérapeute**
UQAC – Département des sciences humaines et sociales – Unité d'enseignement en intervention plein air

L'intervention par la nature et l'aventure au service de la santé mentale



De plus en plus d'études démontrent les bienfaits de la nature sur la santé mentale[1]. Des chercheurs ont notamment mesuré, chez des individus ayant été en contact avec un environnement naturel, une réduction du stress et de l'anxiété [1,2], une diminution des symptômes dépressifs et de la rumination mentale [2,3], une amélioration de la qualité du sommeil[2] ainsi qu'une restauration de l'attention ou des capacités cognitives[1,2,3].

Cet intérêt grandissant envers les effets lénifiants, protecteurs et curatifs de la nature a particulièrement de sens dans un contexte où de nombreuses personnes, notamment aux prises avec des troubles de santé mentale, n'ont actuellement pas accès aux programmes et services d'aide psychologique existants. Au Québec, ce sont par exemple plus de 20 000 personnes expérimentant une problématique de santé mentale qui sont en attente de ces services spécialisés[4]. Ainsi, promouvoir les bienfaits de la nature auprès de la population, particulièrement les individus vulnérables ou à risque, mais également outiller les professionnels issus des milieux de la santé et des services sociaux à intégrer ces bienfaits dans leurs interventions nous semble des voies fort prometteuses pour tenter de répondre à un besoin populationnel indéniable.

En lien avec cette seconde proposition, l'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC) offre, depuis 2016, un programme de diplôme d'études supérieures spécialisées (DESS) en intervention par la nature et l'aventure[5]. Les interventions par la nature et l'aventure (INA) « [...] sont basées sur l'idée qu'il est possible de faciliter des apprentissages, des changements de comportements ou encore de traiter des maladies ou des troubles de santé qui pourraient être de natures physique ou psychologique à travers l'utilisation d'activités d'aventure en milieu naturel dans un contexte d'apprentissage expérientiel en groupe[6] ». Formation unique dans la francophonie, le DESS en INA est destiné aux psychologues, travailleurs sociaux, psychoéducateurs, infirmiers, médecins, ergothérapeutes, kinésiologues et autres professionnels de santé et des services sociaux en vue de leur fournir les outils qui leur permettront d'intégrer le plein air à leurs pratiques et de maximiser les effets de la nature et de l'aventure dans le cadre de programmes d'intervention réalisés en milieu naturel.

Alliant une double formation théorique et pratique, dispensée sous forme d'expéditions en plein air dans le cadre de certains cours, ce programme universitaire de deuxième cycle permet aux étudiants et étudiantes à la fois d'être accompagnés dans l'élaboration, l'implantation et l'évaluation d'un projet d'intervention adapté à leurs intérêts et champs disciplinaires respectifs, mais également d'acquérir et de consolider des savoirs, des savoir-faire et savoir-être spécifiques aux INA. À titre d'exemple, dans le cadre de leurs projets de fin d'études, nos diplômés ont mis en place des programmes destinés à des publics vivant avec des troubles liés à l'utilisation de substances, la cyberdépendance, des troubles anxieux ou neurodéveloppementaux, à des personnes en situation de handicap ou à des patients atteints ou en rémission de cancer[7]. Ces projets ont tous été réalisés en partenariat avec des cliniques médicales, des centres de services, des écoles primaires et secondaires ou encore des organismes communautaires et contribuent à élargir l'offre de services en santé au Québec.

Ancré dans l'expertise développée à l'UQAC depuis les années 1980 en matière d'intervention plein air, notamment d'aventures à visée thérapeutique, ce programme de 30 crédits (10 cours) s'inscrit dans une riche tradition d'éducation expérientielle en plein air. Les contenus enseignés s'appuient sur l'état le plus à jour de la recherche scientifique ainsi que sur des théories et des approches validées permettant d'intervenir auprès de groupes de personnes pour contribuer, par le biais de la nature et de l'aventure, à leurs apprentissages et à leur développement, et ainsi répondre à leurs besoins particuliers. Modalité d'intervention en émergence au Québec, l'INA telle qu'elle est développée et enseignée à l'UQAC s'inspire d'approches anglo-saxonnes bien établies et reconnues telles que *l'adventure therapy*, la *wilderness therapy*, l'*outdoor behavioral healthcare* ainsi que de différentes formes de *nature* ou *outdoor therapies*, basées sur le contact ou le lien avec la nature (écothérapie, zoothérapie, hortithérapie, etc.). D'autres mouvements internationaux influencent également les approches mises en œuvre, par exemple les bains de forêt japonais (*Shinrin-Yoku*), approche également connue sous le nom de *sylvothérapie*.

Ainsi, le programme de DESS en INA forme des professionnels compétents qui seront en mesure d'accompagner, de soigner et d'éduquer la population aux bienfaits de la nature et de l'aventure sur la santé.

1 Institut de cardiologie de Montréal. (2021). *Les bienfaits de la nature sur la santé globale.* SEPAQ.

2 Frumkin, H. *et al.* (2017). Nature contact and human health: a research agenda. *Environ Health Perspect, 125*(7), 075001.

3 Nilsson, K., Bentsen, P., Grahn, P. et Mygind, L. (2019). De quelles preuves scientifiques disposons-nous concernant les effets des forêts et des arbres sur la santé et le bien-être humains ?. *Santé publique, 1*(HS), 219-240.

4 Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2021). *Plan stratégique 2019-2023.* Gouvernement du Québec.

5 uqac.ca/programme/1597-dess-en-intervention/

6 Mercure, C., Tranquard, M. et Mepham, D. (2021). Les interventions en plein air à l'Université du Québec à Chicoutimi (Canada), *Nature et Récréation, 10,* 49-60.

7 La mise en place d'un programme de pêche à la mouche destiné à de jeunes adultes en traitement d'un cancer du sein (pointedespieds.com/expeditions/63-projet-pilote-ete-2021/), une expédition pour des jeunes vivant avec des troubles de dépendances (ici radio-canada.ca/recit-numerique/417/nature-plein-air-therapie-jeunes-dependance-intervention-sociale) ou encore une aventure en kayak de mer pour un public avec des troubles de santé mentale (fb.watch/9XbsH5N2Kg/) sont quelques exemples de projets mis en place.

Romain Pommier **Psychiatre-praticien hospitalier, responsable médical du *Jardin des Mélissses***
CHU de Saint-Étienne– Centre référent de réhabilitation psychosociale de Saint-Étienne (RehaLISE-GCSMS Rehacoor42)

L'expérience vécue au jardin de soin en faveur du rétablissement

Pour accompagner les personnes aux prises avec des troubles psychiques sévères et invalidants dans leur rétablissement, les soins de réhabilitation proposent déjà plusieurs interventions validées telles que l'éducation thérapeutique du patient, la remédiation cognitive ou l'entraînement aux habiletés sociales pour ne citer qu'elles. Le développement de nouvelles interventions non médicamenteuses validées est nécessaire, car si le recours pharmacologique reste souvent indispensable, il présente aussi des limites. Il convient de les utiliser de manière proportionnée et adaptée en les proposant, plutôt qu'en alternative, en complément aux soins usuels, comme c'est le cas de l'hortithérapie.



Le jardin des Mélisses, un projet de jardin thérapeutique

Le jardin – de soin ou à but thérapeutique – des Mélisses est né en 2015 au cœur du Pôle de psychiatrie du centre hospitalier universitaire (CHU) de Saint-Étienne. Le projet a été porté par une équipe pluriprofessionnelle de soignants (infirmiers, ergothérapeute, médecins) issus de l'ensemble des services hospitaliers. Cet espace aménagé[1] selon des critères internationalement reconnus[2] – soit l'accessibilité du jardin ; l'aménagement paysager avec une diversité suffisante et une non-toxicité des essences ; une variété d'espaces propices à l'apaisement, la production, l'accueil et la détente – a permis aux soignants et aux jardiniers de l'hôpital de la collaborer afin de proposer une végétalisation de l'ensemble du parc jouxtant les services hospitaliers.

Depuis plusieurs années, des activités thérapeutiques à médiation encadrées par des infirmiers sont menées au *Jardin des Mélisses*. Jusqu'à huit séances consécutives sont proposées, à raison de deux par semaine, aux personnes hospitalisées dans les six services du pôle de l'hôpital. Les activités réalisées à l'issue d'une prescription médicale ciblant des dimensions symptomatiques (tel que le retrait social, l'apragmatisme, la désorganisation, la perte d'autonomie…) sont adaptées à chaque personne au regard de son état physique et psychique. Ainsi, les infirmiers proposent à un groupe de 2 à 6 patients des activités adaptées à leur état clinique et permettant de soutenir la mise en mouvement, par une activité physique adaptée pour les uns, pour d'autres, par une tâche répétitive permettant de se concentrer et de focaliser son attention et enfin, pour les plus fatigués d'entre eux, une simple présence auprès du groupe au contact du jardin pour commencer.

Bénéfices et effets du jardin thérapeutique sur les personnes hospitalisées

Chez les personnes hospitalisées, les premiers bénéfices identifiés[3] semblaient porter sur la réduction de la perception des symptômes de la maladie, l'impression d'être « reconnectées » à l'environnement immédiat et de ressentir un regain de vitalité, un sentiment d'utilité retrouvé, comme l'illustrent les dires d'un participant : « *Ben, j'étais bloqué, je pensais que je n'allais pas m'en sortir, mais ça m'a redonné envie. Ça m'a montré que je n'étais pas que malade. Ça m'a donné envie de me battre.* »

L'enquête met aussi en évidence l'intérêt d'une relation soignant-soigné différemment perçue, participant probablement à une amélioration de l'alliance thérapeutique. Les paroles d'un autre patient témoignent de ce constat : « *Ça augmente le côté humain… qu'ils* [les professionnels de santé] *soient avec nous* [les personnes hospitalisées participant aux ateliers du jardin thérapeutique], *qu'ils travaillent avec nous, nous montrant ce qu'il fallait faire, ce qu'il fallait planter… Ça rapprochait vraiment l'infirmier de l'homme. Et pas le "gardien de prison dont on a l'image"…* [Le jardin thérapeutique forme] *un cadre ouvert. C'est agréable de voir qu'ils sont aussi capables de faire la même chose que nous et d'y trouver du plaisir.* »

Enfin, plusieurs personnes interrogées évoquent une reprise du pouvoir d'agir, individuel et collectif participant à un sentiment d'autoefficacité amplifié, comme le souligne une autre personne hospitalisée : « *C'est quelque chose qui peut faire du bien à tout le monde. Parce que c'est la nature et qu'on a besoin de la nature. Parce qu'elle crée. Il y a un résultat après, je ne sais pas si ça se dit, mais… vous récoltez ce que vous avez semé.* »

Conclusions

Aujourd'hui, nous cherchons à développer ce type d'intervention non médicamenteuse sur notre territoire, dans le champ de la prévention et de l'accompagnement, hors contexte hospitalier, en fédérant les initiatives existantes et en soutenant les projets émergents[4]. Enfin, on remarque que la valence positive de la nature sur la santé humaine n'est plus la seule préoccupation des soignants, car les villes se saisissent de certaines opportunités en termes d'aménagement urbain et comprennent le potentiel social de ce type de projet[5].

Alors qu'une majorité d'individus a éprouvé pendant le confinement à quels points les parcs et les espaces verts nous étaient nécessaires, nous espérons entraîner les personnes concernées par un problème de santé ou en situation de handicap, les proches aidants et les professionnels à participer ensemble au développement de ces nouveaux espaces partagés, vecteurs d'apprentissages et de solidarités renouvelées.

1 Projet mené sous la coordination de France Criou, médecin généraliste, paysagiste et conceptrice du *Jardin de l'Armillaire* au CHU de Nice auprès d'un public similaire au nôtre.

2 Palsdottir, A. M. *et al.* (2014). The journey of recovery and empowerment embraced by nature: Clients' perspectives on Nature based rehabilitation in relation to the role of natural environment *Int. J. Environ. Res. Public Health, 11*, 7094-7115.

3 Pommier, R. *et al.* (2018). Approche qualitative de l'éprouvé au jardin de soin. Une étude exploratoire en Psychiatrie de l'Adulte. *Annales Médico-Psychologiques, 176*(2), 150-156.

4 Un réseau départemental de jardins de santé, porté par l'association Danaecare et reconnu comme antenne locale de la jeune et – première en France – fédération française Jardin, nature et santé (FFJNS) permet ainsi de participer à la définition de ce champ en plein essor (f-f-jardins-nature-sante.org/) ainsi que l'ouverture en 2021 d'un diplôme universitaire « Santé et jardins. Prendre soin par la relation à la nature », porté par l'université Jean-Monnet de Saint-Étienne.

5 C'est le cas de la proposition « Rue jardinée » portée par l'établissement public d'aménagement de Saint-Étienne (Epase) invitant les habitants à se saisir ensemble des enjeux d'aménagement du territoire et de participer à l'amélioration immédiate de leur environnement urbain.

Léa Basso Administratrice bénévole de l'association Emmaüs Roya

Prendre soin du vivant dans une communauté Emmaüs agricole

Emmaüs Roya est une communauté Emmaüs paysanne, la seule en France dont les revenus se basent exclusivement sur des activités agricoles. Ici, pas de friperie ni de meubles ou de vaisselle à vendre. Aujourd'hui, c'est la préparation de chutneys et de confitures, pendant que la personne responsable des animaux ramasse les 700 œufs, les met en boîtes et nourrit poules et cochons, comme tous les jours. Demain, on récoltera des courges, des choux, des poireaux, des navets et des salades d'hiver, pour le marché d'après-demain…

Nous attendons avec une sorte d'impatience la récolte des olives, avec lesquelles nous ferons de l'huile et de la pâte d'olive. Il faudra ensuite tailler les oliviers, puis très vite le soleil reviendra avec le printemps, et ce sera le moment de préparer les semis pour la saison d'été, remplie de milliers de légumes colorés pour nos salades du midi et celles de nos clients… Ainsi passe l'année, au rythme des saisons qui guident notre travail de la terre. Les compagnes et les compagnons qui sont là depuis plusieurs années le savent bien et y ont trouvé petit à petit leurs repères.

Proposer un hébergement et une activité

Depuis 2019, cette communauté Emmaüs accueille 6 personnes en situation de précarité, pour des durées indéterminées. Chacun reste le temps dont il a besoin. Cet accueil inconditionnel comprend un hébergement, une activité hebdomadaire, un accompagnement social et juridique, une allocation mensuelle, une couverture sociale et des cotisations aux caisses de retraite et d'assurance maladie. L'agrément Oacas[1] permet de proposer légalement cet accompagnement et cette allocation à tous, même à des personnes en demande d'asile ou sans papiers. C'est autour de ce statut spécifique et de l'envie de proposer un accueil pérenne aux personnes en migration que s'est créée l'association Emmaüs Roya, car l'histoire de ce lieu n'a pas commencé il y a trois ans. C'était avant tout le terrain d'un paysan, Cédric Herrou, qui, à partir de l'année 2016, a hébergé et aidé des centaines d'hommes et de femmes qui traversaient la frontière franco-italienne[2].



Aujourd'hui, le lieu accueille encore de temps en temps des gens de passage, mais c'est bien un accueil sur le long terme qui a pris place. D'ailleurs, les personnes accueillies ne le sont plus forcément pour des raisons administratives, plusieurs d'entre elles sont françaises ou européennes et se sont trouvées marginalisées pour des difficultés sociales ou psychiatriques. Les compagnons travaillent, mangent et vivent ensemble, accompagnés par deux responsables de communauté salariés, une encadrante maraîchère et quelques bénévoles. Sans s'être choisis, ils se retrouvent à partager un moment de vie et des espaces collectifs.

La réhabilitation par l'activité et la vie communautaire

Ce changement de temporalité de l'accueil a fait émerger de nouvelles questions, notamment celle du « prendre soin ». Prendre soin les uns des autres, prendre soin de la communauté en tant qu'entité, prendre soin des lieux collectifs, des animaux, des végétaux, du vivant en général.

Les responsables de communauté ont vite compris que l'hébergement ne suffisait pas pour que les personnes accueillies se sentent bien. L'activité semble être un besoin tout aussi vital, au même titre que le cadre (horaires, règles de vie), qui s'est imposé naturellement à travers la vie communautaire. L'activité agricole *a fortiori* semble faire du bien aux personnes accueillies. Chacune selon ses affinités apprécie de s'occuper des animaux, tenir le stand du marché, cueillir les légumes, désherber, ramasser les olives ou cuisiner. Chacune prend confiance, à travers ces tâches répétitives et valorisantes. Peut-être parce qu'elles ont tout simplement du sens. Le mode de vie prôné par la communauté est simple, basé sur l'alimentation : se nourrir et nourrir les autres, avec de bons produits, localement et à des prix raisonnables. Lors du premier confinement, en mars 2020, ce fut alors une vraie fierté pour les compagnons d'occuper ce rôle nourricier, essentiel à la société. Ainsi, celles et ceux qui sont arrivés dévastés se relèvent et cohabitent, chacun avec ses particularités, acceptant celles des autres. C'est aussi la vie communautaire qui soigne et nous tentons de la soigner en retour.

Des bienfaits qui touchent aussi les bénévoles

Nous constatons également que les activités de l'Association font du bien aux bénévoles qui venaient au départ simplement pour aider. Depuis un an, ils sont de plus en plus nombreux à nous dire que les chantiers collectifs[3] que nous proposons tous les samedis représentent des bouffées d'air frais, à travers le lien social et l'activité physique qu'ils offrent. De l'air et du lien qui leur ont manqué depuis que la crise du COVID-19 les a enfermés et isolés dans les villes.

1 Les organismes d'accueil communautaire et d'activité solidaire (Oacas) font référence à un agrément national, spécifiquement créé en 2010 par Emmaüs France, qui confère une entité juridique à ses communautés.

2 Cédric Herrou a alors transformé son oliveraie en camping d'accueil d'urgence, tout en dénonçant les pratiques illégales de refoulement de ces personnes en exil.

3 Depuis le passage de la tempête Alex, qui a dévasté les vallées de la Roya et de la Vésubie le 2 octobre 2020, l'association Emmaüs Roya propose des chantiers bénévoles collectifs dans les villages alentour pour nettoyer la rivière, déblayer des terrains municipaux, reconstruire des murs, aider des particuliers…

David Le Breton **Professeur de sociologie**
Université de Strasbourg

Marcher dans l'inclusion du monde



Pour nombre de sociétés, l'idée de « paysage », au sens esthétique du terme, de « nature », d'« environnement », et donc de « séparation », n'a guère de sens. L'humain est enchevêtré à son univers à travers une trame de correspondances symboliques où nulle frontière ne les distingue, par exemple, des plantes, des animaux, des sources, des rivières, des lacs… Certes, chaque élément de l'ensemble possède une vie propre et un statut, mais sans frontière ontologique les distinguant radicalement les uns et les autres. Pour les Grecs de l'Antiquité, le *monde*, le divin et l'humain s'enchevêtrent dans un même univers où tout est relié. La nature est vivante, peuplée de dieux multiples. La mythologie pointe de nombreuses métamorphoses d'humains ou de dieux en animaux, par exemple.

L'environnement est d'abord une sensibilité, il se donne à travers le prisme des significations et des valeurs que chacun y projette. Si les uns le ressentent dans tout leur corps, grâce à leurs sens en éveil, d'autres le traversent sans lui prêter attention, les yeux braqués sur leur téléphone portable dans une prosternation sans fin. Pour nos sociétés, la nature, les arbres, les animaux, les collines, les montagnes, les lacs, la mer sont ontologiquement autres, transformés éventuellement en source de beauté. Cette séparation est une conséquence de l'exploitation d'un monde transformé en pure ressource, réduit à une fonction utilitaire, sans au-delà, sans transcendance, dans le prolongement du mot d'ordre de René Descartes : se « rendre maître et possesseur de la nature ». Nous ne prêtons guère d'attention à l'environnement, sinon quand il nous incommode par la pluie ou la chaleur, surtout dans les villes où le ciel, la nuit, les étoiles sont effacés par les lumières artificielles et où la terre, les arbres sont tout juste les éléments d'un décor. Le temps de l'immersion, de la participation physique à l'environnement est devenu un fait d'exception que retrouvent justement les marcheurs, les yeux levés sur les lieux traversés.

L'éthique de la marche sollicite une attention au monde. Le paysage du marcheur n'est pas un point de vue découpé dans l'espace, une entité esthétique ; il est l'environnement en son entier avec le ciel et la lumière qui l'accompagnent dans l'unité d'un moment, une certaine qualité de l'air, une tonalité particulière parmi les innombrables nuances qui séparent la chaleur du froid. C'est une enveloppe sensorielle que le point de vue n'épuise pas, car elle sollicite aussi les odeurs, les sons, le silence, le goût quand le chemin prodigue des myrtilles, des fraises, des framboises sauvages… le toucher quand le marcheur ramasse une pierre pour la poser sur un cairn, palpe une feuille ou l'écorce d'un arbre, plonge sa main dans une source ou se baigne dans un lac qui surgit opportunément après des heures de progression. Le marcheur habite le chemin, il n'est pas dans la fonctionnalité du déplacement, mais dans le bonheur de la déambulation. L'ensemble des sens imprègne la relation à un environnement qui ne s'inscrit pas dans la séparation, mais dans l'inclusion. Certains lieux deviennent des épiphanies, car ils sont perçus comme une nécessité intérieure pour la femme et l'homme qui les traversent.

Pour les marcheurs, les lieux sont une expérience. Ils échappent à l'abstraction de la géographie, car ils sont incarnés et désormais associés à des souvenirs. La carte est dans le corps, les sensations, les émotions du moment. On s'approprie un paysage par cette lenteur, cette attention de tous les instants, cette fringale de découverte… La marche est inductrice d'une transformation intérieure. Cheminer des heures à son rythme en progressant seulement avec ses ressources propres, son souffle, ses jambes et la continuité d'un effort à sa mesure induit un état de résonance, un sentiment d'alliance au monde. La sensorialité s'aiguise au fil du parcours. Le marcheur qui accède à un paysage après des heures d'effort est déjà dans une attitude de réception, il confond son corps à l'espace de manière intense, ses sens sont mobilisés avec acuité. Le touriste qui arrête sa voiture au bord de la route pour admirer un panorama ressemble plutôt à un téléspectateur qui regarde le défilement des paysages derrière un écran, même s'il vit un arrêt sur image. Il ne ressent pas le paysage par son corps, mais à distance. Il se confond à un point de vue, amputé des autres sens. Dans un environnement urbain où voitures, transports en commun, vélos, trottinettes électriques se côtoient, le citadin est souvent attentif à sa sécurité et à son portable, à moins qu'il ne découvre une ville inconnue et la parcoure en flâneur baudelairien.

Le marcheur n'est plus devant le paysage, il est dedans, immergé en lui, il est au monde. Il cesse d'être le spectateur pour en devenir l'acteur. Il n'est plus dans la séparation de la nature inhérente à l'histoire de nos sociétés, à l'image de la formulation de René Descartes qui indique un programme dont nous ne sommes jamais sortis. Les lacs, les torrents, les rivières, les collines, les rochers sont pour les marcheurs des sortes d'incise du sacré dans le parcours. Ce sont des moments où s'instaure une chorégraphie des lieux et des sens, un enchevêtrement de la vue et du silence, des odeurs et d'une impression tactile, le vent sur la peau.

À LIRE…

David Le Breton est notamment l'auteur des ouvrages : *Marcher la vie. Un art tranquille du bonheur* (Métailié), *Marcher. Éloge des chemins et de la lenteur* (Métailié), *En roue libre. Anthropologie sentimentale du vélo* (Terre urbaine), *Anthropologie des émotions. Être affectivement au monde* (Payot).



Artiste du numéro

Cécilia in the Jungle

Fascinée par la lettre et la courbe, Cécilia se prend de passion pour le graphisme et la typographie et suit un parcours de design à Paris avant de se lancer pleinement dans l'illustration.
Exploratrice dans l'âme, elle est profondément marquée par ses voyages dans la jungle luxuriante et animée d'une curiosité infinie pour la faune et la flore.
Ses dessins sont des invitations au voyage, des rencontres incongrues, et des plongées dans ce qu'elle nomme « les poumons de la Terre ». Que ce soit sur des vitrines en dessinant au posca, un marqueur à base de pigments naturels et d'eau, ou sur des couvertures de livres en dessinant à la palette graphique, le plaisir de créer de la joie et de se reconnecter à la nature reste le même.

Photographies de l'artiste, publiées dans ce numéro *Rhizome* :
Jungle (p. 1), *Fougère* (p. 5), *Breathe* (p. 8), *Cactus* (p. 10), *Touraco de Livingstone* (p. 11), *Caméléon* (p. 13), *Chouette* (p. 15), *Halloween folklorique* (p. 16), *Le Jardin* (p. 17), *Carotte* (p. 18), *Bourdon folklorique* (p. 19), *Life* (p. 20)

junglelife.cargo.site
facebook.com/ceciliainthejungle
instagram.com/cecilia_in_the_jungle

RÉSUMÉ DU NUMÉRO

 # 82

Agriculture, jardin thérapeutique, marche, intervention de plein air… Ce numéro de *Rhizome* thématise différentes activités en lien avec la nature. Dans un contexte où les indices d'une crise écologique majeure se font jour, les contributions discutent notre rapport à notre environnement et à la nature. La lecture de ce numéro nous invite alors à porter une attention toute particulière à la terre, situer nos possibilités d'agir – cliniques, politiques, sociales – et à interroger les effets bénéfiques sur notre santé d'une vie en harmonie avec les éléments naturels.

***Rhizome* est un bulletin national trimestriel édité par l'Orspere-Samdarra avec le soutien de la direction générale de la Cohésion sociale.**

Directeur de publication :
Nicolas CHAMBON

Directrices adjointes de publication :
Gwen LE GOFF, directrice adjointe Orspere-Samdarra (Lyon)
Élodie GILLIOT, psychologue, LPN, Université Paris 8, Orspere-Samdarra (Lyon)

Assistante de rédaction :
Natacha CARBONEL

Comité de rédaction :
Jean-Marie ANDRÉ, professeur, EHESP (Rennes)
Marianne AUFFRET, vice-présidente de l'association ESPT (Paris)
Arnaud BÉAL, psychologue social, GRePS (Lyon)
Lotfi BECHELLAOUI, pair-aidant en santé mentale, CN2R (Lille)
Pascale ESTECAHANDY, médecin, Dihal (Paris)
Vanessa ÉVRARD, pair-aidante professionnelle, Espair (Lyon)
Benoît EYRAUD, sociologue, Centre Max-Weber (Lyon)
Morgan FAHMI, psychiatre, Orspere-Samdarra (Lyon)
Jean-François KRZYZANIAK, patient expert (Angers)
Camille LANCELEVÉE, sociologue, Université de Strasbourg (Strasbourg)
Christian LAVAL, sociologue (Lyon)
Antoine LAZARUS, président de l'OIP et professeur de santé publique (Paris)
Édouard LEAUNE, psychiatre, CH Le Vinatier (Lyon)
Philippe LE FERRAND, psychiatre (Rennes)
Fidèle MABANZA, poète, formé à la philosophie (Villefontaine)
Alain MERCUEL, psychiatre, CH Sainte-Anne (Paris)
Éric MESSENS, directeur de l'association Terres rouges (Bruxelles)
Marie-Noëlle PETIT, chef du pôle Avignon Nord, CH de Montfavet (Avignon)
Bertrand RAVON, professeur de sociologie, Centre Max-Weber (Lyon)
Aurélie TINLAND, médecin de santé publique, psychiatre (Marseille)
Nadia TOUHAMI, autrice (Marseille)
Stéphanie VANDENTORREN, Santé publique France (Paris)
Nicolas VELUT, psychiatre (Toulouse)
Halima ZEROUG-VIAL, psychiatre, directrice Orspere-Samdarra (Lyon)

Invitée :
Floriane DERBEZ, Docteure en sociologie, chercheure associée, Centre Max Weber (Lyon)

Contact rédaction :
Orspere-Samdarra, CH Le Vinatier
95 bvd Pinel, 69678 BRON CEDEX
04 37 91 53 90
orspere-samdarra@ch-le-vinatier.fr
orspere-samdarra.com

Création, réalisation et relecture :
Mariane BORIE

Direction artistique et maquettage :
Manoël VERDIEL

Dépôt légal : 2302
ISSN : 1622 2032
N° CPPAP : 0910B05589
Tirage : 5 000 exemplaires

Abonnement :
Vous pouvez vous abonner à la version numérique ou papier sur le site de l'Orspere-Samdarra.

Centre hospitalier Le Vinatier

ORSPERE SAMDARRA
Observatoire Santé mentale Vulnérabilités et Sociétés

L'Orspere-Samdarra, observatoire « Santé mentale, vulnérabilités et sociétés », fondé en 1996, est hébergé par le centre hospitalier Le Vinatier à Lyon.

Dirigé par Halima Zeroug-Vial, psychiatre, et animé par une équipe pluridisciplinaire, l'Observatoire est composé d'un pôle recherche et d'un pôle ressource.

Ses actions se destinent tant aux professionnels qu'aux personnes concernées par la vulnérabilité sociale ou psychique, qu'aux décideurs. *Rhizome* est éditée depuis 2000.