Rapport de la recherche-action RACCOr #1
Bernadette Leemans

Table des matières

Introduction
D'où parle la chercheuse
Mode opératoire

1 Le processus de recherche-action

- Explorer le monde
  - Veille
  - Rencontre de réseautage
  - Intervision sur les dominations systémiques
  - Rencontres inspirantes

- Explorer les thématiques
  - Musique des plantes
  - Comment me sentir appartenir à une communauté soutient ma vision du monde
  - Bascule vers un monde qui tient compte des limites
  - 8 grandes familles de leviers
  - Renouer nos liens avec la Terre-Mère
  - Humains en chemins
  - Le sacré clown « Heyoka »
  - Intégrer l'incertitude
  - Et si on changeait les règles du jeu ?

- Explorer les formats
  - Rencontre transformative
  - Cap 2033
  - Humains en chemins
  - Constellations systémiques
  - Carnets de voyage
  - Escale vers une société qui soutient la Vie et le Vivant

- Explorer les réactions
  - Site internet
  - Padlet
  - Newsletters
  - Exposition « J'ai l'élan de »
  - Exposition « Vers une société qui soutient la Vie et le Vivant »
  - Liste des leviers
  - Poème
  - Stands à des salons

- Transformation personnelle

2. Description des actions
    - Action 1 : veille
    - Action 2 : rencontre exploratoire
    - Action 3 : atelier Comment me sentir appartenir à une communauté soutient ma vision du monde
    - Action 4 : atelier Bascule vers un monde qui tient compte des limites
    - Action 5 : Cap 2033
    - Action 6 : Humains en chemins
    - Action 7 : Constellations systémiques – Renouer nos liens avec la terre-Mère
    - Action 8 : rencontre Sacré clown Heyoka
    - Action 9 : exposition « J'ai l'élan de »
    - Action 10 : Musique des plantes
    - Action 11 : Intégrer l'incertitude
    - Action 12 : Et si on changeait les règles du jeu ?
    - Action 13 : carnets de voyage
    - Action 14 : poème
    - Action 15 : diffusion des résultats préliminaires et collecte des réactions
    - Conclusion de la partie actions

3. Les ingrédients/leviers

- Schéma récapitulatif
- 1e grande famille
- 2e grande famille
- 3e grande famille
- 4e grande famille
- 5e grande famille
- 6e grande famille
- 7e grande famille
- 8e grande famille

Conclusion
- Recommandations
- Suites
- Poème

Annexes
Sources

Introduction

Cette partie du rapport est consacrée aux champs d'exploration visités par Bernadette Leemans au sein de l'asbl Les Fougères. Ceux-ci sont structurés comme suit : les recherches menées par d'autres, les thématiques, les formats et les partages aux publics.

La 1e partie retrace le processus de recherche-action avec son fil conducteur. Ensuite, dans la 2e partie, les actions sont décrites une à une avec leurs objectifs, leurs publics et leurs conclusions. La 3e partie présente chacun des leviers/ingrédients. Enfin, la conclusion propose des recommandations et des suites.

D'où parle la chercheuse

- Eco-conseillère, philosophe de formation, elle coordonne l'asbl Les Fougères depuis sa fondation. Elle aime tisser des ponts entre les mondes, mener des projets innovants, inviter à questionner nos certitudes et explorer des imaginaires extra-ordinaires. Personne source de cette recherche action, elle en assure aussi la coordination administrative et humaine, avec la complicité d'Anne-Kirstine de Caritat.
- L'asbl Les Fougères, fondée en 2011, est un joyeux laboratoire qui expérimente des pratiques autour de « Se reconnecter à la Terre, Faire vivre nos utopies, Enraciner l'estime de soi », au travers d'animations, stages, formations, recherches, accompagnements (d'adultes ou des jeunes générations).
- Maman de 2 jeunes adultes (21 et 18 ans) qui ont quitté la maison pour leurs études, elle traverse actuellement le passage vers la ménopause. Après avoir déménagé 8 fois en 27 ans (soit environ tous les 3 ans, sauf lorsque ses deux enfants sont nés), elle est encore dans les caisses cet été. Suite à un burn out en 2019, elle travaille en mi-temps médical, avec des petites rechutes occasionnelles.
- Elle a accompagné son fils de ses 4 à 8 ans lors d'une maladie immunitaire résolue grâce à une greffe de moelle osseuse (longues hospitalisations, injections quotidiennes d'antibiotiques, effets secondaires, puis chimio, chambre stérile, un an sans école, personnel médical extrêmement dévoué, financement intégral par la sécurité sociale). Sa relation toxique (dont elle assume sa part de responsabilité) de 13 ans avec le père de ses enfants a été suivie de 8 ans de conflits juridiques pour des questions financières.

- Actrice de changement en tant qu'écoconseillère depuis 2005, active dans les initiatives locales de transition de 2011 à 2019, membre d'un groupe de transition intérieure de 2014 à 2020, formée à l'urgence socio-humanitaire en 2015, inondée en 2021 à Chaudfontaine, son chemin de résilience matérielle, sociale, émotionnelle et spirituelle est déjà bien entamé … et à la fois, sans doute encore bien long.
- Neuroatypique, elle se sens appartenir fondamentalement au spectre autistique de type Asperger. Dans la lignée de Socrate ou des Heyokas[1], elle interroge spontanément les évidences et décode les liens systémiques. Elle est dans un chemin spirituel profond depuis 2012. Celui-ci lui fait travailler l'écoute du Vivant, l'alignement, l'humilité. Elle croit à la réincarnation. Elle s'implique dans l'organisation d'un festival annuel autour des sagesses et traditions ancestrales rassemblant des intervenants du monde entier.
- Femme, blanche, universitaire, cheffe et créatrice d'entreprise(s) depuis 2006, de niveau socio-économique aisé (même si cela n'a pas toujours été le cas), maîtrisant les codes de notre société (même si la digitalisation actuelle la perd souvent), elle appartient majoritairement aux catégories dominantes. En tant que femme, neuroatypique et en convalescence de burn out sujette à des rechutes, elle fait partie de catégories dominées.

Mode opératoire

Ces 2 années de recherche ont contribué à la transformation personnelle de la chercheuse[2]. Celle-ci est intimement liée aux différents thèmes et méthodologies explorés. Elle insiste pour présenter ces résultats comme l'ensemble de ses croyances. Si la méthode, inspirée de l'anthropologie et des sciences sociales, se veut la plus scientifique possible, les résultats ne peuvent prétendre à être « la vérité ». Même si la plupart des personnes à qui ils ont été présentés y ont été sensibles dans leur globalité, il appartient à chaque personne de les explorer et d'en retirer ce qui lui parle. Pour des questions de lisibilité, ce texte a été expurgé de tous les « je crois », « il me semble ».

Cette recherche intègre des préoccupations sociétales actuelles. Des personnes pas forcément au fait des défis environnementaux et sociaux, de profils très diversifiés se

1 Chez les Amérindiens Lakotas, la figure du Heyoka désigne des personnes qui, bien malgré elles, font les choses à l'envers, dédramatisent, éveillent à l'esprit critique par l'absurde. Elle se rapproche de notre fou du roi.
2 Et ce n'est pas parce que sa tête est convaincue qu'elle est capable de mettre tout cela en application !

sentent concernées par les sujets de cette recherche et par les différents leviers investigués.

Cette méthode s’inspire de l’anthropologie.

1. Le processus de recherche-action

Comme c'est le cas pour tout processus de **recherche-action**, les découvertes successives sont venues nourrir et ajuster les actions suivantes. Vu la richesse des perspectives, des choix ont dû être faits. Le critère principal a été de saisir les opportunités. Une liste des pistes qui mériteraient encore d'être explorées se trouve dans la conclusion.

Les actions sont réparties en 4 grands champs d'exploration :les recherches menées par d'autres (explorer le monde), les thématiques (explorer les thématiques), les formats (explorer les formats) et les partages aux publics (explorer les réactions).

Ces actions en tant que telles sont détaillées dans la 2e partie.

1.1. Explorer le monde

Le thème des changements culturels, de modèles mentaux, de représentations du monde est dans l'air du temps. De nombreux livres, conférences, formations, ateliers, émissions radio, posts sur les réseaux sociaux, discussions informelles ont abondamment nourri ce processus de recherche sous forme de **veille**. Trois « moments » spécifiques sont à épingler.

Le premier moment est une rencontre exploratoire de **réseautage** avec des personnes qui se sentaient concernées par la thématique, le plus souvent impliquées dans des projets spécifiques. Il en est ressorti une demande forte de réseautage. Le manque de temps de la part de tous les protagonistes, y compris parmi les chercheuses de RACCOr, n'a pas permis d'y donner réellement suite, si ce n'est par leur inscription à notre newsletter.

Le deuxième est la participation à un cycle d'intervision sur les **dominations systémiques**. Un des chapitre lui est consacré.

La richesse des découvertes récentes sur cette thématique a donné envie d'organiser des rencontres avec des personnes **inspirantes**, troisième moment. Une seule a été concrétisée (voir ci-dessous le sacré clown Heyoka). L'ampleur de cette tâche dépassait nos disponibilités.

1.2. Explorer les thématiques

La première thématique est celle de la **Musique des plantes**. Cette animation est proposée par Les Fougères depuis 2019. Elle était reprise dans le dossier initial. Il aurait été possible de la creuser de la même manière que les Sprouts ont étudié l'impact de la Marche du temps profond.

Les 2 thématiques suivantes ont été menées avec Anne-Kirstine de Caritat des Schumacher Sprouts. L'atelier « **Comment me sentir appartenir à une communauté soutient ma vision du monde** » a été imaginé en réponse à la rencontre exploratoire d'avril 2023. Il commence par une Marche du temps profond, le dispositif étudié par les Sprouts.

L'atelier « **Bascule vers un monde qui tient compte des limites** » est inspiré par le thème de l'événement Coconstruire « Les points de bascule ». Il est question de déconstruire le tabou de la mort et d'envisager un monde qui intégrerait la finitude dans ses présupposés. Il nous a permis de bénéficier du public généré par un tel événement.

Le processus collectif avec les autres chercheuses a fait émerger des leviers ou ingrédients vers une société qui soutient la Vie et le Vivant. Ceux-ci ont été organisés en **8 grandes familles de leviers** pour en faciliter l'appropriation. Ils ont fait l'objet de nombreux échanges informels. Voir partie *Explorer les réactions*.

Un des ateliers de Cap 2033 proposait une constellation systémique sur le thème « **Renouer nos liens avec la Terre-Mère** ». A la demande des participants, il a été réorganisé à trois reprises.

Un atelier d'écriture dans la nature invitant à se connecter à ce qui vit en soi a inspiré le dispositif **Humains en chemins**. 10 thématiques ont été explorées en 10 séances bimensuelles de 3 à 4h, avec des publics différents : Le temps de vivre, Avoir bon, Ancrage – les pieds dans la terre, Dans les yeux de qui je me regarde – choisir des collectifs soutenants , Remercier nos soutiens, Regarder nos ombres, Partir ou rester ?, Les couleurs de nos vies – accueillir les diversités, Empathie et décentrement, Écoute le Vivant.

La vision du monde portée par la figure du **Sacré Clown**, appelé **Heyoka** dans la langue amérindienne Lakota, rencontre sept de nos huit grandes familles de leviers. Deux françaises du sud nous ont permis de découvrir ce tissage entre les Sagesses Ancestrales et la Physique Quantique, au fil de deux rencontres, un atelier découverte et une formation de 2,5 jours. Les participant.es à cette dernière forment depuis lors une « tribu » soudée. Elles continuent à se former et proposeront d'autres activités sur ce thème en Belgique dès 2025.

La demande d'intervention de l'asbl EFDD lors de sa Journée Établissements d'Enseignement Supérieur durables a permis de créer l'atelier **Intégrer l'incertitude** autour de pratiques corporelles.

La journée des écoles de la Foire agricole de Battice a inspiré l'atelier « **Et si on changeait les règles du jeu ?** » avec des enfants de 10 à 12 ans sur la base du bâton de parole.

1.3. Explorer les formats

Toutes les actions de ce partenaire s'ancrent autour de la notion des **rencontres transformatives**. Comment, à chaque fois que je rencontre quelqu'un, je suis suffisamment dans l'écoute et l'ouverture pour me laisse transformer d'une manière ou d'une autre. Et si je n'en sors pas transformé.e, c'est qu'on s'est seulement croisé.es.

L'atelier « appartenance à une communauté » a débouché sur la création du partenariat avec le Festival Maintenant! pour créer l'événement **Cap 2033**, parrainé par Rob Hopkins et Barbara Stiegler. 120 personnes ont voyagé vers le futur (Bienvenue à bord), participé à un des 8 ateliers (Archipel des bascules), partagé leurs ressentis et découvertes (Bouillons de cultures) et écouté le Partage de perles par des artistes et les parrain-marraine. La variante « De l'autre côté du miroir » avait été imaginée 6 mois plus tard pour le festival « Rêve général », mais les priorités ont été mises ailleurs.

Chacun des ateliers du cycle **Humains en chemins** est construit en 4 parties : corporelle, mentale, émotionnelle/créative, inspiration (venant d'autres humains, de la nature ou spirituelle). Un tirage au sort en début d'atelier détermine leur ordre et permet d'intégrer l'incertitude.

La méthode des **constellations systémiques** montre un instantané d'une question ou d'une situation en la replaçant dans son contexte systémique, plus large, plus global. Cette mise en perspective offre le recul nécessaire pour découvrir et explorer des pistes de solutions ou d'amélioration. Par ailleurs, elle permet aux participant.es de faire l'apprentissage d'outils de ressenti, non mentaux, utiles dans la vie quotidienne

Dès la 2e rencontre, des **carnets de voyage** ont été proposés aux participants pour leur permettre de garder des traces personnelles de leur cheminement. Ces traces peuvent être des notes, des poèmes, des dessins, des récits, etc. Une quinzaine de personnes ont accepté cette invitation. 5 poèmes de l'exposition vers une société qui soutient la Vie et le Vivant en sont issus. Ceci rejoint le dispositif de Nathalie Everard.

La présentation des résultats de RACCOr, **Escale vers une société qui soutient la Vie et le Vivant**, était prévue lors des 2 festivals de septembre « Prendre Soin » à Liège et « Maintenant ! » à Louvain-la-Neuve pour bénéficier de leur visibilité et toucher d'autres publics. Ce dernier n'a pas eu lieu sous cette forme en 2024. Il n'y a donc eu qu'un seul événement. Dans un souci d'harmonisation du fond et de la forme, cet événement permet d'abord aux participants d'expérimenter quelques ingrédients, de mettre des mots sur leurs vécus, avant la présentation descendante. Une large part est consacrée aux questions-réponses.

1.4. Explorer les réactions

De par leur nature complexe et progressive, les processus de changements culturels et ontologiques sont très difficiles à mesurer. Les publics concernés par cette partie de RACCOr n'ont, le plus souvent, été rencontrés qu'une seule fois. A défaut de pouvoir les mesurer, nous avons décidé d'**augmenter les impacts** en diffusant nos hypothèses, avec ou sans échanges avec le public.

6 pages ont été créées sur le **site** des Fougères (en plus de celles décrivant les actions). En fin de projet, un site spécifique a été créé *www.unmondevivifiant.org* pour pouvoir continuer à partager nos résultats.

En début de projet, un **padlet** a été créé pour rassembler et partager nos sources sur la thématique des changements culturels et ontologiques pour soutenir la vie et le vivant. Cela a fonctionné les 6 premiers mois, puis les chercheuses n'ont plus pensé à l'alimenter.

16 **newsletters** ont été envoyées à un rythme presque mensuel, entre septembre 2023 et octobre 2024 à 80 personnes (inscrites au fil du temps à cette newsletter spécifique). A partir de novembre, un partage de réflexions en lien vers la famille de leviers concernée s'est ajouté aux invitations à nos actions. Elle a ensuite été diffusée à toute la base de données des Fougères (soit 400 courriels au total), avec un taux d'ouverture entre 40 et 60 % et entre 5 et 40 cliqueurs.

L'utilisation des réseaux sociaux n'a pas été explorée car sans publication au moins hebdomadaire, la visibilité est inexistante. D'autres chercheuses utilisent ces supports et auraient pu prendre ce relais. Elles ont choisi de mettre leurs priorités ailleurs.

L'évaluation de Cap 2033 a fait émerger la demande de « et concrètement, qu'est-ce que je peux faire ? ». L'exposition « **J'ai l'élan de** » a été créée pour répondre à cette demande. Celle-ci se compose d'une photo et du témoignage de simples citoyen.nes avec la phrase « *Vers une société qui soutient la Vie et le Vivant, j'ai l'élan de …* ». Une centaine d'élans ont été récoltés au cours de stands à des événements ou expositions. Le dispositif est volontairement très simple : des feuilles A4 légèrement cartonnées, accrochées avec des pinces à linges sur des ficelles, des photos de qualité basique collées sur les feuilles complétées à la main. Il a également pour vocation de montrer la diversité des profils et la richesse déjà présente parmi la population ordinaire, sans attendre que le changement vienne d'experts ou de leaders extra-ordinaires.

Le Festival Rêve Général a été l'occasion de créer une **exposition** reprenant les 8 grandes familles de leviers illustrés en facilitation graphique. Une de nos réunions d'équipe en présentiel ayant pour but de partager nos hypothèses via un atelier créatif a été l'occasion de créer 8 collages. 8 poèmes issus de nos ateliers et intégrés à des photos la complètent.

Dès Cap 2033, un **document** avec les grandes familles de leviers a été mis à disposition de nos publics. Sa présentation s'est améliorée peu à peu. D'une simple liste, elle est passée à une mise en page en 8 blocs disposés autour du titre. Ensuite, les textes ont alterné avec les dessins en facilitation visuelle.

Suite à un atelier Humains en chemins est né le **poème** « *Les humaines, les humains* ». Il a été slamé lors de plusieurs événements, au cours de certains ateliers et a été chaque fois mis à disposition sur support papier. Une vidéo existe également. Le projet de créer un seule-en-scène a dû être reporté à plus tard.

La principale occasion d'échanger avec le grand public est lors des **salons** : Trooz'Actives 2023, Retrouvailles 2023 et 2024, la Journée de la Pomme 2023, Rêve Général 2024, Planète Zen 2024.

Deux années au contacts de ces concepts conduisent inévitablement à la **transformation personnelle** de la chercheuse. Le chemin est long, composé de détours, d'ornières récurrentes, de retours en arrière, de décisions de ne pas explorer certaines voies, de bouffées de joie, de fous rires, de coups de gueule (reçus ou envoyés), de prises de consciences parfois bien secouantes ou très revigorantes ou allégeantes, de soutien mutuel, d'émotions, de grands « waouw » esthétiques ou affectifs, etc. Il parcourt un véritable maillage car ces notions s'interpénètrent. Il consomme (et parfois aussi génère) de l'énergie et occupe une réelle charge mentale de (presque) chaque instant.

2. Description des actions

Comme ces actions sont très nombreuses, certaines analyses sont plus complètes que d'autres. Le temps manquait pour les étudier toutes en profondeur.

Action 1 : Veille des enjeux autour de la thématique

Au cours de ces deux années de recherche-action, cette thématique a accompagné la chercheuse au quotidien. Elle a été nourrie par des lectures, des conférences, des spectacles, des émissions de radio, et surtout de très nombreux échanges informels. Vous trouverez ci-après une bibliographie.

La chercheuse n'a pas eu suffisamment de disponibilité mentale pour organiser tous les différents supports sur lesquels elle avait d'abord commencé à noter ses différentes sources d'inspiration. Entre la panne de son disque dur externe (non remplacé) en été 2023, suivie en octobre par la perte de son ordinateur (alors que tout n'était pas sur le cloud), sa surcharge de travail au printemps 2024, une commotion cérébrale en été, elle a abandonné ses tentatives de lister toutes ses sources d'inspiration. Par ailleurs, il y a tellement, tellement d'articles, d'émissions, de discussions sur ces sujets qu'on peut considérer qu'ils sont vraiment dans l'air du temps. Citer précisément les occasions où elle en a entendu parler, sans mentionner toutes les autres dont elle n'a pas eu connaissance n'apporterait pas beaucoup plus à ce rapport.

Les changements nécessaires pour que notre modèle de société soutiennent réellement la vie et le vivant couvrent un champs d'action vraiment très vaste. La plupart d'entre eux intègrent des préoccupations sociétales actuelles et font partie des domaines d'intérêts de très nombreuses personnes, qu'elles soient ou non sensibles aux défis environnementaux et sociaux. Ce processus de veille a été nourri par de nombreuses rencontres très riches avec une grande diversité de profils.

Action 2. Rencontre exploratoire le 19 avril 2023, à Liège

Réunion de 13h30 à 17h – accueil dès 12h30 pour briser la glace et manger ensemble

Objectifs

- faire émerger ce qui existe déjà comme connaissances ou expérimentations à ce sujet,
- y réfléchir ensemble en intelligence collective
- savoir s'il y a des intérêts à faire du réseautage sur ce thème.

Public cible et présent

des personnes intéressées par la thématique des changements culturels, et en priorité celleux qui ont des projets en ce sens (associations, institutions, enseignants, citoyens, entreprises)

10 personnes. Profils : (certain.es ont plusieurs casquettes)

3 membres de RACCOr. 6 liégeois.es et 4 venant de Bruxelles/Brabant Wallon. 6 femmes, 4 hommes. 2 citoyen.nes engagé.es, 3 du monde de l'enseignement, 1 du SPW (Centre Régional de Crise), 2 entrepreneuses (édition, coaching), 6 du monde associatif

Dispositif : cercle de parole

Mode de collecte de données : cercle de parole et météos de sortie

Conclusions :

- Le thème des changements culturels suscite beaucoup d'intérêts. D'autres projets existent.
- Il y a une demande vive de tisser des liens, partager nos questionnements, nos méthodes, nos résultats, prendre du recul collectivement, recevoir des feedback, de s'enrichir mutuellement. Cette séance remplissait ce besoin et a été très appréciée. Malheureusement, on manque tous.tes de temps pour réseauter et prendre de la distance sur nos projets. C'est un réel problème. On aurait besoin qu'une personne ait du temps de travail pour organiser ce genre de réseautage.
- Regret d'être restés dans le mental, sans lien avec le corps, ni les imaginaires et très peu avec les émotions. Regret d'être en ville dans le béton, sans accès à un espace vert. (Lieu choisi pour son accessibilité en transports en communs).

Suites données :

- organisation de la rencontre du 2 juin 2023, en mouvement et dans la nature
- création d'une newsletter et d'un padlet (site collectant des références de livres, émissions, sites, etc en lien avec le thème)

Action 3 : atelier « Comment me sentir appartenir à une communauté soutient ma vision du monde »

Objectifs :

- répondre au besoin de réseautage et de soutien mutuel identifié à l'atelier précédent
- intégrer les autres qu'humains dans la notion de communauté
- faire émerger des informations pour nourrir la recherche-action
- croiser les dispositifs (marche du temps profond et cercle de parole)
- intégrer le corps et l'inspiration de la nature, sans oublier la tête

Public cible et présent :

des personnes intéressées par la thématique des changements culturels, et en priorité celleux qui ont des projets en ce sens (associations, institutions, enseignants, citoyens, entreprises)

8 personnes, dont 2 membres de RACCOr. 7 femmes et 1 homme.

Profils : (certain.es ont plusieurs casquettes)

5 liégeois.es et 3 venant du Brabant Wallon. 1 du monde de l'enseignement, 1 du SPW (Centre Régional de Crise), 1 entrepreneuse (édition), 6 du monde associatif, 4 coordinatrices

Dispositif :

Vendredi 2 juin 2023 – à L'Arbre qui Pousse (Ottignies)

– 9h30 : Accueil

– 9h45 : Marche du temps profond

– 12h15 : Repas (sandwich offert)

– 13h15 : Atelier

– 16h : Comment cette journée a servi la question « Quels leviers/quels freins pour les changements culturels et ontologiques »

– 17h : Fin

Une marche du temps profond est une balade racontée de 4,6km, en lien avec les 4,6 milliards d'années d'existence de la terre, un voyage transformateur qui nous invite à voir le temps et le monde autrement. Elle est animée par Les Schumacher Sprouts Belgium.

L'atelier de l'après-midi était prévu sous forme d'un world café (autour des questions ce qui me porte et ce qui me pèse, dans des communautés d'humain.es et communautés de

vivant.es), précédé d'un « Et derrière ces mots… ». Sentir la force de cette communauté, combien elle nous nourrit et nous porte. Regarder ce dont on a besoin pour qu'elle nous permette de porter assertivement une autre vision du monde dans nos vies quotidiennes.
Et puis, en écoutant ce qui était juste pour nous à ce moment-là, on a décidé de faire un cercle de paroles sur base de mots-clés tirés au sort parmi les leviers identifiés par les chercheuses. On s'est installées dans l'herbe sous un arbre.

Le cercle de parole permet à chaque personne d'exprimer ce qu'elle pense ou ressent à tour de rôle, sans jugement de la part des membres du groupe. Parfois, cela suscite des réactions, convergentes, divergentes, en nuances ou en complémentarité. Chacun porte sa propre parole, en toute liberté. On a fait un ou plusieurs tours jusqu'à ce que chaque personne soit « servie ».

Les mots-clés tirés au sort :

- Cœur – célébrer
- Leviers méthodologiques
- Créativité

Mode de collecte de données : cercle de parole et météos de sortie

Observations :

Les gratitudes exprimées :

- Le seul homme a exprimé beaucoup de gratitude d'être appelé au féminin[3].
- La diversité des profils, des âges, des parcours, des expériences
- Le plaisir de travailler dans un tel cadre (dans un jardin, sous un arbre, en été, en position assise ou couchée, parfois debout ou en mouvement, sur une chaise ou sur le sol, confortablement)
- L'ouverture, l'humilité, la curiosité aimante, relativiser, se recentrer
- Intégrer le corps (la marche) et le cœur, les émotions
- Quand on est dans la nature, inévitablement, elle nous touche, dans le cœur et dans le corps. La nature nous aide à nous reconnecter à nous-mêmes. C'est une porte d'entrée du changement.
- On ressent de l'empathie envers les plus fragiles, les parties les plus fragiles de soi, envers la nature (car cette personne la considère comme fragile).

3 En début d'atelier, c'est lui qui a posé cette demande qu'on utilise le féminin pluriel puisqu'il était le seul homme du groupe. Il n'était pas familier avec cette démarche.

- L’expression « Ta lumière ne me porte pas ombrage » → vers plus de coopération, même dans l’entreprenariat

- Dans le vivant, il y a souvent du bricolage (des choses qui semblent aberrantes du point de vue des ingénieurs, comme l’aorte qui a une forme de crosse).
- Le ludique jusqu’au ridicule pour déclencher la créativité.
- La créativité au service du changement de regard
- La créativité des spectacles d’improvisation : faire tomber les injonctions sociétales, lâcher prise + l’importance de mettre un cadre, qui stimule la créativité, évite de partir dans tous les sens, permet d’atterrir et déboucher sur quelque chose.

La contrainte est un levier de changement. Si les entreprises avaient de vraies contraintes législatives, elles seraient obligées de chercher des solutions et leurs services de recherche et développement en trouveraient. Les entreprises sont demandeuses d’un cadre législatif strict. Cela permettrait de mettre tout le monde sur le même pied d’égalité et permettrait de convaincre les actionnaires et de sortir des ornières de nos routines.
Riches échanges sur les contraintes, la liberté et la créativité.
- Selon le livre « Le bug humain », nos cerveaux ont été façonnés dans un monde où il y avait peu de ressources. Ils ne sont pas adaptés à un monde où il y a de l’abondance comme c’est le cas aujourd’hui (nourriture, sexe, pouvoir, reconnaissance, etc). Par contre, lorsqu’on fait des choses qui ont du sens, qui donnent de l’espoir et de l’amour, c’est le cortex qui prend le pas sur le cerveau reptilien.
- Réenchanter les imaginaires désirables et avoir envie d’y aller.
- L’importance d’utiliser un vocabulaire positif

Météos de sortie : Les participants en sont ressorti.es très heureux.ses, ressourcé.es, curieux pour la suite, contents de faire partie de ce processus et d’avoir partagé leurs idées, ressentis, émotions.

Conclusions

- Sur la Marche du temps profond, voir le dispositif spécifique
- Sur le dispositif global de la journée :

Choisir de se donner du temps pour prendre du recul, s’arrêter, partager les regards et ressentir les diversités, le cœur ouvert, a nourri le sentiment d’appartenance à une communauté d’humains et a été enrichi par la marche du temps profond du matin. Celle-ci nous a permis de nous sentir appartenir à la grande communauté des êtres vivants, à travers le temps et les différentes formes de vie. Ce thème-là a été vécu tout au long de

la journée et n’avait pas besoin d’être au centre de la discussion, même s’il a aussi été abordé. C’est par la manière d’être ensemble qu’il a été expérimenté.

Il y a une réelle demande de moments organisés comme celui-là

Suites données :

Cocréation de Cap 2033 avec une des participantes, coordinatrice du Festival Maintenant!

Action 4. Atelier « Bascule vers un monde qui tient compte des limites »

(titre initial : Accepter la mort pour soutenir la vie)

Dans le cadre de Co-construire[4] (rencontre des intelligences collectives) à Tournai le mercredi 5 juillet 2023 de 14h à 15h30

Thème :

Comment aborder les questions de la finitude, des limites, de la mort – appliquées à un changement de vision du monde pour faire advenir une société qui soutient la vie et le vivant ?

- L'acceptation de la finitude pour changer notre vision du monde.
- Accepter la mort est une étape nécessaire pour soutenir la Vie.
- Découvrir comment notre illusion d'immortalité fausse notre système de croyances et est une des causes de notre système sociétal mortifère.
- L'importance de composter le passé pour nourrir le présent et les avenirs.
- **Passer d**'une société dans le déni

  Quels corollaires entrainent le tabou de la finitude et de la mort ?

  Vers une société consciente de la finitude et de la mort

  Réintégrer la mort et le temps du vivant, cela ressemblerait à quoi ?

Public cible et présent :

les participants aux Rencontres Co-construire, majoritairement des travailleurs du secteur associatif intéressés par l'intelligence collective, ainsi que des citoyens, institutions, académiques, étudiants. 18 personnes – 4 groupes ont présenté A et B, puis un 5e composé de personnes arrivées en cours de route a présenté le passage de l'un à l'autre.

Dispositif :

Atelier basé sur des exercices corporels, l'intelligence collective, le non-verbal et la créativité.

- *Cadre de sécurité (thème sensible, droit de changer d'atelier)*
- *introduction sur le thème*
- *prise de température par positionnement dans l'espace (niveau de confort par rapport aux changements et par rapport à la mort en général)*

4 https://co-construire.be

- *constitution de groupes (A : monde où la mort est taboue, B : monde où la mort est intégrée)*
- *échauffements*
- *plonger dans l'improvisation en groupes (5 minutes) (le moins de mots possible, mimer, danser, chanter, dire des mots-clés, onomatopées, ... - pas de consigne précise – humour, surréalisme, exagérations, caricatures plus que bienvenus)*
- *échanger (4 minutes) ensemble sur les envies de proposer devant le grand groupe + noter mots clés sur le papier*
- *présentations devant tout le monde (5 minutes par groupe)*
- *moment d'échanges et tours de clôture*
  - *éléments importants pour cette bascule vers un monde qui tient compte des limites (leviers, freins ou autre)*
  - *leurs vécus, place pour les émotions*
  - *temps réflexif en solo sur ce que cet atelier apporte à leur souhait de bascule*

Mode de récolte :

- météo de sortie
- questionnaire distribué en fin d'atelier à compléter immédiatement et à nous rendre
- échanges informels avec des participant.es ou des personnes à qui ils-elles en ont parlé pendant les 2 jours suivants des rencontres

Observations :

<u>Retours des participant.es</u>

- donne de la joie et de l'espoir.
- apprécié de pouvoir créer rapidement avec des inconnu.es
- se sentir relié au côté précieux de la vie
- comment transposer dans nos contextes professionnels ?
- partir des ressentis dans le corps , ouverture, détente
- des échanges de regards qui touchent le cœur
- douceur, apaisée, sujet sérieux – encourageant, espoir
- vivre cet atelier en groupe permet de ne pas se sentir seul.e
- allégé sur un sujet lourd
- importance de laisser physiquement de la place dans le cercle pour que quelqu'un qui arrive en cours se sente accueilli – laisser la place à l'imprévu
- donne envie de vivre pleinement le moment présent

- Ce sujet n'est pas assez souvent abordé et est vraiment très important dans les bascules en cours.

Négatifs

- du mal à lâcher le mental
- pas allés pleinement dans les émotions, donc pas complètement abordé le sujet. On a besoin d'aller dans les émotions pour que ce soit plus transformant.

Retour des animatrices

- C'était un vrai plaisir de travailler avec un public comme celui de Co-construire : investi, souvent pionnier en animation en intelligence collective et donc ayant déjà parcouru un certain chemin en transition intérieure[5].
- Il a été très important de prévenir qu'on allait vraiment parler de la mort. 4 personnes ont choisi de partir après cette information.
- L'atelier s'est vraiment bien passé, dans la joie et la légèreté, profondeur. Le ton était juste.
- Des choix ont dû être faits. Des variantes sont possibles.
- Le déroulé est à améliorer. Les créations n'ont pas été beaucoup dans le corporel. Est-ce parce que cela n'avait pas été assez induit ? Les postures des animateur.ices sont sans doute à ajuster. Elles ont laissé plus de temps que prévu initialement pour les improvisations en groupe, ce qui est sans doute une erreur.

Retours venant des échanges informels avec des participant.es ou des personnes à qui ils-elles en ont parlé pendant les 2 jours suivants des rencontres :

- Une personne a mentionné sa participation à cet atelier au cours d'un moment d'évaluation collective comme ce qui l'a le plus transformée lors des 3 jours. 2 autres personnes l'ont aussi dit lors de conversations privées.
- 3 personnes sont revenues vers Bernadette en lui disant leur regret de ne pas avoir pu participer à cet atelier et les échos positifs qu'elles en avaient eus.

Conclusions :

Lever le tabou entourant la mort est un des leviers essentiels vers une société qui soutient la vie et le vivant. Le dispositif ouvre des pistes pour travailler ce sujet, mais peut être

5 En effet, pour que les processus d'intelligence collective et de gouvernance partagée fonctionnent, il est nécessaire que les participant.es et donc a fortiori les facilitateur.ices adoptent des postures d'ouverture à la diversité des points de vue, d'écoute de l'autre, d'estime de soi, d'assertivité, d'écoute des émotions, de remise en question, etc. qui sont aussi caractéristiques de la transition intérieure et correspondent aux leviers/ingrédients vers une société qui soutient la vie et le vivant.

amélioré. Tout l'art consiste à doser le corporel et l'intellectuel, le temps consacré à chaque étape , les contraintes et les libertés.

Suites données :

- utilisation du terme « bascule » par la suite
- nombreux apprentissages au cours des 3 jours de l'événement Co-construire (intégrés dans le dispositif veille)

Action 5. Cap 2033 : grand jeu d'exploration collective dans le cadre du Festival Maintenant ![6] à Louvain-la-Neuve, jeudi 28 septembre 2023 de 13h45 à 17h

Objectifs :

- S'empuissancer grâce aux récits créés ensemble
- Intégrer les 8 grandes catégories de leviers identifiés par la recherche action au cœur des ateliers.
- Bénéficier du public drainé par le Festival Maintenant ! et de la notoriété de Rob Hopkins[7] et dans une moindre mesure de celle de Barbara Stiegler[8], les parrain et marraine de cette activité.
- Tisser des liens entre nos associations dans un très beau partenariat
- Avoir le plaisir de travailler à nouveau ensemble pour Géraldine Dohet et Bernadette Leemans
- Faire connaître RACCOr à l'étranger et s'inspirer mutuellement

Public cible et présent :

Celui du Festival Maintenant !, soit des citoyens et citoyennes impliqués dans des projets de transition, collectifs et associations œuvrant autour des thématiques écologiques, climat, environnement, enjeux sociaux, etc - entre 20 et 80 ans - à capital socio-économique et capital culturel moyen à élevé (pas de public précarisé) - 10% d'étudiant·es (notamment issus de Kots à projet)
120 participant.es et 20 organisateur.ices

Pitch

Nous sommes en 2033 ! Le monde a basculé. Aujourd'hui, nous nous rassemblons pour prendre le temps de nous poser, de regarder en arrière, de faire le point sur notre épopée. Mais comment a-t-on réussi à créer ces bascules? Qu'est-ce qui a fonctionné ? Qu'est-ce qu'on a arrêté de faire? Quels ont été les soutiens précieux ? Venez co-construire avec nous tous ces récits de nos bascules ! Mettre le cap vers la Terre-Mère au sein d'un joyeux équipage, explorer d'autres boussoles, oser l'incertitude de nouvelles routes navigables, sentir le vent dans les voiles, rêver sous les étoiles, …

---

6 https://www.festivalmaintenant.be/
7 Initiateur du mouvement des Villes en transition et auteur du livre « *Et si... on libérait notre imagination pour créer le futur que nous voulons ?*, éd. Actes Sud, 2020
8 Intellectuelle engagée, professeure de philosophie politique à l'Université de Bordeaux-Montaigne

Dispositif

Cette activité résulte d'un partenariat entre le Festival Maintenant, Les Fougères et les Schumacher Sprouts, avec la participation d'une dizaine de facilitateur.ices et artistes pionnièr.es dans leur secteur et aguerri.es aux postures de transition intérieure, écologie sensible, etc.

0. Accueil - Brise glace avec questions (perte +, perte -, gain +, gain -, stable)
1. « **Bienvenue à bord !** », s'immerger tous ensemble dans l'histoire, pour monter à bord des navires (30 minutes)
2. Atelier en groupes à la découverte d'une des îles de l'**Archipel des bascules** avec 8 gardiennes et gardiens des directions (1h15)
3. **Bouillons de cultures**. Par groupe de 3, de 3 îles différentes, échanges informels pour se raconter leurs aventures et découvertes (contenu et ressentis) (20 minutes)
4. **Partages de perles** par les cartographes Rob Hopkins (académique), Barbara Stiegler (académique), Michaël Lambert (slam), envies et élans du public, remerciements, grand *waouw* collectif, clôture en chanson par Julien Lesceux (texte de Gwenaëlle Ninane) + la facilitation graphique de Natascha Provoost

Les gardien.nes des 8 directions
1. bas : Déconstruire les rapports de domination - Elie Wattelet via le miroir du pouvoir
2. haut: S'émerveiller devant la beauté du monde - Tylie Grosjean via les jeux d'écriture et la danse
3. est : Renouer avec la Terre-Mère - Delphes Dubray via une constellation systémique
4. nord : Reprendre mon pouvoir - Aude Chartier Vallart en mouvements
5. sud : tête, cœur, mains et au-delà - Gilles Michel via des « écorituels » au sens large
6. ouest : empuissancement individuel au service du bien commun - Éléonore Mailleux via une rencontre avec les descendant.es
7. centre : Naviguer en confiance dans l'incertitude - Béatrice Bosschaert via les buffets d'objets et la pédagogie par le jeu
8. cercle : un nouveau contrat social lucide et désirable - Éléonore Vanopdenbosch : Les nouvelles manières de vivre ensemble

Mode de collecte de données

- 6 observateur.ices (nommé.es cartographes) qui ont transmis des traces lors de la 4e partie, dont 4 de manière artistique

- notes de certains animateur.ices et débriefing en visio
- notes des élans et envies du public exprimés lors de la 4e partie
- demande de renvoyer un mail aux organisatrices racontant ce que cet après-midi fait bouger en eux (2 réponses)
- les échanges informels pendant et juste après l'événement

Observations

Les participant.es ont été émerveillé.es par l'appel à l'imaginaire, par le principe de ce voyage dans le temps, la poésie du dispositif, l'appel aux émotions, l'ambiance chaleureuse. Il.elles ont particulièrement apprécié de vivre un dispositif qui intègre d'autres dimensions que le mental, la création de liens sociaux, la répartition aléatoire dans les sous-groupes. Il.elles expriment beaucoup de gratitude, avoir ressenti la magie du moment, une vibration particulière, avoir vécu un grand moment de partage collectif (140 personnes!).

Les organisateur.ices
Plusieurs d'entre ell.eux ont eu la sensation d'avoir participé à un événement-clé dans le cadre des bascules en cours, comme si le sentiment d'avoir vécu collectivement un moment d'après la bascule réussie vers une société qui soutient la vie et le vivant avait lancé un signal à l'univers, comme si un point d'acupuncture avait été activé, amplifié par l'écho de ce Festival qui a réuni 7.000 personnes, lors de cette 5e édition.

Le modèle économique de ce projet pilote était basé sur l'enthousiasme et la gratuité pour les participant.es, le bénévolat des facilitateur.ices et artistes. Les 3 organisatrices et les 3 facilitatrices salariées des Fougères ont été rémunérées (via RACCOr et dans son rôle de coordinatrice du Festival Maintenant!), les parrain-marraine également (pour leur participation à tout le festival). [9]
La présence de la figure charismatique de Rob Hopkins a été la clé de voûte de la venue du public et des facilitateur.ices, même si la renommée du festival y a également contribué.

9 A cette époque, le budget prévu pour RACCOr ne permettait pas d'envisager que les chercheuses soient rémunérées pour participer aux activités les unes des autres. Anne-Kirstine de Caritat a choisi de dégager du temps bénévolement, ce qu'elle pouvait se permettre. Malheureusement, Virginie Lambert, pressentie pour co-animer, ne pouvait pas se permettre cette prise de risque. Elle n'a pas participé à cette action à leur grand regret. C'est seulement mi 2024 qu'il a été constaté que les dépenses logistiques avaient été bien moindres que prévu et en fin de projet que Anne-Kirstine a proposé de baisser son taux horaire, ce qui a permis de rémunérer plus de temps pour le travail des partenaires.

Conclusion

Validation du processus !

Voir point suivant : les ingrédients/leviers

poésie, collectif, posture d'animateur.ice

L'importance d'avoir des figures charismatiques pour rassembler le public.

La puissance du collectif

Rémunérer les travailleur.euses

Suites données :

- Récolte de témoignages et exposition « J'ai l'élan de » suite à la demande « Et concrètement qu'est-ce que je peux faire ? »
- Parmi les ateliers de l'« archipel des bascules », celui « Renouer nos liens avec la Terre-Mère » via des constellations systémiques a été proposé 3 autres fois (novembre 2023, janvier et mars 2024)
- La chercheuse a envisagé de reproduire l'activité sous la forme « De l'autre côté du miroir » dans le cadre du Festival Rêve Général en avril 2024 à Liège, avec le copilotage de Béatrice Bosschaert. L'idée a été abandonnée par choix d'autres priorités et difficulté de construire le modèle économique où chaque travailleur.euse serait rémunérée correctement.

Action 6 : Cycle de 10 ateliers sur nos changements de rapport au monde : Humains en chemins

Un jeudi sur deux d'octobre 2023 à février 2024, alternance d'après-midis et de soirée. 3H30. A Liège

L'objectif de l'atelier_est d'innover, de chercher ensemble, d'échanger, de vivre des choses dans nos corps, de mettre des mots dessus, à l'oral et à l'écrit, d'aller nous nourrir auprès d'autres qui se sont déjà penchés sur ces sujets, etc. On a cheminé ensemble, profité de ces temps d'arrêt pour observer nos croyances, nos fonctionnements, nos transformations. Et cela, avec toujours en tête « Vers quels types de sociétés avons-nous envie d'aller ? Quelle place pour la diversité et le « hors-norme » ? «

Public cible : Personnes intéressées par les changements culturels et ayant l'élan de « poigner dedans »
Public présent : des citoyens informés et engagés, qui ont de la disponibilité mentale pour se poser ce type de questions et qui aiment jouer avec les concepts.
Entre 1 et 3 personnes. 7 personnes différentes, 1 personne est venue 5 fois.
2 séances (+ la 11e de bilan) ont été annulées par manque d'inscrits et de temps pour faire la communication. La 1e séance (Le temps de vivre) a été transformé en un « rendez-vous avec vous-mêmes », avec un déroulé mis en ligne. Au moins une personne a fait l'exercice et nous en a tenues informées.

Description des ateliers :

Chaque atelier est composé de 4 parties : un cercle de parole, un moment d'écriture (ou dessins pour celleux qui préfèrent), un moment dans le corps et un moment descendant-inspirant. Comme on ne veut pas donner la priorité à l'un ou à l'autre, on tire au sort l'ordre dans lequel ils ont lieu .
Cette activité choisit l'approche individuelle, au sens de la transition intérieure : comment je me mets personnellement en mouvement pour me sentir bien dans les nouveaux projets collectifs et aussi être au service du bien commun. On n'est pas dans une approche de développement personnel qui fait peser la charge de la responsabilité sur les individus isolés. Il y a toujours des allers-retours entre les individus et les groupes auxquels ils appartiennent, car c'est ainsi que nous nous construisons en tant qu'humains. « En chemins » au pluriel car ceux-ci sont nombreux, divers et variés. Les points de départ et d'arrivée, les modes de locomotion, les centres d'intérêts, les contraintes et

privilèges, aussi. Ils sont tous justes. L'atelier se vit en mode « témoignage ». Personne n'a raison ni tort. Il n'y a que des points de vue. Œuvrons à nous enrichir mutuellement en découvrant les cartes du monde de chacun.e.
Chaque atelier porte sur un thème différent et est accessible séparément. En petit groupe convivial où on peut parler vrai en toute simplicité.

Les thèmes :

– le 5 octobre de 14h à 18h : « Le temps de vivre » (déroulé mis en ligne)
– le 19 octobre de 18h à 22h : « Avoir bon »
– le 2 novembre de 14h à 18h : « Ancrage – les pieds dans la terre »
– le 16 novembre de 18h à 21h-21h30 : « Dans les yeux de qui je me regarde – choisir des collectifs soutenants »
– le 7 décembre de 14h à 18h : « Remercier nos soutiens »
– le 21 décembre de 18h à 22h : « Regarder nos ombres »
– le 4 janvier de 14h à 18h : « Partir ou rester ? »
– le 18 janvier de 18h à 22h : « Les couleurs de nos vies – accueillir les diversités » (annulé, par manque de temps pour la promotion)
– le 1e février de 14h à 18h : « Empathie et décentrement » (annulé, par manque de temps pour la promotion)
– le 15 février de 18h à 22h : « Écoute le Vivant » (reporté au 22/2)
– le 29 février de 14h à 18h : Bilan et célébration du cycle

Dispositif :

- expérimenter l'impact de cette forme d'atelier sur les changements culturels et ontologiques :
  - 5e famille de leviers : approche mentale (cercle de paroles), émotionnelle (atelier d'écriture ou dessin), corporelle et spirituelle (inspiration)[10]
  - 1e grande famille de leviers : accueillir nos désaccords fertiles, posture d'ouverture de l'animatrice et installation d'une ambiance bienveillante
  - 8e grande famille de leviers : explorer l'impact des collectifs sur les changements ontologiques
- Le contenu des échanges nourrit le dispositif Veille de la recherche-action.

10 Certains moments inspirants s'adressaient plutôt au mental, d'autres venaient de traditions ou spiritualités ancestrales issues des peuples racines, d'autres ont été la connexion avec les ancêtres.

Observations

Les très riches échanges vécus lors de ces ateliers ont nourri les descriptions des ingrédients/leviers. Une des idées particulièrement intéressantes qui ont émergé est celle-ci :

Les récits véhiculés par les médias dominants tendent à montrer des comportements choquants. Cela conduit à croire que la majorité des humains sont « mauvais », même si la majorité des gens que nous connaissons sont des gens « bien », car on fait souvent plus confiance aux médias qu'à notre expérimentation de la vie (sur certaines représentations du monde du moins). Avoir confiance dans le fait que les humain.es sont des gens bien conduit à donner confiance que le monde change dans la bonne direction et à nous donner envie de contribuer à ce courant général.

Conclusions :

- C'était extrêmement riche.
- Cela a mis en évidence le besoin d'avoir un lieu spécifique, sécurisé, bienveillant où échanger sur ces thèmes, s'interroger, mettre des mots, écouter les regards des autres qu'ils soient similaires ou non

Suites données :

- 6 parmi les poèmes écrits lors des moments ateliers d'écriture ont alimenté l'exposition « Vers une société sui soutient la Vie et le Vivant »
- 3 élans (2 individuels et un groupe)
- nourrit la newsletter RACCOr

Action 7. Constellation systémique sur le thème « Renouer nos liens avec la Terre-Mère – du modèle naturaliste au modèle d'interdépendance »

Objectifs

- se connecter au champs d'information qui nous entoure, un sorte d'inconscient collectif, avec une vision systémique
- faire émerger des informations auxquelles notre rationalité n'a pas accès
- constater et vivre le non-jugement, explorer d'autres cartes du monde et prendre soin de chacun en particulier et du vivant en général
- retrouver de la confiance dans la Vie qui nous traverse
- apprendre à écouter le vivant en soi et autour de soi via ces outils de ressentis, c'est-à-dire non mentaux, utiles dans la vie quotidienne

Description

Jeudi 28 septembre (1h30 à Louvain-la-Neuve), samedis 18 novembre 2023, 20 janvier, 16 mars 2024 de 9h30 à 13h – à Liège - Animés par Delphes Dubray
Cet atelier est un des 8 proposés à Cap 2033. Il a remporté un franc succès, dans le sens où les participant.es se sont senti.es profondément touché.es par l'expérience et ont souhaité la réitérer 3 autres fois en version longue. Ce sont chaque fois de personnes différentes qui ont participé à chaque édition.

Définir le fonctionnement d'une constellation + références

Dans cette perspective, la planète Terre est considérée comme un être vivant sensible, doté d'une conscience, de pensées, d'émotions, inscrit dans la temporalité, avec lequel on peut entrer en relation. L'expression « Terre-Mère » s'inscrit dans la continuité des cosmogonies de nombreux peuples racines qui font le parallèle entre les extraordinaires cadeaux de ce que les occidentaux appellent la « nature » et le comportement d'une mère envers son enfant.

Public

Participant.es à Cap 2033 tirés au sort en choisissant la couleur de leur bracelet.
Personnes qui connaissaient le dispositif dans sa version familiale à but « thérapeutique ».
Personnes curieuses de découvrir un outil intuitif de ce type à usage du bien commun.

Personnes globalement très sensibilisées aux enjeux environnementaux et sociaux, mais de profils et fonctionnements très différents.

Mode de collecte des données : prise de notes

Traces de la constellation de septembre à Cap 2033 par Delphes Dubray

L'atelier a rassemblé une douzaine de personnes. Il était demandé que les participant.e.s aient déjà expérimenté la méthode des constellations en groupe afin de ne pas prendre de temps à la réexpliquer. Cependant, certain.e.s participant.e.s à l'atelier ont expérimenté la méthode pour la première fois. L'atelier avait pour observateurs Rob Hopkins et sa traductrice, Sophie, qui se mirent en retrait.

Un endroit était le présent, l'année 2023. A quelques mètres de là, un autre endroit signifiait l'année 2033, après la grande bascule.

Les participant.es ont choisi de représenter un élément de la question qu'il.elle sentait le plus important pour lui/elle. Par exemple : un ours polaire sur son bout de banquise, le chêne qui je connais au bout de mon jardin, les arbres en général, les humain.es qui acceptent le changement, une petite plante particulière, etc

Chaque représentation se définit brièvement (avec des mots) et se place dans le champ dans la zone du présent en 2023.
Moment de ressenti en silence des représentations, puis mouvement, expression des ressentis.

Les représentant.e.s avancent, mais beaucoup s'arrêtent en chemin, à différents endroits en chemin entre 2023 et 2033.

Il semblerait que, vers 2027, une décision collective soit prise (au niveau de la gouvernance ?) en faveur de la protection du vivant. Cette décision arrive malheureusement très tard, quand de nombreuses espèces supplémentaires ont déjà disparu.

Puis, après l'expression des ressentis du représentant des humain.e.s, ce dernier dit ne représenter qu'une partie des humain.es : celles et ceux qui acceptent le changement. Les autres personnes qui résistent au changement étant jusqu'alors absentes de la constellation.
À ce moment, une des représentantes propose à Rob Hopkins d'entrer dans le rôle de la part de l'humanité qui résiste au changement.

Rob dira que ce qui retient les humain.es qu'il représente, ce sont :
- les mythes et traditions qui s'ancrent dans l'Histoire humaine,
- les habitudes, la routine (« on a toujours fait comme cela, pourquoi changer nos habitudes)
- les coutumes et la survivance de croyances sur la gouvernance,
- l'observance de prescriptions religieuses qui n'ont plus lieu d'être
- et autres.

Le chêne et les autres arbres se sont montrés plutôt résilients face aux bouleversements climatiques et autres, ce qui n'est pas le cas pour l'ours polaire dont la disparition à l'état naturel arrive avant 2033.

Traces de la constellation de janvier par Nathalie Legros, participante

L'*humain-divisé* est fasciné par la technologie
La *Terre* est étroitement reliée au *monde végétal*
L'*humain-divisé* ne perçoit pas la *Terre*

La *Terre* questionne l'activité humaine avec force,
Alors, l'*humain-divisé* tourne son regard vers la *Terre*
L'*humain-divisé* échange un regard bienveillant avec la *Terre*

L'*humain-divisé* aux yeux ouverts se rapproche de la *Terre*,
Ils se touchent affectueusement et échangent de l'amour,
L'*humain divisé* devient *humain-multiple* réconcilié

L'*activité humaine* ne voit pas ça d'un bon œil, elle est suspicieuse,
La *révolte* se place entre l'*humain-multiple* et la *Terre*
La *Terre* exprime son malaise, l'*humain-multiple* se rapproche d'elle

L'*activité humaine* ne voit pas ça d'un bon œil, elle est suspicieuse
Elle emmène la *Terre* et le *monde végéta*l loin de l'*humain-multiple*
L'humain-multiple se sent triste et incompris, vaguement exclu.

Des choses se passent dans le champ de l'activité humaine
Il y est question d'*humains*, de *colère-fatigue*, de *chemin*, de révolte
L'*humain-multiple* se retrouve étendu sur le sol

Au centre du champ et pourtant personne ne semble le voir,
Cette contradiction créer une tension en son corps,
Le regard tourné vers le plafond, vaste et blanc, il quitte le champ

Il semble que les représentants se réorganisent et se réjouissent,
Sous l'impulsion du *chemin*, ils sortent du champ ensemble, d'un coup,
Le champ demeure vide, seule reste la facilitatrice

Les autres résultats n'ont pas pu être intégrés dans ce rapport par manque de temps.

Un élément mérite d'être noté car il est ressorti de 2 constellations, dont une menée ailleurs[11], avec une autre facilitatrice qui a été racontée à la chercheuse. Elles ont toutes deux décrit une étape future qui consiste en un rapprochement entre la Terre et les humain.es fasciné.es par la technologie, en « opposition » aux humain.es plus sensibles

11 Constellation pour une nouvelle humanité, facilitée par Catherine Bogaert lors du Cercle d'équinoxe chez Houma, le 20 septembre 2024.

au vivant. Cela dure un temps avant que l'ensemble des humain.es et la Terre retrouvent des relations plus harmonieuses.

Conclusion

L'outil des constellations systémique apporte des informations qui viennent bousculer ou conforter notre mental. Le fait de le vivre dans son ressenti corporel ouvre d'autres perspectives et permet de faire plus facilement confiance à son ressenti, même si cela demande un temps d'intégration progressive de ces nouvelles approches.
Cet outil hors du commun est très pertinent et mérite d'être mieux connu.

Action 8. Rencontres, atelier et stage autour de la Voie Quantique du Chamanisme Traditionnel avec l'approche du Sacré Clown Heyoka.

Objectifs

- Sortir des silos, tisser des ponts entre des mondes
- S’inspirer d’une approche qui rassemble déjà la plupart des leviers/ingrédients identifiés et qui se nourrit à la fois des traditions ancestrales et spirituelles d’une part et de la physique quantique d’autre part.
- Contribuer à créer des communautés apprenantes
- S’amuser
- Apprendre
- Rebondir sur la demande existante pour ces ateliers en Belgique et coorganiser la venue exceptionnelle de ces deux françaises du sud

Description

Face aux enjeux collectifs de mutation de nos sociétés humaines en Chaos de Transition vers une Nouvelle Civilisation, face à notre Quête de Sens individuelle et notre Recherche de relation intime et précieuse aux lois Universelles de la Nature et du Monde qui nous entoure, l'approche Heyoka constitue un appel du Cœur et des Corps à écouter les Sagesses Ancestrales et les enseignements de la Physique Quantique, à recréer ensemble des nouveaux Contes et Légendes, à activer pleinement sa Joie intérieure et occuper (toute) sa Juste Place !

Dans la tradition Lakota, le Heyoka est bien plus qu'un simple clown. C'est un être sacré, un guide spirituel qui utilise l'humour et la provocation pour nous conduire vers la vérité et la guérison. Sa sagesse est dite "paradoxale" car elle défie la logique et les conventions. Imaginez un être qui marche à reculons, rit face à la tristesse et pleure de joie. Le Heyoka incarne l'antithèse, le renversement des valeurs établies. Il perturbe et choque, non pas par malice, mais pour briser les illusions et nous réveiller à notre véritable nature.

Pourquoi cette approche si particulière ? Le Heyoka est un miroir. Il reflète nos propres contradictions, nos peurs et nos limitations. En transgressant les normes, il nous montre l'absurdité de certaines conventions et nous libère des carcans sociaux. Son rire est une arme contre la rigidité et le sérieux excessif. Il dédramatise, pointe du doigt nos travers et

nous invite à prendre la vie avec plus de légèreté. Il correspond à la figure, plus familière pour nous, du fou du roi.

Publics

- personnes qui ont la curiosité de découvrir cette approche et de sortir des silos,

Pour les 2 rencontres : qui sont peu disponibles et/ou qui cherchent une approche plutôt intellectuelle.

Pour l'atelier et le stage : qui sont disponibles pour une après-midi en semaine ou un week-end entier et/ou qui cherchent une approche plutôt corporelle et expérimentale

Pour le stage : personnes qui ont déjà rencontré les 2 intervenantes et idéalement déjà participé à un atelier découverte[12] et qui aspirent à approfondir le sujet (cette demande était préexistante à l'organisation de ces événements). Le stage était aussi accessible à celleux qui auraient participé à la rencontre et/ou à l'atelier découverte juste avant (pas d'inscrit.es par ce biais).

Majoritairement des femmes de 40 à 60 ans, 3 personnes issues de l'immigration 2e génération (une turque et 2 espagnoles), au moins 2 homosexuelles.

Les participant.es au stage sont déjà bien avancées dans la connaissance de soi, l'exploration de voies audacieuses et peu conventionnelles.

Dispositif

Appel à 2 intervenantes extérieures : Stéphanie Jeannot et Houma qui ont créé cette approche, alliant leurs différentes formations. Bernadette Leemans a facilité les 2 rencontres.

Les 4 événements :

– 2 rencontres : *La Voie Quantique du Chamanisme Traditionnel : un appel de la Terre Mère au Règne Humain* (7 février à Liège et 12 février 2024 à Louvain-la-Neuve, en soirées)

– atelier découverte : *Heyoka, ce Sacré Clown Chaman* (8 février 13h-18h)

– stage : *Initiation Heyoka Monde 2024* (du vendredi 9 18h au dimanche 11 février 18h)

Mode de collecte des données : observation participante

Observations : *Voir point suivant : les ingrédients/leviers*

12 lors de leur venue annuelle à un festival près de Namur

Conclusion :

L'approche Heyoka rencontre 7 des 8 grandes familles de leviers :

Par une approche corporelle, émotionnelle, spirituelle, poétique[13] et qui sait s'adresser aussi à nos esprits rationnels, la vision Heyoka se nourrit des sagesses des peuples racines[14]. Elle porte un regard décalé, plein d'humour et d'émerveillement[15], ainsi que de sens critique sur soi et le monde. Avec sa manière de rire tendrement de nos erreurs[16], elle nous accompagne sur le chemin de la confiance en soi pour être aligné.es, prendre toute notre juste place et agir en conscience[17]. Loin de « *faire le pitre* », elle est proche de la posture du « *fou du roi* » qui peut se permettre de dénoncer les dysfonctionnements parce qu'il brandit haut et fort la démesure et le surréalisme. Depuis une dizaine d'années, des études universitaires tissent des ponts entre la physique et la métaphysique quantiques, la biologique, l'anthropologie, la psychologie, …, et les différentes sagesses, spiritualités, pratiques des peuples racines (notamment avec Philippe Bobola[18], Michaël Smith dit Mikkal[19] auprès desquels Houma s'est formée). Par ailleurs, elle invite à se rassembler en collectifs[20] nommés « tribus » pour renouer des liens sociaux et retrouver le sentiment d'appartenance.

Ce processus est vraiment très puissant et mérite d'être développé plus avant.

Suites données

Le stage a permis de créer un esprit de tribu entre les participant.es qui continuent à échanger via un groupe WhatsApp et se rencontrent régulièrement à des événements.

---

13 Approches corporelle, émotionnelle, mentale, spirituelle **: 5e** grande famille de leviers

14 Une vision d'interdépendance, de connexion à la Terre-Mère et aux autres règnes (animal, végétal, minéral, spirituel,…) inspirée des peuples racines : **3e** grande famille de leviers

15 Joie, humour, « avoir bon », émerveillement – y compris le côté décalé du fou du roi qui peut se permettre de crier haut et fort ce qui dysfonctionne et qui ne peut être dit/entendu autrement – approche artistique : **2e** grande famille de leviers

16 Sortir de la pensée unique, des rails, se donner le droit à l'erreur – Se planter royalement, le proclamer et en rire : **1e** grande famille de leviers

17 Retrouver son pouvoir d'agir / Retrouver sa juste place, déployer ses talents, expérimenter l'empathie et l'entraide / Travailler la confiance et le lâcher-prise, la sécurité intérieure : **4e, 6e et 7e** grandes familles de leviers

18 https://www.unitedusavoir.com/philippe-bobola, Docteur en physique, biologiste, anthropologue et psychanalyste adlérien, spécialisé sur la notion du Temps, il explore les liens entre la science, la spiritualité et la culture.

19 Psychologue clinicien et anthropologue médical, en dialogue créatif entre la psychologie jungienne et le chamanisme. http://www.psychologie-et-chamanisme.com/a-propos-de-mikkal.html

20 8e grande famille de leviers

Plusieurs d'entre elles, dont la chercheuse, continuent à se former pour pouvoir proposer des ateliers et stages sur ce thèmes par la suite aux 4 coins de la Belgique.

Action 9. L'exposition « J'ai l'élan de… »

Cocréée avec les visiteur.euses de différents événements, elle partage leurs élans.

Objectifs :

- répondre à la demande « Et concrètement qu'est-ce que je peux faire ? » émise lors de Cap 2033
- toucher le public de l'exposition par la photo et le message, lui transmettre des émotions, lui permettre de s'identifier aux personnes mises en avant, lui donner envie de les imiter lui aussi, à sa manière propre
- déconstruire la croyance qu'on a besoin d'experts et/ou de grands leaders charismatiques pour « changer le monde », découvrir que nous sommes toustes des expert.es dans nos domaines
- construire un outil simple, accessible, facile d'utilisation – la simplicité du dispositif contribue à faire comprendre que le changement de paradigme est à portée de main, à l'image de ces pinces à linges utilisées pour suspendre les témoignages.
- empuissancer les participant.es en les aidant à prendre conscience du chemin parcouru et de leur « grandeur »
- écouter les participants et les accueillir là où il.elles sont, les accompagner pour mettre le doigt sur une de leurs pépites

Public cible pour témoigner : des personnes engagées et de simples citoyens qui, ainsi, prennent conscience que les changements culturels sont déjà en cours et qu'ils sont déjà en mouvement eux-mêmes, avec soutien au renforcement de leurs postures.
Adultes et enfants, professionnels et familles, en individuel ou en collectif, photogéniques ou pas du tout, sensibilisé.es ou non aux enjeux environnementaux et/ou sociaux, optimistes ou aquoibonistes ou en colère ou éco-anxieux.ses.
Public cible pour découvrir les témoignages : grand public ou idem ci-dessus

Dispositif et Mode de collecte de données

Observations

15 événements (stands et expositions), 105 heures de présentation au total, environ 750 spectateur.ices attentif.ves, plus de 20.000 personnes sont passées devant l'exposition (dont 970 à la journée de la Pomme et 9.000 au Centre Culturel de Seraing, 2 lieux où elle était particulièrement bien visible), 118 témoignages recueillis
+ sur le site internet où 63 exemplaires sont visibles depuis mai 2024.

Ça renforce le sentiment de pouvoir des personnes, d'être déjà en mouvement, la fierté de se voir sur une affiche lors d'un passage ultérieur, montrer l'affiche aux autres …

Voir aussi action 15 : *diffusion des résultats préliminaires et collecte des réactions.*

Conclusions

Excellent outil qui remplit brillamment les objectifs indiqués ci-dessus. Il mérite d'être déployé à plus grande échelle.
Limites : C'est le plus souvent l'animation qui accompagne l'exposition qui permet de faire prendre conscience aux témoins qu'il.elles sont déjà en chemin, même si quelques personnes complètent parfois la fiche spontanément et la laissent simplement sur place.

Suites données

En lien avec l'action 15. Cette action sera poursuivie.

Action 10 : Musique des plantes

Objectifs :

- Permettre de prendre conscience que les plantes sont des êtres vivants sensibles qui interagissent avec leur environnement, que chaque plante est un individu unique, que chaque espèce a de la valeur
- inviter à changer leur regard sur le monde végétal, à prendre conscience de la profonde dépendance des humains envers le règne végétal (ne fut-ce que pour l'oxygène)
- inviter à exprimer leur gratitude au moment de la cueillette et dégustation de plantes
- éviter leur destruction gratuite et par là le gaspillage alimentaire ou la destruction des biotopes
- inviter à se mettre dans la peau d'un être autre qu'humain : les plantes « sauvages » vivent toute leur vie là où leur graine a germé. Déplacer une plante en pot la stresse, particulièrement si elle se retrouve orientée différemment par rapport aux points cardinaux. Lorsqu'une main s'approche d'elle, elle stresse aussi.
- permettre de prendre conscience que la communication ne passe pas que par le verbal, inviter à « sortir ses antennes », « écouter avec le cœur », retrouver des compétences qu'ont tous les enfants, qui ont été décrédibilisées par le monde des adultes et donc désactivées.

Description

Le boîtier Musique des plantes possède un câble avec 2 électrodes, l'une à planter dans la terre, près des racines, l'autre sous forme de pince à accrocher à une feuille. Lorsque la plante communique avec son environnement, une différence de potentiel électrique est captée par les 2 électrodes que le boîtier transforme en ondes sonores dans les longueurs d'ondes captées par l'oreille humaine sous forme de musique. Différents réglages au niveau du son sont possibles. Chaque espèce de plantes a ses spécificités, chaque individu également. Mais surtout, c'est le message que la plante va émettre à ce moment-là qui va créer la musique spécifique : musique ou silence, volume plus ou moins élevé, mélodie, rythme, etc. L'expérience montre que la plante réagit en temps réel aux paroles, aux pensées, aux émotions, à l'arrivée d'une nouvelle personne, etc.

Public

Tout public. De quelques mois à 110 ans. Y compris les adolescents.

Dispositifs

1. Version mini

Cette activité originale est très attractive lors des salons, particulièrement avec les enfants. La chercheuse leur propose d'écouter la musique des plantes. Elle explique brièvement comment cela fonctionne. Chaque membre du public est invité à dire bonjour et son prénom en s'adressant à la plante. On écoute quelle est la réaction de celle-ci. Un dialogue s'engage. Parfois la plante « chante » très rapidement. Il arrive aussi qu'il se passe près d'une minute avant d'entendre une note. Dans ce cas, la chercheuse fait le parallèle avec la rencontre avec une personne inconnue et le besoin de s'apprivoiser mutuellement. Différentes expériences ont lieu.

Il n'est pas tout d'entendre la musique, encore faut-il l'interpréter. Un parallèle est fait avec la musique classique qui véhicule des émotions. Le public est invité à ouvrir son cœur pour comprendre quel est le message de la plante.

2. Version animation courte

Foire agricole de Battice – 20 ou 40 minutes
idem ci-dessus + échanges sur la communication verbale et non verbale – l'animation part dans l'une ou l'autre direction selon les groupes

3. Version animation de 2h

Cadeau d'anniversaire pour le (grand-)papa féru de botanique dans une famille de mélomanes.
Introduction sur l'écoute du vivant. Expérience avec une quinzaine de plantes d'espèces différentes ou non. Découverte combien les postures des plantes peuvent être différentes.

Observations

- Le public échange volontiers ses émotions et parle de son rapport avec ses plantes à domicile.
- Émerveillement.
- Un enfant de 3-4 ans tellement ému qu'il en a les larmes aux yeux.
- Des adultes, hommes et femmes sont parfois très émus aussi.
- Les mélomanes …

- Certaines personnes restent dans leur tête et racontent juste combien elles parlent à leurs plantes à domicile.
- D'autres veulent en savoir plus et demandent conseil sur l'attitude à avoir avec leurs plantes (les déplacer ou pas, orientation, pourquoi une telle se porte soudain moins bien, etc).
- Il arrive que l'arrivée d'une personne dans un groupe fasse taire la plante jusqu'au départ de cette personne. L'hypothèse de la chercheuse est que la plante se fait discrète et n'a pas envie d'entrer en relation avec cette personne.
- Un accompagnateur d'un groupe d'élèves à la journée des écoles de la Foire agricole de Battice se souvenait de l'effet profond que cette animation lui avait fait deux ans auparavant et tenait vraiment à le faire revivre aux enfants cette année.

Conclusion

Cet outil de sensibilisation est extraordinairement puissant.

Suites données

Créer un service de location de cet appareil (attention la version de la chercheuse date de 5 ans → clavier très sensible et peu intuitif → fragile. La pince est fragile aussi) – nouvelles versions sans doute plus performantes. Coût décourageant : 500€

par exemple via des objetarium

Seul le coût (500€) de l'appareil empêche la diffusion de cet appareil à grande échelle. Un service de location devrait être mis en place.

Limites : pas d'infos sur les effets à long terme

Action 11 Intégrer l'incertitude

Objectifs

- Comment intégrer l'incertitude de notre époque au centre de notre manière de mobiliser à la durabilité ?
- comment déconstruire l'injonction à tout contrôler
- Que l'incohérence deviennent une danse entre deux/des mondes, ressentir l'équilibre dynamique et l'imaginer à l'échelle d'un système, pour mettre l'accent sur ce qui nous nourrit, changer de regard et ouvrir des portes vers la déconstruction de croyances.
- valoriser l'expérimentation corporelle dans l'apprentissage

Public

Des enseignant.es et coordinateur.ices développement durable de l'enseignement supérieur dans le cadre de la journée Enseignement supérieur durable du 19 avril 24 organisée par l'ICEDD. 18 personnes, majoritairement des femmes. Les 2/3 avaient choisi cet atelier, les autres s'y sont retrouvés par défaut.

Description

Expériences corporelles simples, suivies de mises en mots, jeu avec différents ingrédients.

Dispositif

Atelier d'1h30

Voir fiche d'animation en annexe

Mode de collecte des données

observation participante, cercles de parles, météos de sortie

Observations

Le fait qu'1/3 des participant.es était là par défaut a eu un impact sur leur implication et la dynamique de groupe. 5 personnes ont exprimé qu'elles étaient enchantées par cette approche. Une bonne moitié du public n'en a pas vu les finalités. Certains étaient très éloignés des approches corporelles et voulaient comprendre et maîtriser le processus. Ils n'ont pas apprécié de vivre cette incertitude.

Cet atelier pris isolément n'est pas au point. Il faut dire que les conditions d'animation n'étaient pas optimales (annonce en début d'atelier que la durée sera plus courte que

prévu, puis 1/2h après que finalement, on peut revenir à la durée initiale) et que l'animatrice était fatiguée, donc peu à même de rebondir sur la dynamique de groupe. Par contre, lorsqu'il a été intégré dans l'événement de clôture « Escale... », il a vraiment bien fonctionné.

Conclusion

Proposer une approche corporelle fonctionne si on tient compte des conditions suivantes :

- connaître son public et l'accueillir là où il est, savoir dans quelles mesure les personnes sont prêtes à sortir de leur zone de confort ou non, leur laisser toujours la possibilité de ne pas participer ou d'adapter les consignes ;
- mettre en place un cadre de sécurité et une ambiance adéquate (lire une liste de consignes/valeurs ne suffit pas) – en cela, la posture de l'animateur.ice est essentielle ;
- faire comprendre le sens, les finalités de l'activité dès le début ;
- alterner les moments corporels et les moments de partage des ressentis, découvertes, inconforts, émotions ;
- être dans une posture d'écoute de la dynamique de groupe et des personnes individuellement suffisamment agile pour adapter le rythme ou ajuster l'animation à chaque instant si nécessaire, tout en tenant le cadre et restant ferme sur (certaines parties de) la vision/la finalité/le processus ;
- être prêt à accueillir les réticences, voir les boucliers de certaines personnes avec le processus et accepter que ce type d'approche puisse être fermement rejetée pour quelles que raisons que ce soient ;
- de préférence, avoir déjà parcouru un bout de chemin avec les différents ingrédients/leviers.

Suites données

Cette animation serait une base intéressante pour créer un jeu de l'oie grandeur nature avec des partenaires spécialisés dans la conception de ce type d'outil.

Action 12 « Et si on changeait les règles du jeu ? » : la version pour enfants des changements de paradigme

Objectifs

- faire découvrir les leviers/ingrédients à des enfants de manière ludique
- leur faire prendre conscience de leur zone de pouvoir, sans prétendre qu'il.elles doivent assumer la responsabilité de changer le comportement de leurs parents
- sensibiliser les accompagnateur.ices et instituteur.ices aux thèmes de RACCOr et leur donner envie de faire appel à l'animatrice pour intervenir dans leurs classes par la suite

Contexte

La panne du boîtier *Musique des plantes* a contraint Bernadette Leemans à revoir l'animation qui était prévue pour les enfants à la journée des écoles de la Foire agricole de Battice le 30 août 2024.

Public : 11 groupes de 10 à 12 enfants entre 10 et 12 ans (5e-6e primaires) accompagnés d'un.e instituteur.ice et d'un.e bénévole de la Foire agricole. 9 groupes de l'enseignement général, 2 groupes de l'enseignement spécialisé.

Dispositif :

Durée 20 minutes

Cercle de paroles

utilisation du bâton de parole

Au départ du titre « Vers une société qui soutient la Vie et le Vivant » (lu par un.e des enfants), laisser émerger leurs représentations sur les thèmes :

- raconter ce qu'ils ont vu de beau dans la nature récemment
- qu'est-ce qui est en leur pouvoir ?
- comment on fait pour changer les règles du jeu ?
    - est-ce confortable ? Pourquoi ? Quelles sont les conditions ?

Et en « souterrain » :

- laisser chacun.e prendre sa place, donner la parole aussi à celleux qui la prennent moins spontanément, intégrer une colombienne primo arrivante qui comprenait peu le français
- accueillir les visions différentes
- donner des exemples, écouter leurs émotions et ressentis
- l'empuissancement
- avoir bon, joie, humour, gratitude, beauté du monde

Terminer par la lecture du poème « Les humaines, les humains »
Les instituteur.ices et accompagnateur.ices sont repartis avec un exemplaire des leviers, un du poème et une invitation à la présentation des résultats de la recherche.

Mode de collecte des données :

- observation participante
- cercle de parole
- pouces (vers le haut, le bas ou au milieu) et tour de parole final

Observations :

Dans 3 groupes, il y avait un ou deux enfants beaucoup plus plus réactifs que les autres. Chaque atelier est parti dans des directions différentes. En fin de matinée et en fin d'après-midi, avec la fatigue, la concentration devenait plus difficile. Le 1e groupe venant de l'enseignement spécialisé ne l'a pas dit tout de suite. Le fait de prendre sa juste place dans le groupe était un vrai défi pour eux. La dynamique de groupe était très différente, la profondeur des échanges aussi. Pour le 2e groupe, l'animation a été ajustée d'emblée et donc plus fluide. Plusieurs groupes ont été invités à s'installer confortablement et on s'est retrouvé.es assis par terre ou même couché.es par terre ou sur un banc.

- atelier beaucoup apprécié : plus de 95 % de pouces levés – le plus souvent unanimité ou unanimité moins 1 – sauf pour le 3e groupe où l'animation a été assez confuse, mais appréciée globalement quand-même.
- Tour de parole : à cet âge et sur une animation si brève, les réactions sont souvent « j'ai bien aimé », « c'était bien », ou en répétant ce que les autres ont dit.
- Les instituteur.ices et accompagnateur.ices ont souligné l'intérêt de ce type d'animation. Ils souhaitent lire attentivement les leviers et certain.es sont demandeurs d'intervention en classe par la suite. (A voir si ces souhaits se concrétiseront)

Conclusions :

Sur si peu de temps, il est impossible de mesurer les changements de perception. Il s'agit surtout de semer des graines. Néanmoins, le non verbal a montré que certains déclics ont eu lieu. Le fait de vivre dans leurs corps la possibilité de s'installer confortablement, de raconter des moments de beauté, de s'apercevoir qu'ils et elles ont du pouvoir, d'ancrer dans leurs réalités (le jeu et les règles), d'être écoutés, que les avis divergents aient leur place, etc, tous ces éléments ont une influence sur les enfants, même si la portée de celle-ci est difficile à évaluer.

Actions 13 : Carnets de voyage

Description, objectifs, public :

Dès le 1e atelier (rencontre exploratoire), des « *carnets de voyage parmi des humain.es en chemins vers une société qui soutient la vie et le vivant* " ont été offerts aux personnes qui le souhaitaient pour qu'elles puissent prendre des notes pendant l'activité, puis par la suite des étapes de votre cheminement, des pépites, des prises de conscience, des trouvailles, des coups de cœur, coups de gueule, coups de griffe ou autres, soit sous forme de mots, soit sous forme de dessins, poèmes, collages ou autres formes artistiques.

Ce carnet leur était destiné personnellement, sans demande aucune. Simplement, si certaines pépites émergeaient, elles pouvaient être partagées à la chercheuse et publiées avec le rapport en fin de projet.

Observations

Les poèmes de l'exposition ont été récoltés via ce biais auprès de 2 personnes ayant participé à l'atelier Humains en chemins pour l'une et Constellation systémique pour l'autre. Elles ont répondu à cette demande quelques semaines après l'atelier en question. Deux autres participants à l'atelier Humains en chemins ont envoyé des poèmes juste après l'atelier sur demande de la chercheuse.

Par contre, la tentative de récolte de ces pépites en septembre 2024 par mail, suivie d'un rappel 2 semaines plus tard, n'a reçu que deux réponses indiquant n'avoir rien d'intéressant à partager. Les autres personnes n'ont pas répondu. Comme ces activités étaient ponctuelles, les personnes ne sont souvent venues qu'une seule fois. Il est impossible d'évaluer avec précision si cet outil a été utilisé ou non après l'atelier en question. Au moins une personne ayant participé à la moitié des ateliers Humains en chemins noua a dit avoir écrit régulièrement sur son cheminement, mais dans son propre carnet, car cela fait partie de ses habitudes.

Conclusions

Il n'y a pas assez de données récoltées pour en tirer des conclusions. Parfois, il faut savoir faire des choses à titre gracieux sans rien attendre en retour. Il s'agit aussi d'un cadeau offert aux participant.es aux activités de la recherche-action pour leur implication.

Suites données : Ce dispositif est au cœur de la recherche de Nathalie Everard et a rencontré un succès certain dans ce contexte. Voir sa partie.

Action 14 : Poème « Les humaines, les humains »

Objectifs

- traduire les leviers/ingrédients dans un format plus ludique et donc les rendre plus accessibles à certains publics

Description

Le poème « Les humaines, les humains » a été écrit en octobre 2023 juste après un atelier Humains en chemins. Il a été envoyé au comité d'accompagnement du SPW en complément de notre dossier intermédiaire. Il a été slamé à 20 reprises (dont une filmée lors de la soirée CréArt Citoyen au Centre Culturel de Seraing), intégré dans l'exposition, donné sur format papier lors des événements et des ateliers environ 150 fois, posté dans le groupe privé Facebook des exposants au salon Planète Zen (90 membres).

Public : Tout public, y compris les enfants et les ingénieurs

Dispositif :

Ce poème a été présenté comme un cadeau, soit à la fin des ateliers, soit aux passants lors des salons, à l'oral et/ou à l'écrit. Il a été slamé en préambule lors de la présentation du projet RACCOr au Centre Culturel de Seraing, dans le cadre de CréArt Citoyen.

Mode de collecte des données : observation non verbale et écoute

Observations

Le 2e jour du salon Planète Zen-Vivre autrement, il a proposé systématiquement aux passant.es : « Est-ce que je peux vous offrir un poème ? » et accepté à l'unanimité moins une fois, avec le sourire.
La poésie amène de la joie, des étoiles dans les yeux.
Un auditeur/lecteur m'a répété plusieurs fois avoir beaucoup apprécié le jeu de mots « un monde sans phare/fard »

Conclusion

La poésie donne accès à une autre dimension. Comme elle procède par allégories, elle mélange les registres, elle outrepasse les frontières entre les silos, la poésie ne ment pas. Elle sort de la sphère rationnelle. Elle permet des raccourcis. Elle emmène les auditeur.ices

ou lecteur.ices en voyage. Elle fait rêver. Elle se reçoit comme un cadeau. C’est un outil très puissant.

Suites données : Projet d’écrire d’autres slams et d’en faire un spectacle seule-en-scène pour encore augmenter l’impact.

Action 15 : Diffusion des résultats préliminaires et collecte des réactions

Objectifs :

- Puisqu'il est très difficile de mesurer l'impact des actions de la recherche, la chercheuse a choisi d'augmenter ces impact et diffusant à large échelle les données dès …
- Tester les leviers, les formulations, s'entraîner à mettre des mots sur ces pensées, malaxer les concepts avec différents publics

Publics :

Grand public, avec certaines spécificités selon les événements. Certains sont plutôt sensibilisés aux enjeux environnementaux (Journée de la Pomme, Marche pour le Climat et la biodiversité, Laudato Summer Camp), d'autres aux enjeux sociaux et culturels (Rêve Général), d'autres aux changements ontologiques (Planète Zen-Vivre autrement). Au Centre Culturel de Seraing, la majorité des personnes qui ont pu découvrir l'exposition sont des familles d'enfants qui participaient au spectacle de fin d'année des écoles de danse de Seraing, donc a priori plutôt populaire et peu sensibilisé. Aucun retour n'a été collecté à Seraing, la chercheuse étant malade à ce moment-là et n'ayant pas pu se rendre sur place aux heures de fréquentation.

Description des dispositifs :

De août 2023 à octobre 2024, les 8 grandes familles de leviers ont été présentées sous forme :

- d'une exposition de collages, de poèmes illustrés par une photo, de facilitation graphique à 6 reprises (56 journées) entre mars et octobre 2024.
    - dans le cadre du Festival Rêve Général[21] à Liège (Sart Tilman) du 2 au 6 avril 2024, avec présence lors des spectacles en journée et en soirée les 5 jours et 2 animations sur réservation (2+10 personnes)
    – à la Marche pour le Climat et la Biodiversité à Malmédy le 14 avril 2024 (avec présence et intervention slamée)
    – au Centre Culturel de Seraing du 17 mai au 9 juin 2024, avec présence le 22 mai
    – lors du Laudato Summer Camp[22] au Carmel de Mehagne (Chaudfontaine), du 17 au 21 juillet 2024
    – au Théâtre Le Moderne à Liège, du 25 septembre au 12 octobre 2024 , avec

21 https://revegeneral.be/
22 https://www.laudatosisummercamp.be/

vernissage le 28 septembre, dans le cadre du festival Prendre Soin Liège[23]
– au salon Planète Zen – Vivre autrement[24] à Liège, les 26 et 27 octobre 2024

- à des stands à 6 événements (9 journées) : salon des associations de Trooz (août 2023), à Retrouvailles[25] (salon des associations) à Liège (2-3/9/23 et 31/-1/9/24), à la Journée de la Pomme des Amis de la Terre à Soumagne le 29/10/23, à la journée des associations à Rêve Général le 6 avril 2024 et Planète Zen les 26 et 27 octobre 2024, soit 9 journées.
- des échanges informels lors de rencontres de réseautage ou autres,
- une feuille récapitulative donnée en main propre environ 450 fois[26] après un échange plus ou moins long (30 secondes à 30 minutes),
- sous forme de poème (voir l'action 14 – Poème)
- sur le site internet
- via la newsletter

Mode de collecte des données : collecte informelle

Observations

Les retours de mes interlocuteur.ices ont été les suivants :
- à 90 % : riche, diversifié, plein de bon sens, évident, ambitieux voire utopique, il y en a pour tous les goûts, intéressant, à lire en détail au calme, ...
- Quelques interlocuteurs sont restés dubitatifs, insistant sur les limites du cerveau humain tel que décrit par les neurosciences, sur la pensée marxiste, sur leur aquoibonisme, … ou sans explication particulière.
Malgré la manière ouverte dont la question était posée, … certains ont sans doute aussi acquiescé simplement par politesse, sans souhaiter exprimer leur avis contraire.

Parmi le public des militant.es-activistes-sensibilisé.es-acteur.ices-…, beaucoup étaient désabusé.es en début de conversation. Sauf exceptions, ils et elles sont repartis avec le sourire aux lèvres et beaucoup plus de confiance.

23 https://festivalprendresoin.org/
24 https://www.planete-zen.org/
25 https://www.retrouvailles.be/fr/
26 Dont 80 lors du salon Retrouvailles à Liège, édition 2024 et 120 le 1e jour du salon Planète Zen. Le 2e jour était moins fréquenté et c'est le poème qui a été offert aux passant.es qui le souhaitaient.

Certaines transformations ont été véritablement marquantes. La chercheuse a gardé le souvenir d'une dizaine de personnes qui, au premier regard, étaient véritablement maussades. Leur discours est profondément désabusé par le manque de considération des gouvernements, des entreprises, de leurs concitoyens au sujet des gigantesques défis environnementaux, ainsi que par l'absurdité des décisions prises. Au fil de la discussion, ils et elles retrouvent le sourire et leur dynamisme. Leur tête et leurs épaules se redressent. Et surtout, lorsqu'ils et elles repassent devant le stand un peu plus tard, leur posture a conservé cette confiance. Ils et elles saluent la chercheuse d'un sourire. Il est arrivé à au moins 3 reprises que les personnes reviennent trouver la chercheuse à la fin de la journée pour la remercier pour l'impact que la discussion a eu sur leur vision du monde et d'eux-mêmes. L'un d'eux a témoigné que cela lui avait donné la confiance nécessaire pour aller proposer ses services bénévoles aux autres exposants. Une autre personne a raconté, lors d'un autre salon 2 mois plus tard, que cet échange lui avait permis de résister à l'insistance de son compagnon pour ne pas opérer des transformations dans son jardin. Elle avait préparé d'autres questions à poser à la chercheuse.

Depuis fin octobre 2023, ces personnes ont été invitées à compléter la phrase « Pour une société qui soutient la Vie et le Vivant, j'ai l'élan de ... » sur une feuille où leur photo a été ajoutée par après. (voir action 9!)

Observations sur la diffusion via le site internet et la newsletter :
Voir page … dans la 1e partie « explorer les réactions »

<u>Conclusions</u>
Cette action a été très efficace en terme de diffusion des idées, de test de différentes manières de communiquer sur les leviers/ingrédients, de recueil des réactions, de découverte d'autres ingrédients/leviers, d'ajustements, etc. Elle a permis de toucher un grand nombre de personnes individuellement ou en tout petits groupes (2-3 personnes le plus souvent) dans des laps de temps courts.
Elle sera reproduite par la suite.
Il est souvent difficile d'accrocher le chaland sur un salon. L'animation sur la Musique des plantes est idéale pour cela.

Conclusion de la partie Actions

Le processus de recherche-action sur une durée de deux ans a permis d'enrichir le champs d'exploration et d'approfondir de nombreux aspects. Analyser ces 15 actions est un travail gargantuesque. Malgré sa longueur, ce rapport est nécessairement incomplet et frustrant. Malgré sa complexité, cette recherche n'a fait qu'entrouvrir des portes vers des univers luxuriants, très attractifs et interconnectés.

Le domaine des changements culturels et ontologiques vers un monde vivifiant fait partie des préoccupations de très nombreuses personnes issues de nombreux secteurs fort différents. Il y a une réelle demande d'occasions de prendre du recul collectivement sur ces thèmes.

Les approches artistique, ludique, émotionnelle, corporelle, concrète, spirituelle, psychologique, collective, en lien avec la nature sont déterminantes pour compléter l'approche rationnelle. Et à la fois, l'étape de mettre des mots et de donner du sens à ce qui est vécu reste indispensable. Construire des animations intégrant ces différents aspects demande de respecter des règles et d'adopter une posture congruente. L'ajustement permanent aux réactions du groupe est essentiel. Le lâcher prise sur les résultats permet de faire émerger des moments extraordinaires, puissants, émouvants et bien plus perspicaces que ce que l'on aurait pu imaginer.

« Tout est déjà là ! »

Toutes[27] les personnes qui, au cours de cette recherche, ont accepté de rentrer dans le jeu de la rencontre avec la chercheuse, c'est-à-dire de s'ouvrir au dialogue dans leur authenticité mutuelle, ont montré qu'elles avaient en elles le potentiel pour contribuer à cocréer ce monde vivifiant et l'envie de le faire. Chacune a sa ou ses propres « portes d'entrée », son rythme et son chemin.

Ce qui manque, c'est le temps et les occasions d'expérimenter ces ingrédients/leviers dans des contextes sécurisés, de préférence sans enjeux.

La 3e partie (description des ingrédients/leviers), la conclusion et les annexes se trouvent dans le pdf suivant…

27 TOUTES ! T O U T E S ! Même certaine personnalité politique qui pourrait sembler le contre-exemple idéal.