

Cotmec

Groupe Ecospiritualié et sobriété heureuse

Rencontre du 13 novembre 2019

Présents : Marie-Thérèse Kaufmann, Odile Benoist, Luitgard Schroft, Eric Revillet, Roland Pasquier, Michel Bavarel , Claude Fol.

Excusés : Michel Dunand, Christiane Escher, Yves Brun, Odette Habiyacare, Robert Fol.

1) Méditation proposée par Roland : Dans la vie actuelle où la crise écologique commence à produire des dégradations irréparables, Roland nous ouvre à l'Espérance... malgré tout, en nous proposant une prière de Martin Luther King qui nous ouvre à la Paix, envers et contre tout.

2) Petits gestes : Le bilan du travail effectué est décevant; les recherches, la rédaction des articles, l'édition du fascicule, représentent un travail conséquent et coûteux et nous manquons de forces pour assurer un bon suivi de la diffusion de la brochure et la mettre en valeur.

Par ailleurs, compte tenu de la multiplication des informations données ces dernières années par les média dans le domaine de l'écologie et la pléthore de publications, nous nous interrogeons sur l'utilité réelle de notre apport ?

Nous nous laissons un temps de réflexion dans l'éventualité d'une nouvelle parution de la brochure de la Cotmec, plus axée sur l'écospiritualité. Nous tenions à vous en informer et à recueillir vos avis et suggestions à ce propos.

L' échange qui suit concerne certaines de nos habitudes qui deviennent des réflexes quotidiens, entre autres la limitation des plastiques.

Luitgard observe que la préoccupation de l'environnement devient tendance un peu partout. Elle cite la commune de Bernex qui a engagé un collaborateur « Environnement » pour stimuler la commune et répondre aux questions des habitants. Elle lui proposera notre brochure qui peut l'aider dans sa mission.

Cadeaux de Noël / de fin d'année. A partir de nos « Ecogestes »: il est décidé de suggérer aux sympathisants de la Cotmec quelques idées de cadeaux utiles tout simples, pour ouvrir nos proches à une autre forme de consommation. Un message à cet égard sera envoyé prochainement.

3) Retour sur la rencontre avec Anne Mahrer: (co - présidente de l'association Ainées pour le climat en Suisse) nous a impressionné par sa simplicité et sa forte conviction de la nécessité de leur action. Nous relevons que son passage par la politique (présidence du grand conseil et membre du conseil national) lui donne un poids et un souffle pour porter ses projets.

Sa foi en la justice est remarquable pour qu'avec l'appui de leur association, les membres osent attaquer l'État fédéral pour mauvais fonctionnement. Avec la conviction de leur bon droit, elles ne lésinent pas sur leur temps donné ainsi que sur les moyens financiers.

4) **Espérance en mouvement : Échange sur la gratitude** : Pour débiter, nous lisons les différents partages que les absents nous ont fait parvenir. Nous limitons notre échange pour ouvrir une nouvelle étape de notre recherche.

Honorer notre souffrance pour le monde :

En montant la spirale du « travail qui relie », après la gratitude, nous arrivons à « honorer notre souffrance pour le monde ». En introduction, nous découvrons le mot **solastalgie** créé en 2007 par un philosophe australien. Il peut faire écho à la nostalgie ou au mal du pays, mais il s'agit dans ce cas d'un pays que nous avons quitté, alors que désormais c'est le pays qui nous quitte, qui change à un tel point que nous ne le reconnaissons pas. On peut aussi parler d'éco-anxiété, détresse causée par le changement de l'environnement, par ce qui peut se produire à l'avenir. On jette un œil sur les titres de publications qui parlent du phénomène : « Peur Verte », « Verts de peur ».

Nous éprouvons une éco-anxiété si les canicules, la fonte des glaciers, l'élévation du niveau de la mer, la chute de la biodiversité nous attristent, si nous avons l'impression que nous sommes impuissants, si nous éprouvons de la culpabilité. Alors il y a un risque de découragement, d'épuisement, de dépression.

Face à ces sentiments, il ne s'agit pas de nier la réalité. La reconnaître est sain. En prendre conscience peut aider à réagir. Et à agir, par exemple en posant des écogestes, à condition, selon Michel Egger, qu'ils ne soient pas extérieurs, mais ancrés dans l'être. En changeant de regard, en se reconnectant à la nature, on peut les vivre non pas comme un effort mais comme un gain de sens.

En parler au groupe permet de se rendre compte que l'on n'est pas le seul à éprouver ces sentiments. C'est pourquoi nous effectuons les exercices de la spirale du travail qui relie. Après s'enraciner dans la gratitude il s'agit d'« honorer notre souffrance pour le monde ». Nous voyons des espèces disparaître, des écosystèmes détruits (glaciers). Il s'agit d'en faire le deuil, d'honorer leur mémoire.

- S'entendre parler de ce que nous savons, exposer nos inquiétudes permet de les intégrer, d'y faire face.

- On s'installe deux à deux. L'animateur énonce une phrase « ouverte ». L'une des deux personnes la complète pendant deux à trois minutes, l'autre écoute sans intervenir.

Ensuite on inverse les rôles. Voici les trois phrases énoncées ce soir là, l'une après l'autre :

- Quand je pense à l'état de la planète, je dirai que cela devient...
- Parmi les sentiments qui m'envahissent, il y a...
- Ce que je fais de ces sentiments, c'est...

Thich Nhat Hanh : ce dont nous avons le plus besoin, c'est d'écouter en nous les échos de la terre qui pleure.

Odile, Michel, Claude