



# UN AUTEUR, UN LIVRE : L'écopsychologie, une autre approche de l'écologie

**THÉRAPIE.** La nature va mal et l'humain n'est pas bien. Et si les deux phénomènes étaient liés ?

## Un lien ontologique avec la nature



### QUESTIONS À

**Michel Maxime Egger**  
sociologue  
et journaliste,  
fondateur du réseau  
« Trilogies »

**Vous avez intitulé votre livre *Soigner l'esprit, guérir la Terre*, deux affirmations sans lien immédiat.**

La Terre a mal, et nous avec. Les écopsychologues montrent comment les dégradations écologiques sont aussi l'objectivation de déséquilibres intérieurs à l'humain et comment elles ne sont pas étrangères à des souffrances comme la dépression, le stress, le mal-être. Pour les écopsychologues, on ne peut pas restaurer la santé de la nature sans restaurer la santé humaine, et inversement. Même si nous l'avons oublié à force de transformation de la nature en objet, nous avons avec cette dernière un lien ontologique, qui s'ancre jusqu'au plus profond de notre être. L'ignorance ou la négation de ce lien sont les racines de la crise écologique. L'écopsychologie offre des pistes pour une reconnexion avec la toile de la vie.

**Votre livre évoque la notion de changement, qui est aussi dans la Bible. Qu'est-ce qui peut nous faire changer ?**

En matière d'écologie, trois éléments me semblent clés. La lucidité sur la gravité des problèmes, notre responsabilité, l'illusion de la solution technologique. Être lucide, c'est plus qu'être informé, c'est avoir le cœur « blessé » par ce qui arrive à la Terre. Ensuite, le désir profond de s'inscrire dans une autre histoire que celle, dominante, qui détruit la vie, pour participer à la transition vers une société qui célèbre la vie à travers des relations harmonieuses avec la Terre. Enfin, l'ouverture – via l'humilité,

donc la décroissance de l'ego – à une force plus grande que moi : l'Esprit qui fait toutes choses nouvelles.

**Vous parlez de guérison plus que de morale. Cette dernière est-elle inutile ?** Inutile, non, car elle permet la réaffirmation de valeurs fondamentales comme la liberté, la justice, le respect. Mais insuffisante et potentiellement contre-productive quand elle vire au moralisme, à la culpabilisation, à la logique du devoir. Dans une perspective écospirituelle, les « écogestes » au quotidien, les pas vers un mode de vie plus sobre naissent moins de la volonté de se conformer à un idéal que d'une croissance organique de l'être, fondée sur une communion retrouvée avec les autres, humains et non humains. Dans la tradition orthodoxe, le Christ est moins un maître de morale qu'un médecin de l'âme, qui nous guérit de ce qui, en nous, fait obstacle à des relations d'amour.

**Certains écopsychologues opposent la Déesse Mère immanente au Dieu Père transcendant. La Bible est-elle responsable de la rupture avec la nature ?**

Il convient d'être nuancé. Tout est une question d'interprétation. Même si certains versets sont problématiques, le message biblique est tout sauf une invitation à une exploitation de la nature. On ne peut nier cependant qu'un accent trop fort sur la transcendance de Dieu – notamment en Occident à partir du XVI<sup>e</sup> siècle – a conduit à un dualisme séparateur entre le Créateur et sa création, ouvrant la voie à la réduction de la nature à un stock de ressources. Il convient de retrouver un juste équilibre entre transcendance et immanence. C'est ce que la tradition orthodoxe a développé avec le « panthéisme » : tout est en Dieu et Dieu est en tout. Cela passe par une saine théologie de la Trinité et la redécouverte de la dimension cosmique de l'incarnation du Verbe. ■

PROPOS RECUEILLIS PAR A. N.



**Soigner l'esprit, guérir la Terre**  
Michel Maxime Egger  
Egger Labor et Fides,  
2015, 288 p., 25 €.

Pour aborder la question de l'évolution du climat, nous avons souvent évoqué l'énigme suivante : comment se fait-il que nous ne croyions pas ce que nous savons ? Nous savons que notre système de consommation est dans une impasse et que notre civilisation va dans le mur, mais nous n'ajustons pas notre comportement à notre savoir. Le livre de Michel Maxime Egger revient sur cette question en présentant les contours d'une nouvelle science, appelée écopsychologie.

Depuis le XVIII<sup>e</sup> siècle, nous sommes entrés dans une nouvelle ère, l'anthropocène, marquée par l'impact des activités humaines sur l'évolution de la planète. Ces dernières décennies, nous sommes devenus conscients des risques d'effondrement, tant pour les écosystèmes que pour les sociétés humaines. Un tel constat devrait induire un changement de comportement qui nous engagerait vers une société qui soutient la vie, dans toutes ses dimensions, et pourtant notre comportement relève du déni.

### Alliance

L'écopsychologie repose sur une alliance entre l'écologie et la psychologie. Cette science part du principe qu'il existe une interdépendance profonde entre la non-durabilité des relations avec soi-même et les autres et la non-dura-

bilité des relations avec la Terre. Une écopsychologue pose la question centrale : « Vous êtes-vous jamais demandé pourquoi les psychothérapeutes posent à leurs patients des questions sur leurs relations avec leur mère, leur père et leurs amis... mais disent rarement un mot sur les liens – ou le manque de lien – avec leur « mère » Terre ? [...] Si les patients traitaient les autres humains comme ils traitent la Terre, les thérapeutes prendraient ces comportements comme preuve d'une sérieuse pathologie. » Et l'auteur de souligner une corrélation entre la perte du lien primordial avec la nature et un comportement de prédateur vis-à-vis de cette dernière.

Si Freud a répondu à la question de la relation entre la psyché et la nature à partir de l'ancien paradigme scientifique, rationaliste et dualiste, c'est du côté de Jung que les écopsychologues trouvent des pistes de réflexion qui les aident à fonder leur science. Il pouvait en effet conseiller à ses patients d'aller se promener dans une forêt, convaincu qu'un arbre peut parfois aider à se reconnecter avec son intériorité.

L'auteur déploie les différentes dimensions de cette science, holistique et interdisciplinaire, de son histoire et de ses enjeux, agrémentée de portraits de quelques grandes figures de l'écopsychologie. Une démarche prometteuse qui renoue avec la sagesse ancestrale. Il relève en effet qu'Hippocrate, le père de la médecine, affirmait dans son traité *Air, eau, lieu* qu'on ne pouvait comprendre les troubles d'un sujet si l'on n'étudiait pas sérieusement son environnement : le type d'eau, la qualité de l'air, les vents, l'humidité, les températures, les aliments, les plantes, les saisons.... ■

ANTOINE NOUIS

## Écopsychopathologie

Pour qualifier l'écopsychopathologie, Shepard va jusqu'à évoquer une « forme de folie », une « irrationalité au-delà de la simple erreur », une « faille dans quelque dimension fondamentale de l'existence humaine ». Une espèce qui s'obstine à détruire l'environnement naturel dont elle a besoin pour vivre dans la quête de chimères matérialistes et le déni de ce qu'elle fait n'est-elle pas « folle » ? N'est-il pas « fou » de charger l'atmosphère de CO<sub>2</sub> pour une semaine au soleil à l'autre bout du monde ? N'est-il pas « fou » de détruire des milliers d'hectares de forêt amazonienne pour produire

des agrocarburants destinés à nos voitures ? N'est-il pas « fou » d'anéantir des aires de nature sauvage ou de surfaces cultivables pour construire des supermarchés, des golfs et des parkings ? La liste des aberrations irrationnelles envers la nature est longue. La folie dont nous parlons en l'occurrence n'est pas l'état de l'être humain en proie à des forces hors de sa raison et de son pouvoir, mais le fruit d'une raison orgueilleuse et d'un pouvoir de domination qui le conduisent à abuser du monde pour qu'il réponde à son avidité et à ses envies insatiables. (Extrait)