

**Des outils pour militer
en faveur du climat**

SOMMAIRE

Nous devons éliminer l'oppression tout en travaillant à éliminer l'urgence climatique–1

Le rôle de l'oppression–2

Il est important de guérir les dommages individuels–2

Nous soutenir mutuellement en tant qu'activistes et militants–3

La Réévaluation par la Co-écoute–6

Des outils pour améliorer notre fonctionnement–7

Le nouveau-et-bon–8

Les appréciations–8

Le tour de parole–9

Les séances–9

Les parler-écouter–10

Les groupes de soutien–10

Le format de discussion–11

Les panels–11

Notre engagement–13

*Illustrations par Ana Liza (AL) Caballes
Traduction française par Régis Courtin*

*Copyright © 2019 par Rational Island Publishers. Tous droits réservés.
Toute utilisation ou reproduction même partielle de ce fascicule est interdite sans autorisation écrite préalable, excepté dans le cas de courtes citations au sein d'articles ou de revues critiques.*

ISBN: 978-1-58429-237-1

\$2.00 (U.S.)

Nous devons éliminer l'oppression tout en travaillant à éliminer l'urgence climatique

Il est possible de limiter les effets du changement climatique causé par l'action humaine et de restaurer l'environnement - et des changements majeurs sont nécessaires pour accomplir cela. *Sustaining All Life* et *United to End Racism* pensent que la crise environnementale ne peut pas être résolue sans éliminer le racisme, le génocide des populations autochtones, le classisme, le sexisme et d'autres oppressions à mesure que nous travaillons à éliminer l'urgence climatique. L'impact de la destruction de l'environnement et du changement climatique affecte plus durement les groupes ciblés par ces oppressions, et d'autres populations vulnérables (parmi elles, les personnes âgées, les personnes handicapées et les très jeunes personnes). Ces groupes doivent être inclus dans le développement de stratégies et de solutions pour s'attaquer à l'urgence climatique. Les changements nécessaires exigeront un mouvement de masse à l'échelle de la planète, composé de gens de toutes origines luttant contre les effets à la fois du changement climatique et de l'oppression.

Au sein de *Sustaining All Life* et de *United to End Racism*, nous pensons que les barrières qui empêchent actuellement le développement d'un mouvement suffisamment vaste et puissant sont les suivantes : (1) des divisions de longue date (généralement basées sur l'oppression) entre les nations et entre les différents groupes d'une même nation, (2) des sentiments de découragement et d'impuissance très répandus dans de nombreux pays, (3) un déni de la crise environnementale ou de la nécessité de s'y impliquer, et (4) la difficulté à traiter efficacement les liens entre la crise environnementale et les défaillances de nos systèmes économiques. *Sustaining All Life* et *United to End Racism* œuvrent pour gérer ces questions ainsi que d'autres.

▶ **Les changements nécessaires exigeront un mouvement de masse à l'échelle de la planète, composé de gens de toutes origines luttant contre les effets à la fois du changement climatique et de l'oppression.** ◀

* *Sustaining All Life* (SAL) est une association internationale travaillant à supprimer l'urgence climatique dans un contexte d'élimination de toutes les divisions entre les gens.

United to End Racism (UER) est un groupe de personnes de tout âge et de toute origine, et dans de nombreux pays, qui s'engagent à éliminer le racisme dans le monde et à soutenir les efforts de tous les autres groupes ayant ce même objectif.

Le rôle de l'oppression

Nos systèmes économiques sont basés sur l'exploitation et l'oppression et ils exigent la croissance et le profit sans égards pour les populations, les autres formes de vie et la Terre. Les oppressions (telles que le racisme, le classisme, le sexisme et l'oppression des jeunes personnes) affectent chaque personne, infligeant d'énormes injustices, limitant l'accès aux ressources et endommageant la vie de milliards d'individus. Une fois atteints par l'oppression, nous sommes poussés à reproduire sur les autres les blessures que nous avons subies. Une grande part des dommages mentaux et émotionnels infligés aux humains est le résultat de cette transmission de la souffrance. Bien que les humains soient vulnérables à la reproduction de l'oppression, les comportements oppressifs ne leur sont pas inhérents. Ils apparaissent uniquement lorsqu'un humain a été blessé émotionnellement. Les sociétés oppressives manipulent cette vulnérabilité pour installer et maintenir l'exploitation économique.

Il est important de guérir les dommages individuels

Le dommage émotionnel qui nous est fait dans nos sociétés par l'oppression interfère avec notre capacité de penser clairement et dresse les groupes les uns contre les autres. Cela rend difficile pour nous de réfléchir et de réagir efficacement vis-à-vis de la crise environnementale. Les gens ne collaboreraient pas avec une société qui exploite les populations et détruit l'environnement s'ils n'avaient pas été blessés au préalable.

Guérir des blessures qui aident à maintenir l'oppression en place, et mènent à d'autres comportements destructeurs, n'est pas un travail facile et rapide. Beaucoup d'entre nous résistent à le faire et justifient leur comportement par la souffrance qu'ils ressentent. Ou bien encore, ils survivent en s'insensibilisant aux dommages subis et en intériorisant l'idée qu'ils n'en seront jamais libérés.

Au sein de *Sustaining All Life* et de *United to End Racism*, nous avons appris qu'il est possible de se libérer de ces blessures. Nous pouvons guérir des expériences blessantes si quelqu'un nous écoute avec attention, nous autorise et nous encourage à libérer le chagrin, la peur et d'autres émotions pénibles. Ceci se produit par le biais de nos processus naturels de guérison – le discours, les pleurs, les tremblements, l'expression de la colère et le rire. En relâchant les sentiments de détresse au sein d'un réseau de soutien, nous pouvons rester unis et animés par l'espoir – bienveillants, joyeux et engagés. À son tour, cela nous fortifie dans le développement de nos mouvements pour enrayer les effets du changement climatique et de l'oppression. (Voir page 6.)

Les gens ne collaboreraient pas avec une société qui exploite les populations et détruit l'environnement s'ils n'avaient pas été blessés au préalable.

Nous soutenir mutuellement en tant qu'activistes et militants



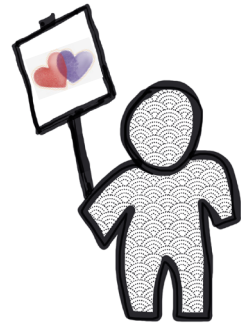
BATANGAS, PHILIPPINES • ANA LIZA (AL) CABALLES

Beaucoup de changements importants dans notre société ont déjà été provoqués par des individus se regroupant, élevant la voix et s'unissant autour d'exigences communes. Nous activistes et militants écologiques sommes profondément impliqués vis-à-vis de la Terre, de ses habitants et de notre travail, et nous avons obtenu d'importantes avancées. Nous pouvons être vraiment fiers. Mais nous pouvons facilement oublier nos accomplissements lorsque nous sommes confrontés aux difficultés quotidiennes du militantisme.

Les grandes compagnies dont les profits continuent d'être basés sur des activités qui provoquent l'effondrement du climat, et les institutions gouvernementales qui les soutiennent, luttent toutes contre les changements nécessaires de toutes les façons possibles. Elles lancent des attaques directes contre des activistes, des militants et des organisations. Elles mentent, soudoient des "experts" pour soutenir leurs mensonges, et inondent les médias avec leurs désinformations et mensonges. Leurs énormes profits leur apportent des ressources pour maintenir leurs politiques et leurs pratiques d'exploitation qui continuent à endommager la Terre et ses habitants.

► **Nous activistes et militants écologiques sommes profondément impliqués vis-à-vis de la Terre, de ses habitants et de notre travail, et nous avons obtenu d'importantes avancées. Nous pouvons être vraiment fiers.** ◀

Face à cette puissante opposition, beaucoup d'entre nous se sentent découragés quand nos efforts de changement ne sont pas immédiatement couronnés de succès. Nous pouvons également nous sentir impuissants, épuisés par la fatigue, pas assez malins, isolés et submergés par la tâche à accomplir. Quand nous ressentons cela, il est difficile de se sentir motivés pour provoquer le changement.



En général, nous essayons d'ignorer ces sentiments et de continuer à travailler pour le changement, mais si l'on ne gère pas les sentiments, on peut avoir tendance à sacrifier sa santé et son bien-être. Il se peut qu'on ait du mal à identifier ses propres intérêts et à les connecter avec ceux d'autres personnes. Il se peut même qu'on critique, qu'on se fâche ou qu'on se sabote les un-e-s les autres. Il se peut qu'on soit incapable de réfléchir à des solutions et qu'on abandonne ses activités d'activistes, de militants et de leaders. Il se peut qu'on n'ait plus l'énergie de faire le travail pour lequel nous sommes tellement passionnés.

Nous nous débattons tou-te-s avec le fait de vivre dans une société oppressive. Que nous en soyons les victimes ou les témoins, nous sommes opprimés par le racisme, le sexisme, l'oppression des personnes autochtones et beaucoup d'autres oppressions, et nous ne pouvons pas éviter d'intérioriser leurs messages. Par la suite, cette oppression intériorisée peut nous faire douter de nous-mêmes, nous faire sentir inadéquats, et provoquer des difficultés dans nos relations les un-e-s avec les autres. Divisés par cette oppression intériorisée à l'intérieur de nos organisations ou communautés ou les unes entre elles, il peut arriver que nous entrions en compétition pour le pouvoir, le contrôle, la reconnaissance, ou des ressources. Cela peut nous empêcher de percevoir l'intérêt commun que nous avons dans un avenir juste et durable, et d'agir en sa faveur.

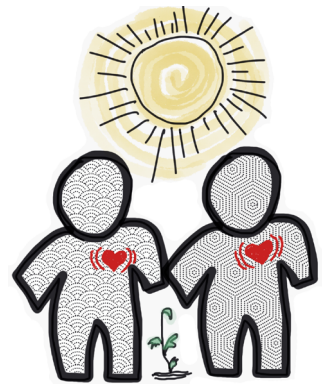


BERNARD-L'ERMITE, À YIGO, GUAHAN • TRESSA DIAZ



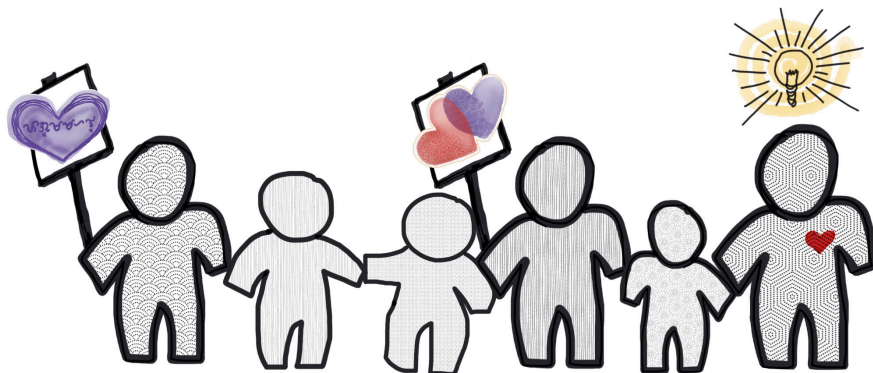
SANTA RITA, GUAHAN • ANA LIZA (AL) CABALLES

Pour affronter les défis du changement climatique année après année, nous avons besoin d'un fort système de soutien. Nous devons établir des relations dans lesquelles nous pouvons porter attention aux difficultés qui surgissent, les surmonter et aller de l'avant. Nous devons réparer les dégâts qui nous sont infligés par l'oppression, la déconnexion et la peur. Si nous faisons cela, nous pouvons nous soutenir les un-e-s les autres sur le long terme, nous développer, prospérer et continuer de réfléchir à mesure que nous faisons le travail. *Sustaining All Life* et *United to End Racism* forment les gens sur la manière de créer ces réseaux de soutien.



Nous devons réparer les dégâts qui nous sont infligés par l'oppression, la déconnexion et la peur. Si nous faisons cela, nous pouvons nous soutenir les un-e-s les autres sur le long terme, nous développer, prospérer et continuer de réfléchir à mesure que nous faisons le travail.

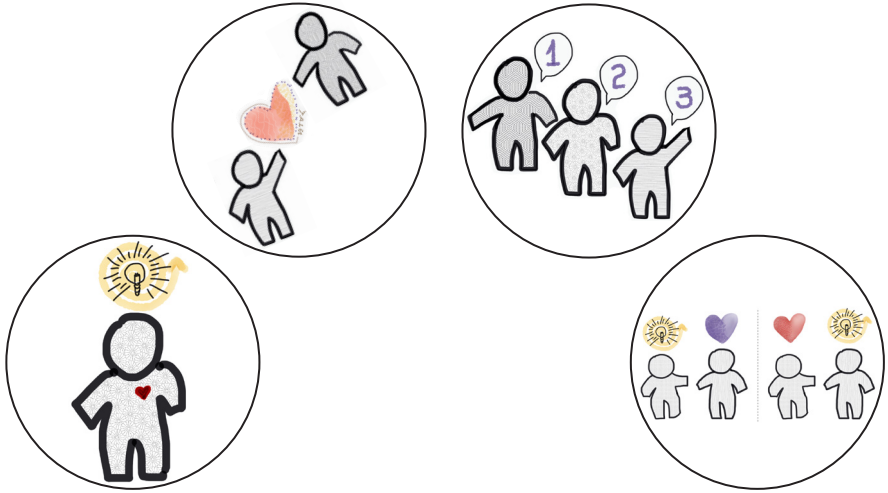
La Réévaluation par la Co-écoute



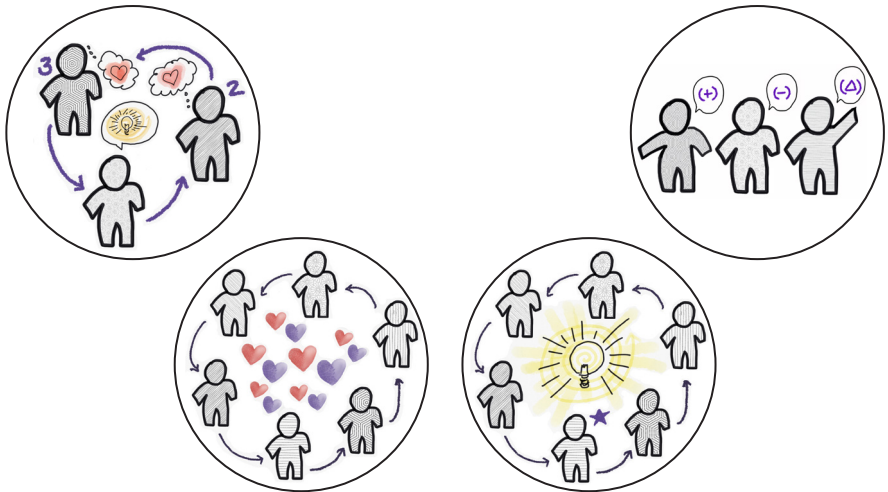
Sustaining All Life et *United to End Racism* sont des projets émanant et utilisant les outils de la **Réévaluation par la Co-écoute**, un processus à travers lequel des personnes de tout âge, toute origine et toute culture peuvent apprendre à échanger une aide efficace de façon à se libérer des effets d'expériences blessantes du passé. La théorie de la Réévaluation par la Co-écoute fait l'hypothèse que chaque personne est née avec un énorme potentiel intellectuel, un enthousiasme naturel pour la vie et une bienveillance envers les autres, mais que ces qualités ont été entravées et obscurcies à cause de l'accumulation d'expériences blessantes qui se sont produites dès notre plus jeune âge.

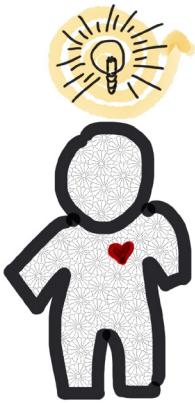
N'importe quelle jeune personne serait en mesure de guérir spontanément d'une telle détresse en utilisant le processus naturel de guérison qu'est la décharge émotionnelle (pleurer, trembler, enrager, rire, ainsi de suite). Ce processus est en général interrompu par l'interférence bien intentionnée de personnes qui confondent l'expression des émotions (la guérison de la blessure) avec la blessure elle-même.

Quand une décharge émotionnelle adéquate peut se produire, nous sommes libérés du comportement et du sentiment que la blessure a imprégnés en nous. Alors, notre nature fondamentale aimante, coopérative et enthousiaste peut opérer plus efficacement dans la recherche de nos propres intérêts et de ceux des autres, et nous sommes davantage capables d'agir avec succès contre l'injustice.



Des outils pour améliorer notre fonctionnement





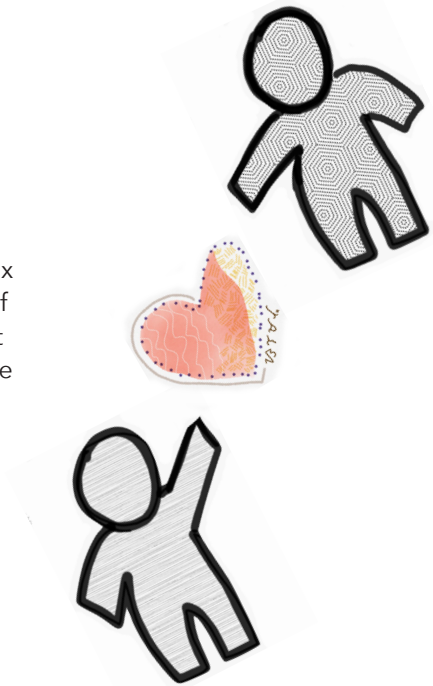
Le nouveau-et-bon

Quand un groupe se réunit, chaque personne parle de ce qui va bien – dans sa vie personnelle, dans ses projets, ainsi de suite. Le nouveau-et-bon au démarrage de l'interaction d'un groupe tire l'attention des membres hors de leurs mécontentements, de leur découragement et d'autres préoccupations qui rendent difficile de réfléchir au sujet à l'ordre du jour et les aide à se sentir en lien les uns avec les autres.

Les appréciations

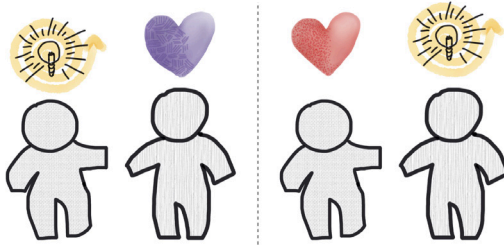
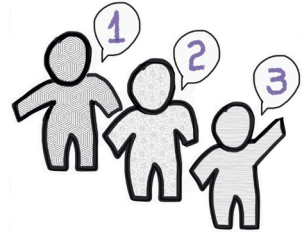
Chaque membre du groupe propose une appréciation d'un autre membre. Personne n'est oublié. Les appréciations aident les gens à se rendre compte que les autres savent qu'elles ont de bonnes qualités et qu'elles peuvent contribuer de manière positive. Cela améliore les relations. Cela aide les gens à participer plus largement aux projets et aux discussions. Un travail collectif se déroule mieux quand les gens se sentent inclus, et les appréciations sont une façon de s'assurer qu'ils le ressentent.

Il est plus facile pour les gens de produire des changements, de créer des idées neuves et de corriger leurs erreurs quand ils éprouvent de la satisfaction envers eux-mêmes et savent que les autres sont contents d'eux. L'appréciation de soi-même et l'appréciation mutuelle aident à instaurer cet environnement inclusif.



Le tour de parole

Dans ce format, les personnes issues des groupes opprimés ont la possibilité de s'exprimer en premier, avant que s'expriment les membres des groupes jouant un rôle d'opresseur. Cela interrompt les automatismes sociétaux dominants. Cela rend possible une communication véritable entre les personnes des groupes opprimés et celles à qui la société a assigné un rôle d'opresseurs.

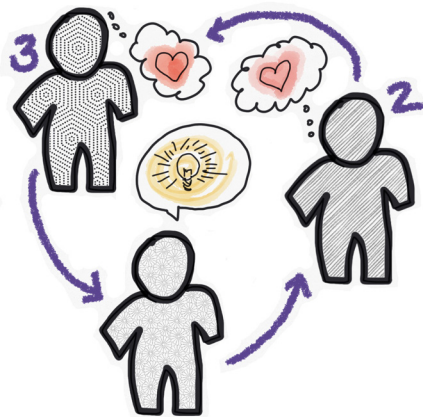


Les séances

À tour de rôle, deux (parfois trois) personnes s'écoutent mutuellement sans s'interrompre. (Les séances peuvent être aussi brèves que quelques minutes ou aussi longues qu'en décident les personnes). Chaque personne s'exprime pendant un temps égal. La première personne parle de tout ce dont elle a envie. La personne écoutante porte une attention intéressée et chaleureuse sans interrompre ni donner aucun avis ou commentaire, ni évoquer ce qu'elle ressent. Toutes les expressions d'émotion sont bienvenues et encouragées (La personne écoutante peut rassurer la personne qui parle que la décharge émotionnelle fait partie du processus naturel de guérison). Quand le temps imparti est écoulé, la personne écoutée devient la personne écoutante, et celle qui écoutait en premier parle de ce dont elle a envie. La personne écoutante ne mentionne jamais à quiconque ce qui a été dit pendant la séance.

Les séances relâchent les tensions qui interfèrent avec la pensée et le fonctionnement des gens. Elles drainent les émotions qui peuvent interférer avec la capacité des gens à travailler ensemble et à discuter des sujets controversés de manière respectueuse. Elles donnent aux gens une possibilité d'absorber rapidement et de traiter les nouvelles informations, d'élaborer et de formuler leurs idées.

Faire des séances régulières nous fournit un meilleur accès à notre pensée flexible. Cela restaure notre perspective bienveillante sur nous-mêmes et sur les autres. Nous sommes davantage capables de coopérer dans un engagement mutuel relaxé et respectueux les un-e-s des autres.

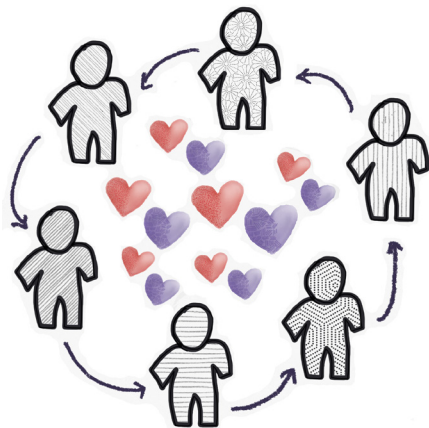


Les parler-écouter

De trois à six personnes prennent un temps égal pour exprimer leurs idées sans que les autres membres du groupe répondent ou fassent de commentaires. Ceux qui ne parlent pas écoutent avec une attention vive, bienveillante et intéressée. Ces personnes n'expriment ni accord ni désaccord avec ce qui est dit et ne mentionnent pas ensuite ce qui a été dit. Ceci permet aux personnes de réfléchir avec créativité sans avoir à s'inquiéter de la critique ou du débat.

Les groupes de soutien

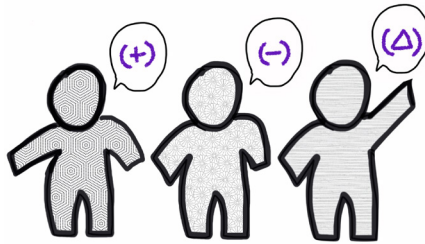
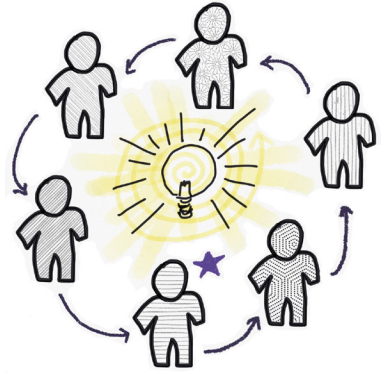
De trois à huit personnes prennent un temps égal pour s'écouter mutuellement et s'encourager à parler ouvertement. Les participants sont encouragés à relâcher la tension émotionnelle qui fait surface. Le groupe peut être constitué sur la base d'une appartenance spécifique (par exemple, personnes d'origine africaine, femmes, jeunes personnes) ou sur la base de questions spécifiques (changement climatique, changement dans l'éducation, ainsi de suite). Un groupe de soutien peut aussi être formé par un ensemble disparate de personnes.



Les groupes de soutien offrent une sécurité aux personnes issues d'un groupe d'appartenance pour travailler sur les expériences subies sous l'oppression et sur la façon dont elles l'ont intériorisée. Des réunions récurrentes établissent la sécurité dans le groupe, permettant ainsi une franchise et une guérison accrues.

Le format de discussion

(1) Il y a un animateur. (2) Les personnes discutent du sujet, et non de la personnalité ou des caractéristiques des personnes engagées dans la discussion. (3) Personne ne s'exprime deux fois avant que tout le monde ne se soit exprimé une fois (quelle que soit la patience ou l'encouragement nécessaires pour que les personnes qui ne s'expriment pas facilement en viennent à participer). (4) Personne ne s'exprime quatre fois avant que chacun-e ne se soit exprimé-e deux fois. Tout le monde est entendu – surtout les personnes qui ont tendance à rester silencieuses. Si le temps est compté ou si certaines personnes s'imposent trop, on peut minuter chaque tour de parole.



Les panels

Les personnes appartenant à un groupe opprimé communiquent à propos de la réalité de leur expérience de vie vers des personnes qui sont conditionnées dans des rôles d'opresseur. Dans le panel, devant le groupe, elles partagent les détails de leur vie. Une série de questions utiles peut être : (1) Qu'est-ce qui est très positif dans le fait d'être membre de ton groupe d'appartenance ? (2) Qu'est-ce qui a été difficile dans le fait d'être membre de ton groupe d'appartenance ? (3) Qu'est-ce que tu veux que les gens comprennent à propos de ta vie en tant que membre de ce groupe ? (4) Qu'est-ce que tu veux que les gens ne fassent ou ne disent jamais vis-à-vis de toi ou de tout autre membre de ton groupe ?

Terminer le panel avec une courte séance à deux pour tout le monde. Les personnes appartenant au groupe opprimé doivent avoir la possibilité de former des paires entre elles et de ne pas avoir à écouter des personnes dans un rôle d'opresseur parler de leur oppression.



PLUMERIA, À MANGILAO, GUAHAN • CECILIA LIM

Notre engagement

Nous reconnaissons les preuves évidentes du dangereux changement climatique en cours résultant de l'augmentation constante des températures provoquée par les activités humaines.

Nous ferons face au défi consistant à trouver les moyens d'enrayer cela et à agir en conséquence.

Nous soutiendrons les personnes pour qu'elles se libèrent des blessures (particulièrement celles qui les installent dans l'impuissance et l'isolement) qui les empêchent de jouer un quelconque rôle dans la lutte pour préserver le monde. En faisant cela, nous reconnaissons le rôle que toutes les oppressions ont joué dans la création de l'urgence climatique et le besoin d'agir contre toutes les oppressions pour trouver des solutions.

Nous apprendrons comment avancer rapidement – ensemble et en confiance – dans nos relations personnelles et dans l'opposition publique aux politiques irrationnelles.

Nous nous aiderons mutuellement à connaître et à comprendre la situation actuelle, y compris en nous impliquant auprès des individus, des organisations, et des populations autochtones qui travaillent pour mettre fin au changement climatique.

Nous partagerons nos connaissances et nos pratiques afin que celles et ceux qui travaillent sur le changement climatique aient à leur disposition des outils pour fonctionner plus efficacement.

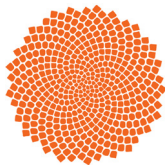
Nous continuerons de nous réunir pour discuter de la situation, de nous libérer des expériences qui nous ont blessés et de développer aussi rapidement que possible des idées, des tactiques et des stratégies innovantes.



OLO-OLO, LOBO, BATANGAS, PHILIPPINES • NIK LEUNG



CORAIL, À SANTA RITA, GUAHAN • CECILIA LIM



Sustaining All Life



Pour plus d'informations, voir:

www.sustainingalllife.org ou www.unitedtoendracism.org

ou écrire à: Sustaining All Life ou United to End Racism

719 Second Ave North, Seattle, WA 98109, USA

Email: sal@rc.org **Tél.:** +1-206-284-0311