



Cultures

La conscience écologique

*Soigner l'esprit,
guérir la Terre.
Introduction
à l'écopsychologie*

Michel Maxime Egger

Labor et Fides,
coll. « Fondations écologiques »,
2015, 288 p., 25 €

Michel Maxime Egger, fondateur du réseau Trilogies, est déjà l'auteur d'un livre original, paru en 2012, qui explore l'étroite relation qui unit l'homme à la nature, en se fondant sur certaines traditions de la pensée religieuse chrétienne, notamment la théologie orthodoxe. Dans son dernier ouvrage, il poursuit cette exploration en présentant au public français un courant né aux États-Unis dès le début des années 1990 : l'écopsychologie. Comme le sous-titre de l'ouvrage l'indique, l'intention de l'auteur est d'introduire le public francophone à un champ de recherches encore peu connu sur le Vieux Continent. Ce champ fondamentalement interdisciplinaire rassemble des compétences et des sensibilités diverses, des psychothérapeutes, des écologues et des environmentalistes. Elle réunit donc aussi bien théoriciens que praticiens et fait « de l'exploration des interrelations entre la *psychè* et la nature, ainsi que du mariage entre l'écologie et la psychologie, un projet explicite en réponse à la crise écologique ».

Egger présente un panorama des questions soulevées par l'écopsychologie tout en s'efforçant d'introduire aux principaux auteurs qui ont contribué au développement de ce courant de pensée. Chacune des quatre parties se termine par l'évocation d'une figure intellectuelle représentative du domaine : le psychiatre Carl Gustav Jung (1875-1961), considéré comme l'un de ses principaux précurseurs ; le philosophe et environmentaliste Paul Shepard (1925-1996), pour qui répondre à la crise écologique passe par un retour aux sources du Pléistocène (selon le titre de l'un de ses ouvrages) ; l'historien et sociologue Theodore Roszak (1933-2011), auteur de l'expression « écopsychologie » et promoteur de l'hypothèse d'un inconscient écologique ; enfin, Joanna Macy (née en 1929), spécialiste de la théorie des systèmes, bouddhiste et protagoniste d'une méthode destinée à favoriser la transition vers une société écologique, celle du « travail qui relie ».

La première partie présente donc le décalage constaté par les écopsychologues entre l'abondance de l'information sur les problèmes écologiques et l'insuffisance des changements de comportement. Les écopsychologues y voient plusieurs raisons : entre autres, le déni de réalité, la dissociation entre ce que l'on sait et ce que l'on ressent émotionnellement (la peur, l'anxiété, etc.), le désir de se protéger de la culpabilité ou du sentiment d'impuissance face à des problèmes qui dépassent l'individu. À l'inverse, souligne Egger, il existe



également une critique de la psychologie formulée par l'écologie et la politique. On peut critiquer les psychologues pour avoir omis la place de la nature dans les études sur le développement de la personnalité et de la vie psychique. Ils se satisfont également d'une vision atomisée d'un moi fondamentalement séparé des autres et de la nature non humaine ou, comme chez Freud, le rôle de la culture consiste précisément à contenir instincts et pulsions sexuelles.

Dans la deuxième partie de l'ouvrage, Egger entreprend d'exposer les causes profondes de la crise écologique. La radicalité de l'écopsychologie, dit-il, réside dans

l'approche de la crise écologique comme psychopathologie et la recherche de ses racines profondes – souvent inconscientes – au-delà des causes symptomatiques, politiques et économiques.

La cause première est la séparation de l'homme d'avec la nature qui s'est progressivement produite dans l'histoire de l'humanité.

La réponse des écopsychologues consiste à adopter un nouveau paradigme. Dans la troisième partie, Egger distingue trois axes principaux susceptibles d'en favoriser l'émergence. Le premier est celui de la connaissance qui doit désormais devenir « holistique, complexe et transdisciplinaire » et développer une autre conception de la nature et de la Terre. Le deuxième axe est celui du mode d'être de l'humain : nous sommes chacun « le fil d'une toile », « comme des cellules dans le corps du

vaste organisme qu'est la planète Terre ». Le troisième axe concerne le mode de vie et d'agir qui suppose un travail pour se libérer de l'addiction à la consommation et s'engager à la simplicité de modes de vie plus durables ; apprendre à faire la différence entre vrais et faux besoins ; faire face à la souffrance et aux peurs générées par l'abandon de la consommation et des technologies. De nombreux écopsychologues voient chez les peuples premiers, les Amérindiens, les Indiens d'Amazonie ou certains peuples africains une illustration de cette forme de connaissance, de ces modes de vie, de cette compréhension de soi et de la nature qu'ils appellent de leurs vœux.

Dans la quatrième et dernière partie, Egger recense un éventail de pratiques écopsychologiques qui envisagent de nouvelles manières de prendre en charge les individus ou de renouer le lien à la nature : redéfinir l'espace physique de la thérapie en sortant du cabinet, se mettre à l'écoute du lieu que l'on habite, vivre la nature par le corps (à travers la perception subtile, l'attention, la méditation, la respiration, etc.), cultiver les jardins et pratiquer des séjours dans la « nature sauvage ».

L'ouvrage de Egger se clôt par l'évocation de la dimension sociale, institutionnelle et politique des problèmes écologiques. Comme le constate l'auteur,

l'écopsychologie a globalement peu pris en compte cette dimension cruciale, qui ouvre sur la responsabilité non seulement des individus, mais des institutions



– gouvernements, entreprises, organisations sociales et éducatives.

Confiné à la transformation intérieure de l'individu, le changement de paradigme voulu par l'écopsychologie ne peut qu'échouer. Il importe d'articuler le niveau de l'individu à celui du collectif.

On n'attendra pas de ce livre une réflexion critique sur l'écopsychologie et ses limites. Pourtant, l'éloge, chez de nombreux écopsychologues, du primitivisme, une sorte d'idéalisation du passé, prête le flanc à la critique de ce que l'on peut appeler le « mythe de l'Âge d'or », celui d'un monde harmonieux, sans technique, dont on voit mal comment il pourrait aujourd'hui susciter l'adhésion collective et constituer un programme. Ensuite, la valorisation particulière de la nature vierge et

sauvage laisse entendre que l'activité humaine est (presque) toujours perturbatrice. Or cette affirmation n'est pas cohérente avec une autre thèse de l'écopsychologie, qui soutient que l'homme fait partie de la nature. Finalement, le recours à un inconscient écologique, comme chez Roszak, est une hypothèse audacieuse, mais lourde. En quoi un tel inconscient écologique peut-il alors contribuer aux solutions que l'humanité se doit d'apporter aux problèmes écologiques ? N'est-on pas ici renvoyé, au contraire, aux ressources d'une conscience écologique ?

Dans le champ de la pensée écologique, le livre de Michel Maxime Egger comble indiscutablement une lacune. Clair, accessible et synthétique dans la présentation des principales idées de l'écopsychologie, il fournit de plus au lecteur de nombreuses références pour approfondir le sujet.

Gérald Hess