

Nourriture spirituelle face à l'angoisse climatique

Le laboratoire de transition intérieure porté par Pain pour le prochain (PPP) sera désormais coanimé avec Action de Carême. Explications avec son fondateur, Michel Maxime Egger.



« Le laboratoire se veut un espace d'expérimentation, et de recherche, un endroit qui allie l'engagement et l'intériorité », explique son fondateur Michel Maxime Egger.



Michel Maxime Egger
 Animateur du laboratoire
 « Transition intérieure » de Pain
 pour le prochain et Action de
 carême.

ANXIÉTÉ Vous êtes-vous déjà senti dépourvu, déprimé, angoissé face au changement climatique ? Pris par des injonctions contradictoires ou paradoxales, face aux attitudes à adopter pour « bien faire » en matière d'environnement ? Ce phénomène, de plus en plus courant, se nomme l'éco-anxiété (voir aussi p. 24). Il est même étudié par des chercheurs comme Ali Mattu, docteur en psychologie médicale à l'université Columbia à New York. Pour ce dernier, c'est le côté particulièrement « désespéré » de cette angoisse qui la diffé-

rencie des affections mentales classiques. On peut refaire sa vie avec quelqu'un d'autre. Mais pour le moment, il est difficile de la concevoir sur une autre planète.

Pari

Le désespoir face au changement climatique, Michel Maxime Egger l'a vu venir. Il a compris très tôt que l'ampleur de la catastrophe pourrait émouvoir, entraîner une perte de sens. C'est pourquoi, en août 2016, Michel Maxime Egger lançait un « laboratoire de transition intérieure », au sein de Pain pour le prochain. Un terme novateur, pour créer des liens, indispensables, entre écologie et spiritualité. « Nous tentons de créer des espaces pour développer des ressources intérieures, qui ensuite donnent le pouvoir d'agir. » Le but est donc d'abord de permettre aux participants de s'exprimer face à l'impuissance généralisée. Puis de travailler leurs émotions pour en transformer l'énergie et retrouver du sens. « La colère peut déboucher sur un grand courage. La tristesse est aussi l'expression d'un amour pour la Terre... », analyse Michel Maxime Egger.

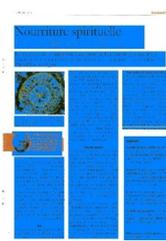
Transformation

L'ambition est bien de se transformer soi, avant de transformer le monde. « Répondre en profondeur à la crise écologique implique un changement de paradigme, de mode de vie et de culture, car



Réformés
1004 Lausanne
021 312 89 70
www.reformes.ch

Medienart: Print
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften
Auflage: 190'000
Erscheinungsweise: 10x jährlich



Seite: 21
Fläche: 53'788 mm²

Auftrag: 1071288
Themen-Nr.: 323.002

Referenz: 74026664
Ausschnitt Seite: 2/2

notre système économique repose sur nos croyances », explique Michel Maxime Egger. Valeurs, éducation, lien à la nature, tout est à repenser. Des questionnements qui ont pris vie et forme dans le laboratoire de transition intérieure depuis trois ans, au fil de conférences, d'ateliers, de formations qui ont touché près de 5 000 personnes.

L'idée, comme le nom l'indique, est d'allier méditation et engagement citoyen. « Nous travaillons toujours en partenariat, réalisons des ponts avec la société civile », résume Michel Maxime Egger. Le laboratoire ne fonctionne pas selon un programme établi une fois pour toutes par un groupe de décideurs, mais plutôt « à partir des désirs qui naissent de rencontres, par co-créations, en collectif. »

Formation de méditant-militant

L'ambition, du laboratoire commun avec Action de Carême, est de rayonner plus largement en Suisse romande, « y compris auprès des catholiques ». Il souhaite réussir à toucher plus largement les militants en quête d'intériorité et les membres des Eglises qui ne trouvent pas forcément d'écoute ou de nourriture spirituelle pour cheminer sur ces questions-là dans leur propre communauté. A terme, Michel Maxime Egger aimerait faire émerger « un parcours du méditant-militant » sur une

année, afin de former une série d'acteurs qui pourraient multiplier les interventions dans ce domaine. ▲ **Camille Andres**

Agenda

Samedi 24 août, atelier de découverte du « Travail qui relie », approche développée par l'écopsychologue Joanna Macy. **10h-12h**, parc de la Grange, Genève.

Samedi 31 août, une randonnée sensorielle guidée par Ernst Zürcher, ingénieur forestier et docteur en sciences naturelles. **10h-12h**, parc de la Grange, Genève.

Samedi 21 septembre, atelier d'écopsychologie, **9-16h**, Centre Pro Natura de Champ-Pittet, ch. de la Cariçaie 1, 1400 Cheseaux-Noréaz.

Samedi 28 septembre, les écolos anonymes, théâtre-forum par la Compagnie du Caméléon, **10h30-12h**, Théâtre de l'Orangerie, Genève.

infos www.painpourleprochain.ch/transition-interieure.