





**UQAR**

Université du Québec  
à Rimouski

***Coyolxauhqui-la-réunifiée :  
Femme de terre en quête d'appartenance***

Une recherche auto-ethnographique

Mémoire présenté

dans le cadre du programme de maîtrise en étude des pratiques psychosociales

en vue de l'obtention du grade de maître ès arts

PAR

© Sarah-Maria LeBlanc

**Août 2019**

**Composition du jury :**

**Diane Léger, présidente du jury, Université du Québec à Rimouski]**

**Jeanne-Marie Rugira, directrice de recherche, Université du Québec à Rimouski**

**Florence Vinit, examinatrice externe, Université du Québec à Montréal**

Dépôt initial le 13 juin 2019

Dépôt final le 20 août 2019

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI  
Service de la bibliothèque

Avertissement

La diffusion de ce mémoire ou de cette thèse se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire « *Autorisation de reproduire et de diffuser un rapport, un mémoire ou une thèse* ». En signant ce formulaire, l'auteur concède à l'Université du Québec à Rimouski une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de son travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, l'auteur autorise l'Université du Québec à Rimouski à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de son travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits moraux ni à ses droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, l'auteur conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont il possède un exemplaire.

*Je dédie ce mémoire à mes lignées d'ancêtres LeBlanc, Bantey, Berger, qui ont marché le chemin de la vie pour que je puisse y être aujourd'hui. Je le dédie aussi, et surtout, à ceux et celles qui marcheront le chemin après nous. Puissent-ils y trouver une terre encore accueillante, habitée par une humanité consciente.*

## REMERCIEMENTS

Premièrement, j'ai à cœur de remercier ma directrice de maîtrise Jeanne-Marie Rugira, qui m'a guidée dans les méandres de la recherche universitaire et de mon cheminement initiatique à travers cette maîtrise. Ma gratitude pour ton temps, ta générosité, ta franchise, ton amour et ton engagement dans tout mon parcours en psychosociologie, est éternelle.

Je veux aussi remercier Diane Léger pour ses conseils précieux, son temps et sa sensibilité, ainsi que Pascal Galvani et Danielle Boutet pour nos discussions éclairantes. Je suis privilégiée d'avoir pu m'abreuver à vos sources. Merci aux créateurs de cette maîtrise si particulière et importante pour le monde. Je vous remercie mes collègues de maîtrise pour votre franchise, accueil, courage, engagement. Je me suis sentie en sécurité avec vous, dans le grand voyage que nous avons vécu ensemble.

Un merci tout spécial à mes ami-e-s et allié-e-s Camille Bédard, collègue, amie, sœur de cercle, Nadeije Athlan, amie alliée de nos week-ends et mentor, Sébastien Michon Emerging Butterfly pour ton immense générosité et ton regard franc, Patricia-Anne Blanchet – ma sœur du fond des âges qui a été une grande inspiration pour cette maîtrise, Marianne Dufour, Dany Héon, Andrée Sano-Gélinas, Jacynthe Briand-Racine et Julie Champagne pour leur soutien au cours de cette recherche et de mon écriture. Gratitude à Karin et David Bantey, Robert et Paul Di Gaetano, Agnès Boisvert, Julie Ouimet, Karine Fleury et Anny Schneider qui ont mis la main à la pâte dans ce mémoire. Merci aux grands-mères et grands-pères qui ont donné de leur temps et de leurs enseignements pour m'éclairer. Meegwetch à toi, grand-mère Francine, porteuse d'eau, sage au cœur grand. Ce projet de recherche nous a rapprochées et je me sens honorée et bénie de ton soutien.

Tlazocamati au Cercle de Femmes de l'Est pour la sororité féconde... longue vie à notre cercle ! Merci à mes familles LeBlanc et Bantey pour les entretiens, courriels et soupers concernant mes parents. Pour Aurélie, ma mère adoptive : merci du fond de mon cœur, pour

le soutien que tu m'offres depuis plus de vingt ans. Tu as contribué à ce que je prenne finalement le chemin de l'université. Je salue ici Geneviève, Alex et leurs enfants qui m'enseignent, année après année, ce que c'est d'être une sœur et une tante (pas si présente, mais remplie d'amour !). Immense bouffée de gratitude pour mes cinq beaux-enfants que j'aime tant, qui me font voir la vie à travers leurs yeux émerveillés et intelligents et qui nourrissent mon cœur de mère. Merci à mes chats Tara et Kiki, mes maîtres spirituels ronronnants.

Je tiens à remercier Malory Beaulieu, compagnon de vie, gardien de feu, amoureux, meilleur ami, sans qui cette maîtrise aurait été beaucoup plus difficile. Merci à toi d'avoir été un lecteur sincère et bienveillant. Et surtout, merci de m'avoir toujours soutenue, d'avoir gardé le feu allumé et la maison accueillante. Tu as su rester enraciné et solide, même (et surtout) dans les moments où je n'avais du temps et de la disponibilité intérieure que pour ce mémoire. Honneur au masculin sacré que tu es, *Respect !*

Ma plus profonde gratitude va à la Terre-Mère, matrice généreuse qui me soutient tant. Je t'aime de tout mon être et j'espère te servir à travers ces mots. Gratitude profonde pour mes ancêtres puis pour l'invisible, le Grand Mystère, la Divine Dualité, qui m'a conduite jusqu'ici. Gratie, A dank, Wella'lin, Meegwetch, Tlazocamati... Merci.

Pour toutes mes relations.



## RÉSUMÉ

Le sujet de cette recherche en étude des pratiques psychosociales questionne le sentiment d'appartenance d'une femme évoluant dans une culture hypermoderne. La quête qui a servi de socle à sa démarche voulait interroger son rapport au sentiment d'appartenance au sein de ses communautés, ses territoires et le monde. Dans une perspective auto-ethnographique, la chercheuse a revisité son histoire de vie personnelle et familiale tout en la reliant à celle de ses ancêtres et en les situant socio-historiquement. Cette recherche-formation avait comme objectif de l'ouvrir vers une compréhension et une posture renouvelée de sa manière d'être au monde et en relation.

La démarche heuristique qui a accompagné cette recherche constitue un processus narratif et réflexif radical à la première personne. D'inspiration phénoménologique et herméneutique, cette recherche s'inscrit dans le paradigme compréhensif et interprétatif et elle est menée selon une approche qualitative. La production de données s'est faite tout au long de la recherche par la tenue d'un journal de recherche dans lequel étaient consignées les différentes données produites sous forme de textes poétiques, de données symboliques, de récits phénoménologiques, d'entretiens d'explicitation et de travail réalisé en focusing. L'ensemble de ces données sera présenté sous forme de récit ethnographique. Le processus d'analyse qualitative de ces données s'est fait en premier lieu sous forme de catégories conceptualisantes, et ce processus a été complété par un retour interprétatif en mode écriture. Au bout de ce processus de recherche, on constate une compréhension nouvelle du rapport à l'appartenance, à l'autonomie et à la liberté relationnelle. La transformation de la praticienne s'est incarnée dans un renouvellement et une expansion de ses pratiques. La praticienne-chercheuse peut alors contribuer à partir de sa singularité, au monde dans lequel elle s'inscrit.

Mots clés : appartenance, singularité, marginalité, auto-ethnographie, écoféminisme, spiritualités autochtones, transgénérationnel.

## ABSTRACT

The subject of this research into the study of psychosocial practices questions an evolving woman's sense of belonging in a hypermodern culture. The quest that served as a basis for her approach sought to question her relationship to a sense of belonging within her community, her country and the world. From a self-ethnographic perspective, the researcher revisited her personal and family life story, while connecting it to that of her ancestors in a socio-historical setting. The objective of this research-training was to develop a renewed understanding and outlook of her existence on earth and her relationships.

The heuristic approach associated with this research represents a radical narrative and a reflexive progression written in the first person. Inspired by phenomenology and hermeneutics, this research is part of a comprehensive and interpretative paradigm using a qualitative approach. Throughout the research, fact gathering was achieved by keeping a research journal where miscellaneous data were recorded and produced in the form of poetic texts, symbolic facts, phenomenological stories, specific interviews and focus work. All of this data will be presented in an ethnographic narrative form. At first, the qualitative interpretation process of these facts took the form of thematic analysis. This process was completed by an interpretative return to writing form. At the conclusion of this research process, one notices that there is a new understanding of the relationship between belonging, autonomy and relational freedom. The writer's transformation is epitomized by the renewal and expansion of her experiences. The writer-researcher can then contribute differently to the world of which she is a part on the basis of her uniqueness.

*Keywords:* belonging, uniqueness, marginality, self-ethnography, eco-feminism, indigenous spirituality, transgenerational.

## TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS.....	v
RÉSUMÉ.....	vii
ABSTRACT.....	viii
TABLE DES MATIÈRES.....	ix
LISTE DES FIGURES .....	xiv
INTRODUCTION GÉNÉRALE.....	1
Prologue.....	3
CHAPITRE 1 - PROBLÉMATIQUE.....	5
1.1    PERTINENCE PERSONNELLE .....	5
1.1.1    Genèse de cette recherche.....	5
1.1.2    Tour d’horizon de ma problématique .....	6
1.2    PERTINENCE PROFESSIONNELLE .....	8
1.2.1    Besoin de renouvellement.....	8
1.2.2    Herboristerie : chasse aux sorcières toujours possible.....	9
1.2.3    Travailleuse autonome? .....	10
1.2.4    Appartenance au monde et contribution sociale .....	10
1.3    PERTINENCE SOCIALE.....	11
1.3.1    Impacts de l’hypermodernité .....	11
1.3.2    Isolement et pertes de liens.....	12
1.3.3    Marginalité.....	13
1.3.4    Urgence écologique et voies de solutions.....	14
1.4    PERTINENCE SCIENTIFIQUE.....	16
1.4.1    Marginalité et appartenance .....	16
1.4.2    Écoféminisme spirituel : une voie d’appartenance .....	17
1.4.3    La nature comme communauté d’appartenance .....	17

1.5	ORIGINALITÉ DE CETTE RECHERCHE.....	18
1.5.1	Créer un tissage des multiples influences.....	18
1.5.2	Appartenance mi'gmaq et chemin rouge.....	19
1.6	QUESTION DE RECHERCHE .....	21
1.7	OBJECTIFS DE RECHERCHE.....	21
CHAPITRE 2 - UNIVERS CONCEPTUEL.....		23
2.1	HYPERMODERNITE .....	23
2.1.1	La modernité et ses malaises .....	24
2.1.2	De la postmodernité à l'hypermodernité .....	26
2.1.3	Le prix de l'hypermodernité.....	27
2.2	ÉCOPSYCHOLOGIE .....	29
2.2.1	Psychopathologies de la séparation d'avec la nature .....	30
2.2.2	Théories de l'écopsychologie.....	31
2.2.3	Auto-éco-formation et écopsychosociologie.....	34
2.3	SPIRITUALITES AUTOCHTONES ET MEDECINES .....	36
2.3.1	Comprendre les spiritualités centrées sur la Terre .....	36
2.3.2	Spiritualités autochtones et enjeux éthiques.....	37
2.3.3	Médecines et guérison .....	40
2.3.4	Introduction au terme « femme-médecine ».....	43
2.3.5	Paroles vivantes autour de « femme-médecine ».....	44
2.4	FEMINISMES ET ÉCOFEMINISMES .....	47
2.4.1	Du féminisme .....	47
2.4.2	La chasse aux sorcières .....	48
2.4.3	Le féminisme radical .....	50
2.4.4	Du patriarcat .....	50
2.4.5	Matérialisme vs différentialisme .....	52
2.4.6	Le féminisme autochtone .....	54
2.4.7	Écoféminismes .....	56
2.4.8	Écoféminisme spirituel.....	58

2.5	APPARTENANCE .....	61
2.5.1	Qui appartient : la notion d'identité .....	62
2.5.2	Pourquoi appartenons-nous ? .....	64
2.5.3	Appartenir à quoi : la notion de communauté ou de collectif.....	65
2.5.4	Des marqueurs du sentiment d'appartenance .....	67
2.5.5	Émigration/immigration et appartenance.....	68
2.5.6	L'appartenance chez les peuples autochtones.....	70
2.5.7	Marginalité et appartenance .....	73
2.5.8	Identité et appartenance dans la société hypermoderne .....	75
2.5.9	Multi-appartenances et métissage .....	77
CHAPITRE 3 .....		81
3.1	PARADIGME COMPREHENSIF ET INTERPRETATIF .....	81
3.2	RECHERCHE QUALITATIVE .....	84
3.3	POSTURE ETHIQUE DE TYPE DECOLONIALE.....	85
3.4	ATTITUDE PHENOMENOLOGIQUE ET PERSPECTIVE HEURISTIQUE.....	86
3.5	METHODOLOGIE DE TYPE BIOGRAPHIQUE .....	89
3.5.1	L'auto-ethnographie.....	90
3.6	TERRAIN DE RECHERCHE.....	91
3.7	OUTILS DE PRODUCTION DE DONNEES .....	93
3.7.1	Récits phénoménologiques .....	93
3.7.2	Entretien d'explicitation.....	94
3.7.3	Journal d'itinérance et pratiques d'introspection .....	95
3.8	METHODE D'INTERPRETATION DES DONNEES QUALITATIVES .....	98
3.8.1	Analyse thématique et intersubjectivité .....	98
3.8.2	Interprétation en mode écriture .....	100
CHAPITRE 4 - AUTO-ETHNOGRAPHIE : LA LONGUE MARCHE DU TEMPS.....		103
4.1	LE CHEMIN DES ANCETRES .....	104
4.1.1	Du côté du père... les grands-parents et les ancêtres.....	105

4.1.2	Du côté de la mère... les ancêtres .....	110
4.2	UN QUEBEC EN TRANSFORMATION.....	120
4.2.1	Du côté de la mère : les Iles et mes grands-parents.....	120
4.2.2	Denise LeBlanc avant la politique.....	129
4.2.3	Edward Bantey, un homme aux mille vies.....	134
4.2.4	La grande rencontre de deux êtres singuliers .....	137
4.3	JE SUIS CELLE QUI SAIT PARLER AU VENT.....	143
4.3.1	<i>Le</i> député Leblanc accouche d'une fille .....	143
4.3.2	Une enfance au cœur de la politique québécoise .....	148
4.3.3	Quand la vie change : la crise du PQ.....	150
4.3.4	Apprivoiser les autres enfants .....	153
4.3.5	Les Iles, mon refuge sacré.....	157
	CHAPITRE 5 - AUTO-ETHNOGRAPHIE : RITES DE PASSAGE .....	163
5.1	LES PREMIERES TEMPETES .....	163
5.1.1	Mon entrée dans l'adolescence.....	163
5.1.2	Point de rupture 1 : La crise .....	164
5.1.3	Explorations diverses et appartenance à la contre-culture .....	166
5.1.4	Point de rupture 2 : Sortir de là .....	169
5.2	ÉPREUVES INITIATIQUES, QUÊTE SPIRITUELLE, APPEL VOCATIONNEL ET COMMUNAUTÉ D'APPARTENANCE.....	174
5.2.1	L'appel des sorcières : une appartenance à une lignée de femmes .....	174
5.2.2	L'appel de la nature : une appartenance à la Terre.....	177
5.2.3	Point de rupture 3 : Mort de mon père .....	179
5.2.4	Ultime tentative de reliance.....	181
5.2.5	Point de rupture 4 : Mort de ma mère .....	186
5.2.6	L'acci-dent.....	187
5.3	LA NOUVELLE VIE.....	190
5.3.1	Une communauté au cœur de la forêt.....	191
5.3.2	La rencontre avec le mouvement Arc-en-Ciel .....	195

5.3.3	Que dire du Nouvel Âge ?.....	200
<b>CHAPITRE 6 - COMPRÉHENSION : RAPATRIER LES MORCEAUX DE</b>		
<b>COYOLXAUHQUI.....</b>		
6.1	INTRODUCTION .....	205
6.2	DÉMEMBREMENT : CE QUI ME FAIT SENTIR SÉPARÉE.....	206
6.2.1	Loupe sur le sentiment de séparation.....	207
6.3	DE LA SEPARATION A L'EMPUISANCEMENT : TRANSFORMATION.....	212
6.3.1	Du 40 jours à Rythmes Féminins.....	214
6.3.2	Redonner vie aux vieux os.....	222
6.3.3	Solitude féconde et assumance de mon identité .....	225
6.4	J'APPARTIENS : CE QUI ME FAIT SENTIR RELIÉE.....	230
6.4.1	Renouvellement et contribution : je suis le groupe.....	231
6.4.2	Maïeutique de la lenteur.....	233
6.5	CREER DE LA STRUCTURE : SYSTEMATISATION.....	237
6.5.1	Mes apprentissages .....	237
6.5.2	Roue de médecine et intégration.....	239
6.5.3	Coyolxauhqui : un tissage de moi-même, en reliance avec l'autre.....	242
Conclusion générale.....		247
Limites de la recherche .....		253
Ouvertures.....		254
Épilogue.....		255
RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES.....		261

## LISTE DES FIGURES

FIGURE 1 - COYOLXAUHQUI	3
FIGURE 2 - LA SPIRALE QUI RELIE DE MACY	34
FIGURE 3 - ROUE DE LA GUERISON DANS LA HEALING TRADITION (2009)	42
FIGURE 4 - TRIADE DE L'APPARTENANCE DES NATIONS DES PLAINES DU NORD	73
FIGURE 5 - JOURNAL LE RADAR, ELECTIONS DE 1976 ET 1982.	138
FIGURE 6 - COMMUNICATIONS AVEC LES ELECTEURS ET ELECTRICES	142
FIGURE 7 - FAIRE-PART DE MARIAGE D'EDWARD BANTEY ET DENISE LEBLANC	143
FIGURE 8 - GROS PLAN DE L'ARTICLE EN QUESTION	146
FIGURE 9 - PHOTO DE LA PREMIERE PAGE DE LA PRESSE DU 17 AVRIL 1979	146
FIGURE 10 - JOURNAUX FRANCOPHONES ETRANGERS LORS DE LA CRISE DU P.Q.	152
FIGURE 11 - SARAH-MARIA A DEUX ANS DANS UN CHAMP DES ILES	158
FIGURE 12 - ROCHER DE GROS CAP + SARAH-MARIA AU MILIEU DES EPILOBES	159
FIGURE 13 - MAISON DE GROS CAP VUE DE DERRIERE (LA PLAGES) ET DE DEVANT (LE CHAMP)	160
FIGURE 14 - TRIADE AMAZONE-PETITE FILLE-JUGES, CARTES <i>SOUL COLLAGE</i>	209
FIGURE 15 - LE CYCLE DE LA CONTAGION EMOTIONNELLE	210
FIGURE 16 - CONCEPTION DU PSYCHISME CHEZ JUNG	213
FIGURE 17 - COYOLXAUHQUI	219
FIGURE 18 - SPIRALE DU SENTIMENT DE SEPARATION A L'EMPUISSANCEMENT	221
FIGURE 19 - TABLEAU INTEGRATEUR DE MES APPRENTISSAGES	238
FIGURE 20 - ROUE DE MEDECINE, ENTRE LA ROUE LAKOTA ET LA ROUE MEXICA	240
FIGURE 21 - ROUE DE MEDECINE INTEGRATIVE	241
FIGURE 22 - L'UNIFICATION DE COYOLXAUHQUI	243







## INTRODUCTION GÉNÉRALE

Ce projet de recherche auto-ethnographique prend racine dans ma vie personnelle et dans ma pratique professionnelle. Il porte sur le rapport à l'appartenance dans ma vie et dans mes pratiques. Pour De Coninck (2001), à notre époque, « *le sentiment d'appartenance se construit davantage dans une trajectoire individuelle de stratégie et de choix personnel* ». Dès le début de ma démarche, je souhaitais comprendre les éléments structurants de ma trajectoire de vie qui ont contribué à m'engager, presque malgré moi, dans une quête d'appartenance. Au fur et à mesure que j'avancais dans mon parcours de maîtrise, je prenais conscience de l'importance du contexte social dans la construction identitaire. Depuis, je sens le besoin de situer mon existence sur cette terre dans la lignée de mes ancêtres et dans le contexte socio-culturel et politique dans lequel je suis née et j'ai grandi.

Par ailleurs, du plus loin que je me souviens, j'ai toujours été habitée par un grand sentiment d'appartenance au territoire et une viscérale quête d'appartenance à la communauté, aux groupes et collectivités dans lesquels j'évoluais, comme si quelque chose en moi avait un grand besoin de se sentir faire partie d'un clan, d'une tribu. Muchielli (1980 : 99) définit l'appartenance comme « *une identification personnelle par référence au groupe (identité sociale), des attaches affectives, l'adoption de ses valeurs, de ses normes, le sentiment de solidarité avec ceux qui en font partie, leurs considérations sympathiques* ».

Étant à la fois objet et sujet de cette étude, je me suis engagée dans une démarche de recherche à la première personne. Je tentais de comprendre de quoi était fait ce sentiment de séparation qui me tenaille si souvent dans mon rapport au monde et à mes communautés. Aussi, je souhaitais saisir la raison pour laquelle je ne vivais pas cette sensation dans mon rapport à la nature et à l'invisible. Je me questionnais sur la possibilité de transférer les compétences relationnelles qui se déploient dans ce secteur de ma vie, dans mon rapport aux

humains. J'ai également souhaité interroger la dimension transculturelle et transgénérationnelle de mon objet d'étude dans une perspective écoféministe et spirituelle.

Assez tôt dans mon processus de recherche et de formation, inspirée par les travaux d'Anne Ancelin-Schützenberger (2018), de Vincent de Gaulejac (1996) et d'Alejandro Jodorowsky (2011), j'ai fait le pari que ma quête d'appartenance dépasse ma seule construction identitaire, prenant aussi racine dans l'expérience de mes parents et de mes ancêtres.

Dans l'écriture de ce mémoire, j'ai fait le choix de faire de la place à la dimension poétique et symbolique de l'expérience humaine. C'est ainsi qu'on rencontre à quelques endroits de ce texte, des extraits poétiques ou symboliques qui participent à la révélation du sens qui cherche à se manifester dans cette recherche. Ce mémoire est présenté en six chapitres articulés comme suit :

Au premier chapitre, se construit progressivement ma problématique de recherche. La présentation des pertinences personnelles, professionnelles, sociales et scientifiques de ma démarche articule la cohérence du processus de problématisation, jusqu'à la formulation de la question et des objectifs qui serviront de socle à cette recherche.

Le chapitre deux présente les principaux concepts et courants théoriques qui sont au cœur de cette recherche et qui m'ont servi de cadre interprétatif pour comprendre aussi bien ma pratique que mon expérience et mes influences culturelles.

Le troisième chapitre présente quant à lui, les repères épistémologiques et les choix méthodologiques qui ont organisé ma démarche de recherche. Il expose également le terrain de recherche, les outils de production de données ainsi que les méthodes d'interprétation des données. Les chapitres quatre et cinq organisent les données de cette recherche et les présentent narrativement sous forme d'une auto-ethnographie. Le chapitre six permettra quant à lui l'interprétation compréhensive et la systématisation des résultats de cette recherche. Une conclusion qui ouvre sur les limites de cette recherche et les orientations de mes prochains projets fermera ce texte.

## Prologue



Figure 1 - Coyolxauhqui

*Coyolxauhqui* [kojoɬ'ʃa:mki], « celle qui a des grelots peints sur le visage » en nahuatl, est la déesse de la lune chez les Aztèques. Elle est la fille de Coatlicue, associée à la lune, elle était la sœur guerrière de Huitzilopochtli. On dit qu'elle avait dressé les étoiles contre sa mère en apprenant que celle-ci était enceinte. Un jour que la pieuse Coatlicue était en prière dans un temple, une balle de plumes lui tomba sur la poitrine et quelque temps plus tard, sa fille s'aperçut que sa mère était enceinte. Furieuse et croyant au déshonneur de sa mère, Coyolxauhqui poussa ses frères à décapiter leur mère. C'est alors qu'Huitzilopochtli naquit, sortant tout armé et peint en bleu du ventre de sa mère. Il tua sa sœur, ses frères et tous ceux qui avaient comploté contre sa mère.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> <https://fr.wikipedia.org/wiki/Coyolxauhqui>

Je suis Coyolxauhqui Je suis la déesse lune Démembrée.

À la recherche de ses morceaux      Dispersés.

N'écoutez pas. N'écoutez pas ce qu'on raconte !

Moi, la Déesse Lune guerrière, j'aurais assassiné ma mère

Lorsqu'elle a mis au monde mon frère ?

Voici le temps maintenant de vous raconter

La vraie histoire de Coatlicue et de sa fille Coyolxauhqui.

Écoutez, écoutez. Sentez dans votre cœur la vérité.

Fermez les yeux. Tournez votre regard vers l'intérieur.

Sentez dans votre cœur la vérité.

C'est le monde des hommes qui a tué ma mère !

Suite à la naissance de mon frère Huitzilopotchli, tout a changé.

Tout a changé, suite à la naissance du guerrier colibri.

Les femmes ont été désinvesties de leurs pouvoirs.

Un monde de compétition et de violence est né.

Et c'est pour ne pas que je puisse survivre moi aussi

Que mon frère m'a démembrée. Il m'a démembrée !!

Il a dispersé tous mes morceaux dans le vent. Et il est parti.

On l'honore encore aujourd'hui...

Voilà qu'un jour, mille ans plus tard, on me redécouvre !

Sur une stèle. Sous les décombres. Je suis là, bien là. Démembrée, je danse sous leurs yeux.

Comme les femmes de la Lune dansaient, dansaient, dansaient !

Sous le regard bienveillant de Meztli-la-brillante.

Les femmes ont depuis cherché      à rapatrier tous mes morceaux.

Pour que la paix revienne. Pour que leur fierté soit restaurée.

Pour que la Terre soit préservée, ses eaux purifiées, ses os rapatriés.

**Voici ici l'histoire d'un de ces rapatriements...**

**Voici l'histoire d'une femme,  
Qui est celle de toutes les femmes.**

## CHAPITRE 1 - PROBLÉMATIQUE

*C'est donc toute l'humanité en chacun de nous qui essaie d'être et de s'accomplir, sous une forme spécifique propre à chaque individu. Rugira, 2013.*

### 1.1 PERTINENCE PERSONNELLE

#### 1.1.1 Genèse de cette recherche

J'arrive à la maîtrise en étude des pratiques psychosociales en 2015. À ce moment, cela fait un an que je suis arrivée à Rimouski. En effet, après avoir tenté pendant plusieurs années d'avoir un enfant, mon ex-conjoint et moi avons mis fin à notre relation et, mue par une intuition qui m'appelait en psychosociologie à l'Université du Québec à Rimouski, j'avais quitté ma communauté d'adoption dans les Cantons-de-l'Est où j'avais passé les sept dernières années. J'arrive donc au baccalauréat en psychosociologie à 35 ans, moi l'herboriste-thérapeute, qui n'avais jamais étudié à l'université. Malgré la joie de rencontrer un programme stimulant et des formateurs et formatrices inspirant-e-s, je vis une année très difficile. Je suis en deuil de ma communauté tissée serrée et de ma relation amoureuse, en apprivoisement de nouvelles relations avec des nouveaux codes et façons de faire, en décalage avec le groupe de mon programme et en travail sur moi en accéléré. C'est cela qui me fera réaliser à quel point ma quête de reliance et d'appartenance est encore viscérale et comment le sentiment de séparation peut être douloureux. Ceci dit, cette année de baccalauréat m'apprendra les bases du travail universitaire et fera éclater les barrières que peuvent ériger des années dans une communauté qui partage le même paradigme. Au bout

de cette première année qui m'a servi de propédeutique, j'arrive à la maîtrise en étude des pratiques psychosociales.

Dès que j'entame ma première année à la maîtrise, je sens que je suis au bon endroit, au bon moment, avec les bonnes personnes. Ces années seront à la fois exaltantes, fluides et exigeantes. Je sentirai la bienveillance de notre groupe de co-chercheur-e-s, tout au long de notre scolarité. Lorsque je commence ma maîtrise, je ne suis pas certaine de vouloir prendre de front ma « bête noire », en mettant mon rapport douloureux à l'appartenance au cœur de ma démarche de recherche et de formation. Je ferai donc plusieurs détours, pour finalement me rendre là où la vie m'invitait : dans mon enjeu de sentiment de séparation d'avec les autres, aussi bien au sein de mes communautés que dans la société.

### **1.1.2 Tour d'horizon de ma problématique**

Je suis pèlerine d'un chemin de vie particulier. Malgré une magnifique petite enfance, j'ai toujours porté le sentiment d'être à la fois différente des autres humains de mon âge et à la fois très proche de la nature. Différents facteurs ont fait que je me suis inscrite peu à peu dans des voies qui me semblent marginales. J'ai tracé un chemin d'intégrité : je souhaitais rester cohérente avec mes valeurs, entretenir mes pratiques artistiques, mettre la spiritualité au cœur de ma vie, rester en lien avec la terre et me mettre au service de la terre et du féminin. Avec le temps, mon cheminement intérieur et mes diverses formations m'ont permis de poser un regard réflexif sur mes pratiques professionnelles et de développer des capacités d'empathie et des compétences relationnelles. Pourtant, dans certains contextes, plus spécifiquement en dehors de la sphère professionnelle, je peux me sentir encore un peu handicapée socialement. Dans ces moments, je ressens un sentiment de séparation d'avec les autres au sein des communautés dans lesquelles j'évolue, ce qui m'empêche de me sentir appartenir.

Par ailleurs, j'ai toujours vécu un sentiment de proximité viscérale avec la nature, la terre, le principe féminin et ce que je nommerai dans ce mémoire « l'invisible ». Mon parcours de développement personnel, professionnel et spirituel m'a progressivement



conduit à m'inscrire dans le courant de pensée appelé « éco-féminisme spirituel », qui a constitué pour moi une voie d'appartenance au monde.

Je constate qu'à plusieurs moments de ma vie, j'ai fait et refait le choix de rester dans la marge de notre société, malgré ma quête de reliance et d'appartenance. Je ressens une grande distance idéologique avec la façon dont s'organise notre système capitaliste, créant des inégalités inacceptables. La richesse des uns se fait au détriment des autres, créant du même coup des abus de pouvoir, des situations scandaleuses d'opulence et des souffrances sans nom. Étant très proche de la nature, je suis tout autant bouleversée par la destruction de la terre, de nos alliés végétaux et animaux et de tout ce qui est vivant, par notre façon de vivre et de consommer. Il me semble que tout cela participe d'une sorte de folie ou de déconnexion collective, comme le proposent les théoriciens de l'écopscologie ou de la psychologie environnementale, tels que Roznak (1995), Metzner (1999) et Macy (2011). Ainsi, je me demande si mes enjeux personnels ne participent pas d'un malaise plus global hérité d'une modernité séparatrice. En effet, la culture occidentale moderne, à la fois capitaliste et individualiste, ne nous aide pas à nous sentir reliés à la terre, à nos ancêtres et aux autres êtres vivants. Dans ce contexte, ce n'est pas très étonnant que je peine à sentir mon appartenance au monde et à mes communautés.

Ainsi, dans le cadre de cette recherche, je souhaite inscrire mon investigation dans mon histoire familiale et dans celle de mes ancêtres. J'ai l'impression qu'en clarifiant les choses, en posant mon histoire dans l'histoire de mes parents, de mes ancêtres et de mon peuple québécois, j'aurai accès à la vision de l'aigle, soit celle où l'on voit les choses en perspective.

*Vuela vuela, vuela vuela, vuela vuela, mujer aguila.  
Respira, respira, y confía en tu sabiduria.  
La altura te da la perspectiva  
Y la perspectiva te da el alegria. <sup>2</sup>*

---

<sup>2</sup> « Vole, vole, vole, vole, vole, vole, femme aigle. Respire, respire, et confiance en ta sagesse. La hauteur te donne de la perspective et la perspective te donne de la joie ». Chant de Hanna Leigh.

## 1.2 PERTINENCE PROFESSIONNELLE

### 1.2.1 Besoin de renouvellement

En ce qui concerne ma pratique, après dix ans comme herboriste-thérapeute et formatrice avec les femmes, je sens un besoin de renouvellement. Je suis, depuis le début de cette recherche, en ouverture sur d'autres avenues pour ma pratique. Ainsi, à mesure que je me suis développé une passion pour l'aspect plus psychosocial de la santé, je me rends compte que même si je suis tout autant en amour avec le règne végétal qu'au début de ma pratique, j'aime l'accompagnement psychosocial, sans médium autre que nous-mêmes. Bref, je n'ai aucun doute quant à ma passion d'accompagner les gens un à un, mais je me demande parfois si la forme d'accompagnement est amenée à changer.

J'ai également un appel à unir les différentes facettes de mon être. Il y a l'artiste, celle qui utilise la création comme moyen d'expression et de changement social et *médecine* de transformation avec des outils comme le théâtre, le chant, le conte et l'exploration créative multidisciplinaire, et la poétesse, celle qui utilise le pouvoir des mots et de la déclamation comme outil de guérison et d'éveil. Il y a la clinicienne, celle qui a une pensée scientifique de la santé des femmes, qui connaît bien la gynécologie et l'endocrinologie féminine, les pathologies, les plantes médicinales, l'alimentation et qui a une expérience de terrain consistante et la chercheuse, qui, même avant l'université, s'est toujours tenue informée des récentes recherches en tout ce qui a trait à la santé des femmes et aux plantes médicinales et qui maintenant s'intéresse beaucoup aux conditions psychosociales. Il y a l'accompagnante, qui s'intéresse à la transformation de l'humain vers plus de liberté, de paix, de puissance d'agir et qui utilise différents outils issus de la psychologie humaniste ou du travail symbolique pour ce faire. Il y a aussi la sorcière, qui travaille avec le rituel, les cérémonies et l'invisible et enfin, il y a la formatrice, qui adore les groupes et les contextes de formation.

Comme formatrice, j'ai réussi dans mes formations à unir toutes ces co-identités et façons de travailler. Mais comme thérapeute, au début de cette recherche, ce n'est pas si évident

pour moi de le faire : je n'ose pas assumer pleinement toutes ces co-identités dans ma pratique. En premier lieu, mon côté clinicienne plus scientifique ne souhaite pas laisser la place à celle plus intuitive et artistique et en second lieu, quelque chose en moi porte la crainte du jugement des pairs ou d'une chasse aux sorcières dans laquelle je peux être accusée de charlatanisme ou ce genre d'accusations qui détruisent des vies et qui serait également nuisible à la pratique de l'herboristerie en général et à mon association professionnelle.

### **1.2.2 Herboristerie : chasse aux sorcières toujours possible**

Ce qui m'amène à nommer que mon métier comporte son poids politique : puisque l'herboristerie n'est malheureusement pas encore reconnue comme pratique « *sérieuse* » par les institutions et dans la population en général, les herboristes-thérapeutes sont dans un « *no man's land* » administratif et général. Dans les faits, les consommateurs-trices canadiens utilisent de plus en plus les plantes médicinales et les produits de santé naturels. D'ailleurs, des herboristes québécoises représentant la Guilde des Herboristes du Québec au sein du Conseil canadien des Associations d'Herboristes, discutent régulièrement avec la direction des produits de santé naturels de Santé Canada. Mais au Québec, les herboristes ne sont pas reconnus comme professionnel-le-s de la santé, nous n'avons (malheureusement) pas de programme universitaire ni d'ordre professionnel reconnu par l'ordre des professions du Québec. Ainsi, comme herboriste, je n'ai pas le droit de dire certaines choses, d'employer certains mots, de faire certains actes, sous peine d'être poursuivie en justice... ce qui fait que je sens constamment une épée de Damoclès au-dessus de ma tête. Ceci, sans parler de la mauvaise réputation qu'ont les médecines alternatives dans une partie de la population, réputation souvent véhiculée souvent par les médias de masse. J'ai choisi ce métier par passion, en fait c'est lui qui m'a choisie et je considère sincèrement que c'est le plus beau métier du monde. Par contre, je dois admettre que je suis parfois usée de porter la flamme de mes convictions dans un monde qui, globalement, ne reconnaît pas ma pratique comme sérieuse et surtout, de me sentir constamment sur le guet d'une possible chasse aux sorcières

version 2.0.

### **1.2.3 Travailleuse autonome?**

Je vis aussi, de façon cyclique, une remise en question de mon travail comme herboriste-thérapeute et formatrice au privé. La première raison est que le fait d'être travailleuse autonome me demande de sans cesse me publiciser, de me vendre, de défendre ma profession, d'autant plus dans une discipline encore méconnue du public. C'est une part de mon travail que j'ai appris à apprivoiser, mais c'est loin d'être ma préférée. Je n'y suis pas constante, préférant de loin être en relation d'accompagnement que de faire des publications sur les réseaux sociaux ! Par moments, cette réalité de travailleuse autonome m'éloigne de mon être, me forçant à faire énormément d'ordinateur et de travail administratif. En ce qui concerne mon travail de formatrice, encore une fois je n'ai aucun doute quant à ma passion et même ma vocation d'enseigner. Ceci dit, encore une fois, je n'aime pas devoir vendre mes cours et de plus, entre le moment où j'ai commencé à offrir mes formations et maintenant, l'offre s'est multipliée dans mon domaine. Plusieurs autres femmes offrent maintenant ce type de formations et je dois travailler fort pour me démarquer. Suis-je prête à mettre les efforts qu'il faut, et pourrai-je atteindre un niveau de vie satisfaisant en les mettant ? Ce sont ces réflexions qui m'habitent en commençant cette recherche.

### **1.2.4 Appartenance au monde et contribution sociale**

Dans ma quête d'appartenance, j'aimerais entrer plus profondément au service de notre société québécoise. Je connais ma capacité d'être une « catalyseuse » de changement, je l'ai vu auprès de tant de femmes qui sont venues à mes formations depuis quinze ans. Il me semble que je pourrais mettre mes talents à contribution pour plus de gens, pas seulement les femmes, et venant de différentes couches sociales. Ainsi, j'ai l'appel de m'impliquer plus profondément, de pouvoir contribuer au changement social au cœur même de la société, ce qui m'est plus difficile à faire avec des formations privées. Je me sens également de plus en plus appelée à offrir de l'écoformation, de soutenir la transition importante dans laquelle nous sommes en amenant les gens à se relier à la nature.

### 1.3 PERTINENCE SOCIALE

*Des millions et des millions nous sommes à nous croire solitaires, en retrait, marginaux (...) Des millions à bouger le moins possible, à nous taire, afin de ne pas déranger le feuilleton de nos micro-fictions, en ne réclamant qu'une seule chose : la paix, la paix épaisse, soporifique.  
Éric Holder, 2018*

#### 1.3.1 Impacts de l'hypermodernité

Nous vivons dans un monde où tout va toujours très vite, celui de l'hypermodernité ou la modernité liquide comme le dit Bauman (2003, p.358), un monde qui « *a perdu son apparence d'unité et de continuité* ». Nous perdons le temps d'être ensemble, de faire un point d'appui, de réfléchir : nous nous devons d'être toujours plus performant-e-s, jusqu'au démantèlement de nos humanités, à la destruction de notre habitat et de nos liens avec la nature sous toute ses formes. Depuis l'avènement de la modernité en effet, l'idéologie « *du plus fort gagne* », si elle a revêtu plusieurs tenues comme le colonialisme, le patriarcat ou le racisme, reste toujours bien vivante. En témoignent par exemple, le refus de plusieurs pays de s'engager dans une lutte urgente aux changements climatiques ou l'augmentation des violences faites aux femmes dans plusieurs pays.

Ainsi, de nos jours, « *au niveau des féminicides, une Sud-Africaine est tuée par son partenaire toutes les huit heures* » (Joyner, Rees & Honikman, 2015). Selon l'Organisation pour la sécurité et la coopération en Europe (OSCE), 43 600 femmes et jeunes filles ont été tuées en 2012 dans le monde entier, par un compagnon, un ex-fiancé ou un membre de la famille. En 2015, Eurostat nous apprend que si le nombre d'homicides d'hommes a diminué en Europe, il est resté sensiblement pareil pour les femmes depuis 2008. En 2019, en France, selon les décomptes des administratrices de la page FB « *Féminicides par compagnon ou ex* », une femme serait tuée à tous les deux jours et parfois même à tous les jours ! Au Québec,

si les femmes sont encore les principales victimes des homicides conjugaux, ces derniers ont heureusement diminué de 50 % entre 2004 et 2013<sup>3</sup>. Par contre, lorsque l'on regarde les chiffres du Canada en 2018, même si la tendance a diminué depuis 15 ans, on apprend que tous les 2,5 jours, une femme est encore assassinée. Parmi ces femmes, 36 % sont d'origine autochtone<sup>4</sup>.

Palmieri (2016) fait état de plusieurs études qui démontrent un lien avec l'augmentation des violences faites aux femmes et le néolibéralisme. La perte de relation à soi, à l'autre, à la nature ainsi que les idéologies d'oppression sont des problèmes inhérents à la modernité et à l'hypermodernité.

### 1.3.2 Isolement et pertes de liens

*Plus ça change, plus c'est pareil  
Y'a-tu quelqu'un dans l'appareil  
Y'a-tu quelqu'un pour me parler ?  
Envoyez-moi un message privé  
Y'a-tu d'la vie dans mes amis ?  
D'la vérité sous mon clavier ?  
Y'a-tu du sang derrière l'écran ?  
Ou c'est juste du vent, c'est juste du vent ?  
Serge Fiori*

Cette réalité hypermoderne, qu'exacerbent les pressions de toutes parts, la télévision, les réseaux sociaux, les transformations de la famille et la perte de rituels et de repères communs, crée de l'isolement de plus en plus grand, et ce pour toutes les couches de la société. Selon le sociologue Marc-André Delisle (2017), entre 5 % et 15 % de la population vit un sentiment de solitude profond. Si la tendance reste stable depuis 50 ans, le sentiment de solitude occasionnel ou modéré et le temps passé seul-e a augmenté. Oui, malgré que nous sommes plus « connecté-e-s » que jamais, nous n'avons jamais été aussi isolés : « la

<sup>3</sup> <https://www.inspq.qc.ca/violence-conjugale/sources>

<sup>4</sup> <https://femicideincanada.ca/fr/propos/tendances>

*discordance entre le rapport subjectif de solitude d'un individu et le nombre déclaré ou observé de connexions dans son réseau social est bien documentée* » (Berscheid et Reis, 1998). Comme le chante Daniel Bélanger<sup>5</sup>, nous sommes six milliards « *de seuls ensemble* ».

### **1.3.3 Marginalité**

Il me semble également important de parler de marginalité : ayant évolué dans différents milieux en marge de la culture dominante, j'ai rencontré plusieurs personnes comme moi qui ne se retrouvent pas dans la société actuelle. Ces personnes magnifiques ont beaucoup à apporter, à contribuer au monde dans lequel nous vivons. Leurs singularités sont porteuses de nouvelles visions et façons de faire. Pourtant, elles restent prises dans un sentiment d'isolement et d'impuissance face aux enjeux actuels et ne savent pas quelle voie prendre pour devenir acteurs-actrices de changement. Au lieu d'honorer leur différence, ils se rabaissent parce qu'ils ne sont pas dans la norme. Ehrenberg (2010, p.13) le dit ainsi : « *ce changement de la normativité place l'individu sur une ligne qui va de la capacité à l'incapacité. Quand le curseur se rapproche de l'incapacité, l'impuissance fait apparaître toute sa culpabilité de ne pas être à la hauteur* ». Comment s'impliquer dans le changement social, quand l'on doute de soi parce qu'on ne correspond pas aux standards de plus en plus étroits de notre monde, quand les institutions publiques offrent peu d'accompagnement vers un métier ou un retour au travail qui tient compte de la singularité précieuse de la personne ? J'ai connu, au cours des années, plusieurs personnes vivant dans la précarité, sur l'aide sociale, car elles ne réussissaient pas à survivre dans ce qui leur est proposé comme métier. Ces personnes ne passaient pas leur temps devant la télévision mais donnaient de leur temps dans leurs communautés bénévolement, de par leur art, leur soutien, leurs capacités en relation d'aide, leur dévouement à leurs enfants, etc. Pourtant, sans côté entrepreneurial, comment réussir à vivre à partir de notre singularité et de nos valeurs profondes ?

---

<sup>5</sup> 2001, Dans un spoutnik, de l'album Rêver mieux

Je ne suis donc pas surprise d'apprendre qu'au Québec, il y a déjà plus de quinze ans de cela (2000), 5000 jeunes vivaient dans une sorte de micro-société autogérée dans la rue (Aubin, 2000, p.92). Et si, au lieu de tenter de « *les rentrer dans le moule* », on tentait d'entendre ce qu'ils ont à nous dire, à nous proposer? Si l'on était capable d'honorer l'expérience singulière de ces jeunes et la mettre au service du changement social? C'est ce que tentent de faire des initiatives comme le laboratoire Culture Inclusive de l'organisme Exeko<sup>6</sup> avec les personnes en situation d'exclusion. Je souhaite que ma recherche, en amenant le lecteur/la lectrice dans le monde de mon adolescence et du début de ma vie d'adulte dans des micro-sociétés marginales, puisse contribuer un tant soit peu à un peu plus de curiosité, d'intérêt et d'inclusion envers les personnes marginalisées de tous horizons.

#### **1.3.4 Urgence écologique et voies de solutions**

Manifestement, notre société n'a pas réussi à relever les défis qu'elle promettait de réussir au début de l'ère industrielle, après la Deuxième Guerre ou même dans les années 70<sup>7</sup> : la paix mondiale, la fin de la famine, des milieux de vie sains, une société de loisirs, une prospérité pour tous et toutes et j'en passe. Face à l'impasse devant laquelle nous nous trouvons, il me semble temps de faire plus de place à des visions neuves qui sortent de la boîte de ce paradigme. En effet, il est admis scientifiquement qu'il y a urgence d'agir. Comme le proposent Macy et Johnstone (2012), les catastrophes climatiques extrêmes deviennent de plus en plus fréquentes suite au réchauffement climatique. En effet, nous ne pouvons plus ignorer que les ressources essentielles à notre vie sur terre, comme l'eau potable, l'air pur, les terres cultivables et les poissons dans les océans par exemple, ne cessent de diminuer, alors que la consommation humaine ne cesse d'augmenter. Ces auteurs écrivent :

---

<sup>6</sup> <https://www.exeko.org/fr/culture-inclusive>

<sup>7</sup> <https://ici.radio-canada.ca/premiere/liste-d-ecoute/societe/41803/le-fantasme-de-la-societe-des-loisirs>



Pendant que les changements dans l'économie ont laissé quantité de gens désespérés se demander comment ils vont faire pour gérer leur budget, des trillions de dollars sont dépensés dans la fabrication de guerres. En observant tout cela, ce n'est pas surprenant si nous ressentons un profond manque de confiance dans le futur ! Nous ne pouvons maintenant plus prendre pour acquis que les ressources dont nous sommes dépendant-e-s : nourriture, pétrole et eau potable seront toujours disponibles. Nous ne pouvons plus même plus prendre pour acquis que notre civilisation survivra ou que les conditions de notre planète resteront hospitalières pour les formes de vie complexes. (Macy et Johnstone, 2012, p.1)

En même temps, nous assistons à la naissance d'une myriade d'alternatives, de communautés qui se forment et s'unissent pour tenter de créer une autre voie possible pour notre humanité, comme en fait état Abdennour Bidart (2016) dans son magnifique livre « *Les tisserands* ». Comme le dit Macy (1995), « *à travers les courants systémiques qui entrelacent notre monde, chacun-e de nous peut être le catalyseur ou le "point de basculement" par lequel de nouvelles formes de comportement peuvent se propager.* » Qu'est-ce qui fait la différence ? Et si le renouvellement de notre lien à la nature et à notre corps et la reconnaissance de nos singularités constituaient des pistes de solutions ? Et si la présence à soi nous permettait de pratiquer une réflexivité et une affectivité plus libre des conditionnements sociaux ? Et si, comme le propose Bidart, nous étions plus nombreux et nombreuses que nous le pensons à vouloir créer un monde plus humain, plus relié, où nous nous sentirions, collectivement, appartenir à la Terre et son humanité ?

La voie de l'écoféminisme spirituel et l'écospsychologie ont pu, du moins pour moi, fournir des pistes de solutions. Comprendre l'impact d'une société bâtie sur les bases du patriarcat sur notre environnement et honorer la terre comme une entité, la voir comme une Mère, vivante, consciente m'ont permis de trouver une cohérence à ma présence sur cette terre. Aussi, comprendre le lien entre la psyché et la nature m'ont fourni des inspirations de recherche et d'actions. Selon moi, après avoir imposé son hégémonie capitaliste, patriarcale et colonialiste, le monde occidental a maintenant besoin de s'ouvrir à d'autres modes de penser, d'agir et d'interagir.

## 1.4 PERTINENCE SCIENTIFIQUE

### 1.4.1 Marginalité et appartenance

La marginalité réfère à « *ce qui se situe à la périphérie de la structure sociale globale de la société* » (Zwick Monney et Grimard, 2015, p.48, Rocher, 1971). En faisant une revue des différentes publications en lien avec la marginalité sociale, j'ai été contente de rencontrer nombre de recherches sur les populations racisées marginalisées, les personnes en situation de pauvreté ou itinérantes (Soulet, 1998, Wacquant, 1996, Colombo, 2003) ou encore les populations en dehors de l'hétéronormativité. Ceci dit, une autre marginalité sociale existe : celle où l'on devient marginal parce qu'on ne se reconnaît pas dans les valeurs et représentations sociales de la société dominante. Selon Abric (2003), « *une représentation sociale est l'ensemble organisé et hiérarchisé des jugements, des attitudes et des informations qu'un groupe social donné élabore à propos d'un objet* ». À titre d'exemple, il me semble que peu de recherches existent sur les mouvements néo-hippies ou punks ou sur l'aspect social de ceux qui choisissent de se traiter avec les médecines alternatives. On n'entend jamais parler d'herboristerie à la radio et pourtant, les produits de santé naturels sont toujours en expansion dans la population canadienne. Il y a ici un paradoxe qui met en relief l'invisibilité de certains milieux et la marginalisation que cela peut créer. Zwick Monney et Grimard (2015) se demandent si la marginalité dans notre modernité liquide (Baumann, 2003) n'est pas devenue la norme, et si les personnes faisant le choix d'être en marge vivent réellement les impacts de la marginalisation.

Personnellement, j'ai vécu et je vis les impacts de cette dernière. Ce n'est pas parce que l'on se tient en marge de la société dominante, que l'on ne souhaite pas que cette dernière évolue dans un sens qui épouse nos valeurs, et enfin se sentir en faire partie. Mon mémoire traite donc de la marginalité sociale créée par une divergence de valeurs, en la mettant en lien avec le sentiment d'appartenance.

### **1.4.2 Écoféminisme spirituel : une voie d'appartenance**

L'écoféminisme spirituel a constitué pour moi une puissante voie d'appartenance. Si je n'avais pas rencontré ce paradigme, si je ne m'étais pas liée à des femmes et groupes de femmes qui partageaient cette vision du monde, je ne sais pas ce que ma vie serait devenue. Les recherches féministes françaises démontrent un intérêt grandissant pour ce champ de recherche (Larrère, 2012, Gandon, 2009, Hache, 2016, Goutal, 2018). Ceci dit, l'on voit une scission entre l'écoféminisme spirituel inspiré par les chercheuses américaines (Starhawk, 2015, Griffin, 2015, King, 1995, Tong, 2009), et la recherche écoféministe actuelle. Je crois que ce mémoire peut à la fois nourrir le champ des recherches féministes québécoises et francophones et approfondir la réflexivité sur l'impact positif d'un mouvement social, politique et/ou spirituel sur le sentiment d'appartenance et la création de liens.

### **1.4.3 La nature comme communauté d'appartenance**

Plusieurs chercheur-e-s ont fait état de leurs travaux sur l'écopsychologie (Roznak, 1995, Metzner, 1999, Shepard, 2011, Berry, 1991, LaChapelle, 1991, Macy, 1995) et l'écoformation (Pineau, 2001, Taleb, 2009, Galvani, 2005). Dans ces recherches, l'on parle de l'importance de se relier à la nature pour notre santé, à tous les niveaux, mais aussi de l'impact dans notre psyché de la séparation d'avec notre territoire naturel. D'ailleurs, les récentes recherches parlent d'écoanxiété, reliée à la crainte des impacts de la crise écologique actuelle (Pihkala, 2018, Kelly, 2017).

Je crois que le sentiment de séparation que je vis dépasse les contours de mon existence et que cette recherche peut nourrir le champ de l'écopsychologie et de l'écoformation, de par cette vision qui transparait tout au long du mémoire. De plus, mon expérience personnelle peut contribuer à démontrer la pertinence de l'importance de la nature pour l'humain en situation de crise. En effet, comme il en sera question dans mon auto-ethnographie, la nature a joué un rôle fondamental dans ma résilience aux épreuves que j'ai vécues, constituant une amie avec laquelle je pouvais me relier en tout temps, et m'y sentir appartenir. Si plusieurs

recherches américaines démontrent le potentiel thérapeutique de la nature (Buzzell et Chalquist, 2009, Berger et McLeod, 2006, Davis, 2011), peu de recherches qualitatives existent en lien avec cette question de l'appartenance au cœur de la nature.

## 1.5 ORIGINALITÉ DE CETTE RECHERCHE

### 1.5.1 Créer un tissage des multiples influences

En 2018, nos sociétés sont mondialisées et métissées, pour le meilleur (échanges culturels) ou pour le pire (impacts coloniaux de la mondialisation). Que ce soit au niveau musical, alimentaire, social, religieux ou politique, nous subissons de multiples « influences ». Ce mot, selon Motte et Pirenne-Delforge (1994, p.12), « évoque très généralement l'action matérielle, morale ou intellectuelle qu'un agent ou un groupe exerce sur autrui, considéré individuellement ou collectivement, et qui entraîne chez lui une altération. ». En premier lieu, je viens d'une histoire complexe de migration, de métissage et de rencontres interculturelles (lignées juives, mi'gmaqs, italiennes, acadiennes, influences anglophones et francophones), fondues dans une socialisation radicalement québécoise.

En second lieu, j'ai emprunté de multiples chemins hors des sentiers battus, qui ont forgé mes façons d'être, de voir le monde et de vivre. Il est possible que, comme plusieurs autres personnes vivant les mêmes enjeux, ma problématique d'appartenance, de non-reliance et de marginalité a à voir avec le fait que je n'ai pas encore une forme qui pourrait contenir toutes mes influences. Cette recherche tente de m'offrir un contenant qui me permettra de faire un bilan et de mettre de la cohérence sur mon itinéraire plutôt éclectique. Si j'y arrive, ma démarche de formation et de recherche ainsi que mes résultats, pourraient inspirer des jeunes ou des moins jeunes, aux prises avec des enjeux et réalités similaires.

### 1.5.2 Appartenance mi'gmaq et chemin rouge

Les questions d'appropriation culturelle sont, avec raison, au cœur des réflexions de nos sociétés actuelles (Hamidi, Leroux & Ross-Tremblay, 2018, Aldred, 2000). Ces réflexions, qu'on peut notamment palper dans les textes de la revue *Liberté* « *Premiers Peuples : cartographie d'une libération* » (2018) et dans plusieurs articles de revues et forums autochtones, se sont approfondies lors de ma formation en ligne sur le colonialisme « *Before we were white* », m'amenant à vivre une remise en question de mon droit à suivre et vivre des enseignements issus de la sagesse des Premières Nations et à offrir à mes communautés des espaces issus de ces pratiques, tout comme le fait de me faire appeler « femme-médecine » par les personnes de mes communautés. Étant métissée Mi'gmaq mais de socialisation euro-centrée, j'ai voulu faire de ma recherche une occasion de réfléchir à la légitimité de mes pratiques, ouvertement. En questionnant les *ancien-ne-s* de quelques nations et des auteur-e-s des Premières Nations pour accompagner ma réflexion, j'ai tenté de faire avancer un tant soit peu la recherche sur ces questions. Au départ, ma recherche m'a amenée sur les pistes de mon appartenance mi'gmaq. J'aimerais faire état de mon parcours et de mes questionnements ici.

Je me suis engagée dans la voie de la Danse de la Lune en 2009, dans la loge de danse Ollintlahuimeztli, à Teotihuacan, au Mexique. La Danse de la Lune serait la renaissance d'anciennes pratiques spirituelles du peuple aztèque. Elle utilise principalement, comme voies de relation à soi, à la communauté et à l'Esprit, le jeûne, la suerie, la danse, le chant, la prière et les plantes sacrées comme le tabac. Au fil des quatre premières années de mon engagement dans la danse, j'ai reçu des enseignements, réappris l'art de la prière, dansé pour toutes mes relations et été initiée aux « *Temascal*<sup>8</sup> » de la tradition mexica, par les grands-mères présentes. J'ai reçu la permission, à ma quatrième année de danse, de verser l'eau sur les pierres, par ma grand-mère Malinali, puis au fil des années, reçu des bénédictions d'autres

---

<sup>8</sup> Huttes de sudation mexicaines

grands-mères. Dans la danse de la lune, lorsqu'on termine nos quatre ans, l'on devient, en accordance avec la bénédiction des grands-mères et si l'on s'y sent prête, porteuse de pipe sacrée. Avec cette pipe, l'on devra prier pour toutes nos relations de façon régulière et lorsqu'on nous le demande. Par le fait même, selon cette tradition, l'on s'engage également à offrir nos médecines pour nos communautés et à dévouer notre vie au service des autres. Depuis ce temps, je continue sur ce « chemin de la lune » tissé de prières, de chants et de danses et mon engagement s'approfondit d'année en année. Je marche mon chemin de pèlerine du chemin rouge, pas après pas, parfois maladroitement, mais en tentant du mieux que je peux d'offrir mes médecines au service de la Terre et de ses habitant-e-s. Il m'est important de préciser ici que j'ai la bénédiction de plusieurs grands-mères pour faire mon travail et je n'ai jamais demandé d'argent personnel pour des cérémonies.

Ceci étant dit, je vis une dualité entre le travail que je fais dans mes communautés ainsi que dans la cérémonie de la Danse de la Lune qui est en accord avec mon ressenti, et la conscience de l'importance des enjeux politiques et humains des Premières Nations. Je souhaite sincèrement faire ce qui est le plus éthique pour la paix, le changement de conscience et la protection de la Terre, tout en suivant mon propre chemin de pèlerine. Mes ancêtres mi'gmaq, les Benoît (Benwah), viennent de ce qui est aujourd'hui appelé Terre-Neuve. La Vie n'a pas cessé de mettre sur mon chemin des pierres de gué me menant à mes racines autochtones et je me suis engagée consciemment dans le chemin rouge<sup>9</sup> il y a plus de dix ans maintenant. Ceci dit, il reste que je suis blanche de peau et de socialisation. Je suis née chez les « Blancs », j'ai grandi chez les Blancs, j'ai été élevée à la manière des Blancs. Et si ma communauté spirituelle est celle de la danse de la lune, je n'ai pas encore, même si je la rêve, de communauté d'appartenance mi'gmaq affiliée à mes ancêtres. En ce sens, je me sens apatride, doublement orpheline et séparée entre le désir de suivre les élans de mon cœur et celui de ne pas empirer les choses au niveau de l'appropriation culturelle. Je souhaite dans

---

<sup>9</sup> Nom pour les voies spirituelles autochtones qui, par des pratiques semblables à celles décrites ici, relie le corps à l'Esprit.

cette recherche avoir la clarté afin de marcher le chemin qui est le plus juste pour moi et pour toutes mes relations.

Si plusieurs auteur-e-s (Green, 1988, Aldred, 2000, Wallis, 2003, Clifton et al, 2017) font état des « *plastic chaman* » et des « *wannabe Indians* » et de leur nuisance pour les communautés autochtones, je ne crois pas qu'une situation similaire à la mienne ait été traitée ouvertement dans des recherches sociales. Ainsi, j'espère humblement contribuer à la fois à la recherche et aux personnes qui vivent les mêmes questionnements, ainsi qu'instaurer un dialogue interculturel autour de ces questions.

## **1.6 QUESTION DE RECHERCHE**

En quoi une démarche de recherche d'inspiration auto-ethnographique peut me permettre d'assumer ma pratique de femme-médecine et d'accompagner ma quête d'appartenance ?

## **1.7 OBJECTIFS DE RECHERCHE**

– Identifier à partir des données auto-ethnographiques produites dans le cadre de cette recherche, les traces et les conditions d'émergence de ma quête d'appartenance.

– Extraire de mon parcours de vie les influences et les pierres de gué qui ont participé à la mise au monde de la femme-médecine que je deviens.

– Comprendre à partir d'une analyse de mes pratiques relationnelles, les voies de passage qui permettent de passer de la séparation au sentiment de reliance et d'appartenance.





## CHAPITRE 2 - UNIVERS CONCEPTUEL

Ce chapitre présentera le cadre théorique avec lequel j'ai produit et analysé mes données, tout au long de cette recherche. Nous y retrouverons le thème de l'appartenance exploré sous toutes ses coutures, la situation de l'hypermodernité, une introduction à la pensée féministe et une exploration des écoféminismes. Nous verrons également l'écopsychologie, les spiritualités centrées sur la terre et les spiritualités autochtones. Le choix des mots univers conceptuel plutôt que de cadre conceptuel n'est pas anodin. Il s'agira, dans ce chapitre, de développer d'une façon plus intuitive et exploratoire certains des concepts et angles de vue de ce mémoire.

### 2.1 HYPERMODERNITE

L'hypermodernité, l'époque dans laquelle nous nous trouvons, serait pour Barus-Michel (2006, p.240) « *un ensemble de représentations et de comportements qui découleraient d'une exaspération et d'un emballement de la modernité* ». L'hypermodernité impliquerait une présence amplifiée des caractéristiques de la modernité, à savoir la rupture du passé, la transformation de l'espace-temps, la survalorisation de l'individualité, la quête de soi, la recherche de jouissance ainsi que la promotion de l'économie de marché et du développement technoscientifique. D'après Aubert (2006, p.2), l'hypermodernité « *est une notion qui désigne le trop, l'excès, l'au-delà d'une norme ou d'un cadre. Elle implique une connotation de dépassement constant, de maximum, de situation limite* ». Pour mieux comprendre le concept d'hypermodernité, il importe de tenter de cerner ce qu'est la modernité.

### 2.1.1 La modernité et ses malaises

La modernité est une notion auto-référentielle et floue, qui ne se pose qu'en s'opposant à la notion de tradition (Akoun, 1995). Mot apparu au 19<sup>e</sup> siècle sous la plume de Gauthier et de Baudelaire, la modernité est selon Malherbe (1997), un paradigme né du Discours de la méthode de Descartes.

Selon cet auteur :

Ce style de pensée est sous-tendu par trois croyances qui restent souvent dans l'ombre, soit la foi dans le progrès humain par les Lumières de la raison, ensuite, la foi dans la maîtrise universelle (« devenir seigneurs et maîtres de la nature », disait Descartes) au service de l'émancipation démocratique des peuples, et la foi en un avenir nécessairement meilleur que le temps présent. (Malherbe, 1997, pp. 11-12).

La modernité émerge lors de bouleversements profonds de l'organisation économique et sociale à l'époque de la Renaissance en Europe. Elle évoque globalement une évolution historique et un changement de mentalité, en s'opposant à la tradition qui prévalait dans les cultures antérieures (Baudrillard, 1985, Charles, 2007). Pour Charles (2007, p.16-17), quatre principes définissent la modernité : la valorisation de l'individu, la valorisation de la démocratie, la promotion du marché et le développement technoscientifique. Ce paradigme révolutionnera peu à peu les mœurs, le mode de vie et la quotidienneté, dans tous les domaines. C'est ainsi qu'au siècle des Lumières, le concept de la modernité sera suivi par celui de progrès et deviendra ainsi une idéologie qui sera à son tour liée à l'idée « *de l'utopie, de la justice, du progrès technologique, de l'égalité et du lien social.* » (Lenoux, 2004, p.4).

En premier lieu, il est important de se rappeler que si la modernité avait une visée émancipatrice pour l'Europe occidentale, elle a légitimé l'esclavage, le colonialisme, la soumission de tous les peuples jugés primitifs et barbares ainsi que des femmes, au nom des découvertes technoscientifiques, des conquêtes et de la supposée libération humaniste de l'individu (Dussel, 1997, Nicolau, 2014, Palmieri, 2017).

En second lieu, malgré les acquis de la civilisation, les limites de cette manière de voir et de vivre produiront assez vite ce que Charles Taylor (1991) appellera *les malaises de la modernité*. Dans la lignée de cette pensée, Léger (2006, p.26) présente trois caractéristiques essentielles de ce malaise, à savoir « *la primauté de la raison instrumentale, l'individualisme et la perte de liberté* ».

Selon Taylor (1991, p.11), parler de malaise de la modernité, c'est accepter de regarder en face les éléments de la culture et de la société moderne que l'on peut percevoir comme « *un recul ou une décadence, en dépit du "progrès" de notre civilisation* ». D'après le même auteur, la conquête de notre liberté moderne s'est réalisée en créant une coupure avec nos anciens horizons moraux. En effet, nos ancêtres avaient la conviction de faire partie d'un ordre cosmique, « *d'une grande chaîne des êtres* » (Taylor, 1991, p.13) qui cadrerait leur existence et lui donnait un sens. Ainsi, l'individualisme moderne aura des conséquences importantes en créant une forme de « *repliement sur soi, qui aplatit et rétrécit nos vies, qui en appauvrit le sens et nous éloigne du souci des autres et de la société* » (1991, p.15). En aval de cette forme aliénante de l'individualisme héritée de la modernité, la primauté de la raison instrumentale a eu comme effet de créer une culture qui ne mise que sur l'efficacité et la productivité tout en dépouillant notre vie sociale et culturelle de sa structure sacrée.

Ainsi, comme le souligne Léger (2006, p.27) à la suite de Taylor (1991, p.16), lorsque les créatures avec lesquelles nous cohabitons sur cette planète perdent la signification que leur assignait leur place dans la grande chaîne des êtres : « *elles se dégradent en matières premières ou en moyens assujettis à nos fins* ». Dans cette perspective, comme le précise Peron (1992), les collectivités sont entrées dans un monde dans lequel tout est dominé par l'économique, tout est devenu problème technique à résoudre et rien n'est questionné éthiquement, car « *la rationalité technique ne réside pas dans l'intelligence du pourquoi des choses, mais dans l'élucidation de leur comment* » (Peron, 1992, p.11). Dans ce contexte, nous constatons avec Taylor (1991) et Léger (2006) que ce sont nos libertés qui reculent, car même si nous ne sommes plus dans un système basé sur la terreur et l'oppression, l'absence de réflexion citoyenne individuelle et collective a progressivement fait perdre du terrain à

notre liberté politique et à notre dignité citoyenne. L'individualisme et la raison instrumentale ont donc fait sensiblement reculer cette liberté au nom de laquelle nous avons pourtant rompu avec les anciens horizons moraux (Léger, 2006).

### **2.1.2 De la postmodernité à l'hypermodernité**

La postmodernité est une notion de prime abord esthétique. Elle est apparue au début des années 1960 et aurait duré plus ou moins jusqu'aux années 1980. Ces deux décennies ont constitué en Occident un moment historique, dans la mesure où l'on commence à voir les structures d'encadrement social et spirituel s'effondrer pour laisser place à l'individualisme et à la consommation de masse. Pour Aubert (2006), le sujet postmoderne et néolibéral se préoccupe principalement de sa propre jouissance, de son propre bien-être. Ainsi assiste-t-on à l'avènement de ce que Lipovetsky (1983) appelle un néo-libéralisme de type narcissique. Un effondrement des structures marquera une rupture avec les idées selon lesquelles le progrès, les découvertes scientifiques et la rationalisation du monde émanciperaient l'humanité. Glissant (2011) abonde dans le même sens lorsqu'il affirme avec force que les certitudes du rationalisme n'opèrent plus, la pensée dialectique a échoué, le pragmatisme ne suffit plus, les vieilles pensées de systèmes ne peuvent plus comprendre le chaos-monde.

La pensée postmoderne tentera, autant que faire se peut, de surmonter le désenchantement du monde résultant de la modernité, mais n'y parviendra pas de façon satisfaisante. En effet, face à la dégradation des repères culturels et religieux et à l'échec des utopies révolutionnaires que portait la modernité, les sciences humaines et sociales sont mises devant l'évidence d'une prise de conscience anxiogène de multiples problèmes socioculturels, économiques, environnementaux et sanitaires. Le concept de post-modernité devenant alors dépassé, différents auteurs ont tenté de nommer autrement cette exacerbation de la modernité. Charles (2007) et Aubert (2006) parlent de l'hypermodernité pour nommer ce phénomène de la « *modernité de la modernité* ». Dans la même perspective, Giddens (1991, 2013) utilise le terme de « *méta-modernité* », comme d'autres choisissent la notion de « *modernité réflexive* » (Beck, Bonss, et Lau, 2003) ou de « *modernité liquide* » (Bauman,

2006). Plus tard, Glissant tentera de nommer la même réalité en parlant du « *chaos-monde* » (Glissant, 2011).

### 2.1.3 Le prix de l'hypermodernité

*On a créé un monde parallèle à qui on a donné un credo – la modernité comme fait religieux.*

*Pierre Rabhi, 2014*

L'hypermodernité crée des changements dans le collectif comme pour les individus, que ce soit en ce qui a trait au climat social d'incertitude et d'anxiété, aux technologies de l'information ou à la démocratisation des rapports sociaux, de l'intimité et de l'amour, par exemple (Genest-Dufault, 2013, Charles, 2007). Dans l'hypermodernité, la « *désagrégation du monde de la tradition* » (Charles, 2007, p.20) est vécue comme une crispation et non comme une émancipation.

La mutation de notre rapport au temps est l'un des effets les plus importants de nos sociétés hypermodernes. Ainsi, nous vivons dans une sorte de dictature du temps réel imposée par le fonctionnement de l'économie de marché et des nouvelles technologies de l'information, qui font en sorte que tout se passe toujours instantanément. De ce fait découlent selon Aubert (2006), trois façons de vivre notre rapport au temps : l'instantanéité, l'urgence et l'immédiateté. La pression du temps sur les individus crée une sensation d'urgence constante qui exige des réponses immédiates en permanence. Ainsi se crée ce que cette auteure appelle une « *société du présent immédiat* », où même l'espace-temps devient mondialisé. Aujourd'hui, l'humain veut exercer sa domination sur le temps, le maîtriser, comme un « *aboutissement ultime de la logique capitaliste pour laquelle "le temps, c'est de l'argent" et qui s'est traduite par une accélération de plus en plus forcée.* » (Aubert, 2006, p.3). Cette logique urgentiste crée une sorte de violence voire même de tyrannie, dans laquelle l'humain ne sait plus différencier l'urgent de l'important et se trouve forcé à

accomplir de plus en plus de choses, en moins en moins de temps – et donc de moins en moins bien. (Laïdi, 1999).

Cette façon de vivre transformera complètement les rapports à soi et aux autres (Aubert, 2006, Lasch, 1995, Bauman, 2005). En premier lieu, le rapport à soi placera l'individu face à une liberté de réfléchir sa vie, créant ainsi une *fatigue d'être soi* (Ehrenberg, 1998). Ehrenberg (2010) fait remarquer que dans nos sociétés anciennes, la question que nous nous posions était : « *que m'est-il permis de faire ?* », tandis que maintenant nous nous demandons plutôt : « *suis-je capable de le faire ?* » (Ehrenberg, 2010, p.13). Cette question résume bien *le rêve américain* et la culture de la méritocratie qui est son corolaire et qui entretient la croyance selon laquelle : « *si on le veut, on le peut* », assertion qui n'est pas sans générer une angoisse existentielle chez ceux et celles qui y croient. Une idéologie qui crée facilement le sentiment d'impuissance, de ne pas être à la hauteur de sa vie et de ses aspirations, ainsi qu'un sentiment de culpabilité et une détresse psychique.

En second lieu, le rapport à soi sera marqué par l'excès et le désir de faire entrer le plus possible d'aspirations, d'idéaux et de sensations dans le présent immédiat (Aubert, 2006). L'hypermodernité incitera l'individu à rechercher les plaisirs – principalement à travers la consommation de biens et de loisirs – tout en lui demandant d'être responsable et hyper-efficace, générant de ce fait une fébrilité constante. Ainsi, la société d'hyperconsommation, au cœur de l'hypermodernité, multipliera les jouissances privées sans toutefois faire progresser le vrai bonheur, comme le montre l'utilisation toujours croissante d'antidépresseurs et d'anxiolytiques dans les sociétés occidentales (Lipovetsky, 2004).

Le rapport aux autres quant à lui, sera marqué par une éphémérité des liens, l'effritement des valeurs d'engagement et de loyauté et une dissolution de la famille, créant des personnalités désengagées (Lash, 2000). Dans la même lignée, Bauman (2003) affirme que cette « *tendance globale à démanteler, déréguler et dissiper* » (2003, p.357) agit sur les cadres autrefois solides et durables dans lesquels s'inscrivaient les vies des individus, faisant en sorte que les liens intimes et sociaux deviennent extrêmement précaires.

Pour terminer, De Gaulejac (2006, p.129) abonde dans le même sens que tous ces auteurs en précisant que dans l'hypermodernité, « *les effets pervers ont submergé les bienfaits attendus* ».

## 2.2 ÉCOPSYCHOLOGIE

*Les frémissantes palpitations de la vie dans l'être humain sont à l'unisson des gigantesques palpitations de la vie dans l'Univers.*  
Luc Bureau

L'écopsychologie est un champ de recherche qui relie l'écologie à la psychologie. Le terme *écopsychologie* naît en 1990 d'une rencontre entre Roznak, Kanner et Gomes (Mazure, 1997) qui tentaient de faire des liens entre la science de l'écologie et les sciences humaines. Selon eux, il manquait une analyse psychologique au comportement destructeur des humains vis-à-vis leur propre environnement, notre terre, tout comme il manquait le rapport à la nature dans la pensée des sciences humaines, ces dernières se concentrant sur le rapport à soi ou de soi aux autres. Roznak (2001) définit l'écopsychologie comme une synthèse entre la psychologie et l'écologie, l'étude de notre lien affectif avec la terre, la recherche de paramètres d'évaluation de la santé mentale basée l'environnement et ainsi l'application des perceptions écologiques à la pratique de la psychothérapie, pour redéfinir la santé mentale en incluant le bien-être de la planète.

Selon cet auteur (1995), il existerait un lien entre les blessures que vivent les humains et celles « qu'ils infligent » à la terre. Il y aurait donc une relation à retisser entre les deux pour la guérison de leurs blessures mutuelles et la création d'un monde plus sain. Voyons maintenant comment s'articule l'écopsychologie dans la psychologie et en quoi elle constitue un changement radical de paradigme, surtout dans les cultures euro-centrées.

### 2.2.1 Psychopathologies de la séparation d'avec la nature

*Nous pouvons interpréter nos transactions avec l'environnement naturel – la manière dont nous usons ou abusons de la planète – comme des projections de nos besoins et désirs inconscients.*

*Theodore Roznak*

Plusieurs chercheur-e-s (Metzner, 1999, Shepard, 2011, Lachapelle, 1992, Cushman, 1990, 2002) ont pointé l'influence de cette séparation d'avec la Terre dans les déséquilibres de la psyché, que ce soit dans les fixations développementales ou dans des psychopathologies comme l'autisme, le narcissisme ou les addictions. En revisitant le concept freudien de dissociation entre le ça (l'instinct) et le moi (la personnalité), Metzner (1999) affirme que ce concept est une survivance de la dualité catholique entre le corps et l'esprit et que cette séparation contribue à la déconnexion des humains face à la nature. Il lui semble que les plus hautes valeurs et nobles idéaux des humains et même le sens de leur propre valeur, sont profondément associés à un sentiment de devoir se séparer de la nature et la dominer. Il postule ainsi que si l'on se sent séparé-e de notre propre nature (notre corps, notre instinct, nos sensations), il y a lieu de penser que nous projeterons ce sentiment à l'extérieur, jusqu'à se sentir séparé-e de la nature dans laquelle nous vivons. Selon cet auteur, le fait de ne pas se sentir relié-e à la terre et de la détruire serait en soi une pathologie généralisée de notre époque.

Ainsi, se différenciant de la psychologie traditionnelle qui se limite aux mécanismes intrapsychiques ou à la systémique familiale, l'écopsychologie croit que la psyché reste reliée au territoire. Il y aurait par conséquent, un inconscient collectif<sup>10</sup> de la planète sur laquelle

---

<sup>10</sup> La notion d'inconscient collectif, créée par Carl Gustav Jung, appartient à la psychologie analytique. Selon Taleb (2012), lorsqu'on approfondit l'œuvre de Jung, l'on comprend que ce dernier concevait cet inconscient collectif comme celui de tout le monde vivant et pas seulement des humains.



nous vivons. Roznak et Hillman (1995) parleront ainsi d'un « *inconscient écologique* » qui agit à notre insu et que nous pouvons analyser pour nous comprendre nous-mêmes. Je me permets ici de faire le lien avec la pensée de Berlet (2005), pour qui l'inconscient collectif de l'humanité porterait un profond désespoir. Pointant lui aussi le rationalisme moderne comme responsable du « *processus du désenchantement du monde* » (2005, p.210), Berlet pense que cet inconscient amènerait l'humain à se résigner et à programmer lui-même son extinction ! Comme Roznak et Metzner, Pineau (2005) propose l'idée d'un inconscient écologique de l'humanité, qui doit être conscientisé pour développer une relation de réciprocité avec la Nature vivante.

### 2.2.2 Théories de l'écopsychologie

*Chaque fois que l'homme blanc vient au nord ou vient sur notre terre et se met à la déchirer, c'est comme s'il coupait ma propre chair, car c'est ainsi que nous nous sentons vis-à-vis notre terre. Elle est notre chair.*  
Georgina Tobac

Les écopsychologues dénoncent l'anthropocentrisme de l'humanité comme responsable de la crise écologique. Depuis la modernité, la culture occidentale a instrumentalisé la terre, qu'elle considère comme « *pourvoyeuse de ressources* » (Taleb, 2012) : plutôt que de faire partie d'elle, nous nous servons d'elle comme garde-manger, réservoir de richesses, dépotoir et ainsi de suite.

Taleb (2012, p.1) le formule ainsi :

C'est précisément parce que la pensée occidentale a perdu, avec l'avènement du dualisme cartésien (...) le contact avec cette Âme cosmique, mise au placard des vieilleries antiques, que le monde s'est littéralement transformé ; cosmos vivant, il est devenu espace-temps désenchanté.

Le paradigme à l'œuvre dans l'écopsychologie est que non seulement nous faisons partie de la nature, ce que la modernité et le scientisme<sup>11</sup> ont pu nous faire oublier, mais elle fait également partie de nous biologiquement et ontologiquement, dans la psyché, dans le cœur de notre intériorité. En ce sens, certains chercheur-e-s de l'écopsychologie vont rejoindre la pensée de l'écologie *profonde* (Deep Ecology), fondée par le philosophe Arne Naess en 1973 (Fox, 1995). Ici, le mot *profond* est utilisé dans le sens de se questionner plus profondément sur notre relation avec le monde qui nous entoure, afin de transformer notre tendance anthropocentriste en un fonctionnement « *écocentriste* », soit centré sur l'environnement au lieu d'être centré sur nous. Ensuite, et c'est ce qui définit particulièrement le mouvement de l'écologie profonde, Naess (1973) parle de l'importance d'une relation intime à la nature, d'un travail de développement transpersonnel. Selon ce dernier (1992), c'est en vivant cette relation intime que nous en venons à ressentir le sens de communauté avec notre environnement. De cette relation intime naîtrait naturellement la pratique de la non-violence. L'écologie profonde a été souvent critiquée par la communauté scientifique de par sa vision trop « romantique » de la nature, qui serait déconnectée d'avec la réalité. Pourtant, la pensée d'une intimité avec la nature me semble commune à plusieurs mouvements satellites à l'écopsychologie et ne peut qu'avoir du sens lorsqu'on observe ce qu'ont donné quelques siècles de séparation d'avec elle.

Macy (2010), quant à elle, s'inspire de ses travaux sur l'approche systémique pour créer « *le Travail qui relie* » (2014), un cadre théorique transdisciplinaire qui vise le changement social dans la lignée de l'écologie profonde. Pour Macy (2012), c'est le fait de ne pas oser prendre conscience de notre désespoir devant l'état du monde et de perpétuer « *un non-dit à l'intérieur de notre esprit* » (p.1) qui nous maintient dans un immobilisme. Selon cette auteure, trois scénarios se déroulent simultanément pour notre humanité : celui du « *Business as Usual* » (comme d'habitude), soit la glorification de l'économie aux dépens de la vie, celui du « *Great Unraveling* » (la grande catastrophe), soit la prise de conscience de la catastrophe

---

<sup>11</sup> Le scientisme est une idéologie dérivée des Lumières et de la pensée positiviste, selon laquelle la connaissance technoscientifique est la connaissance absolue et la réponse à tous les enjeux de l'humanité.

écologique qui peut nous mener à l'extinction et celui du « *Great Turning* » (la grande transformation), dans lequel les individus conscients du danger du deuxième scénario, se mettent à l'œuvre pour créer un changement de conscience global. (Macy, 2012, p.14). Le *Travail qui relie* serait une mise en action du troisième scénario. Cette méthode porte comme postulats que le monde est vivant, nous en faisons partie et il fait partie de nous, comme le propose l'écopsychologie. Ensuite, elle suggère que notre vraie nature est compassionnelle et que vu notre interconnexion avec tous les êtres, il est tout à fait possible que nous éprouvions une douleur pour le monde. Pour Macy (2012), l'expérience de cette douleur ainsi que son expression sont nécessaires à ce qu'elle appelle le *déblocage*, qui est la reconnexion de l'humain avec la terre. C'est ce qui explique la lenteur des prises de conscience en lien avec la crise écologique : la reconnexion nécessite plus qu'une validation intellectuelle des réalités environnementales, elle nécessite un ressenti. Pour elle, lorsque nous honorons enfin cette douleur, nous faisons l'expérience d'une clarté mentale qui nous permet d'avoir accès au désir d'agir pour les êtres de tous les règnes et à des solutions insoupçonnées. Macy (2012) propose donc le processus de « *la spirale qui relie* », qu'elle nomme également « *pratique de l'espoir actif* » (p.37), comme outil de travail pour parvenir à cette reconnexion.

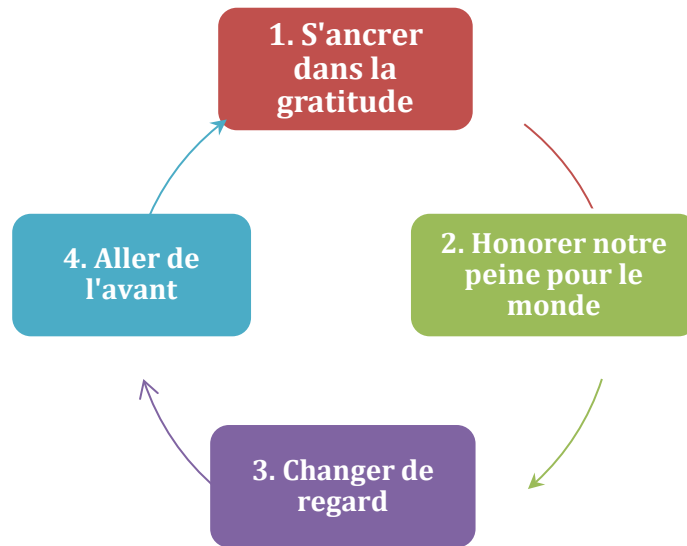


Figure 2 - La spirale qui relie de Macy

### 2.2.3 Auto-éco-formation et écopsychosociologie

*Je sais qui je suis  
Je sais dire le mot Terre  
Je sais dire le mot Peuple  
Natacha Kanapé Fontaine*

Parmi les mouvements satellites à l'écopsychologie, citons l'écoformation de Gaston Pineau (1992). Pour cet auteur, la formation ne peut se faire sans un apprentissage d'une relation avec ce qu'il appelle « *la Nature vivante* ». Ainsi, l'écoformation veut « *affiner une sensibilisation écologique permanente* » (Pineau, 2001, pp.18-19) dans un monde où cette dernière est « *peu conscientisée et parfois même niée et ridiculisée* ».

Galvani (2001) nommera quant à lui l'importance de la transformation de notre rapport personnel à l'environnement pour faire face aux défis écologiques. Dans le but de développer les compétences éco-psycho-sociales qu'il définit comme l'ensemble des facultés permettant

de vivre des relations harmonieuses entre soi, les autres et l'environnement, ce chercheur développera différents projets de recherche-formation par l'environnement, souvent en dialogue avec des formateurs et formatrices autochtones. Dans ces projets, les participant-e-s expérimenteront une immersion dans des situations intenses d'écoformation, dans lesquelles ils et elles seront amené-e-s à explorer et décrire les résonances symboliques de l'expérience vécue.

Dans cet exemple, l'écopsychologie se trouve intégrée aux sciences de l'éducation, à la culture autochtone et à la psychosociologie, donnant naissance à ce que Galvani (2018) appellera l'auto-éco-socio-formation. L'auteur conçoit cette dernière comme une boucle d'intégration des influences formatrices de l'environnement culturel et naturel ainsi que de nos interactions et relations avec ce dernier. Il dira que « *l'approche écosystémique permet de penser la formation comme un couplage entre la personne et l'environnement socio-historique et physico-cosmique* » (2018, p.61). Ce chercheur propose ainsi de passer de l'inconscient écologique dominant dans le monde technico-économique à un « *soi écologique issu d'un nouveau paradigme éco-relationnel* » (p.61).

En somme, les différents courants qui ont émergé de l'écopsychologie s'insèrent dans un paradigme qui tente de recréer des relations égalitaires entre l'humain et tous les êtres vivants. Ils constituent un vaste champ d'étude qui permet la rencontre interculturelle des spiritualités centrées sur la terre et de différentes sciences humaines et naturelles telles que la psychologie, la sociologie, l'anthropologie et les sciences de l'environnement. Ces courants de pensée trouvent des applications dans différents champs de pratique et de recherche. Ils semblent constituer une réponse viable aux dérives de l'hypermodernité ainsi qu'aux différentes crises écologiques et humaines actuelles.

## 2.3 SPIRITUALITES AUTOCHTONES ET MEDECINES

*Tu vas marcher aussi loin que le caribou  
qui te nourrit  
C'est tout simple la vie finalement  
Quand tu écoutes la terre  
Joséphine Bacon*

### 2.3.1 Comprendre les spiritualités centrées sur la Terre

L'épistémologie qui sous-tend les paradigmes de l'écopsychologie et de l'écologie profonde proviennent, à différents degrés, de l'influence des spiritualités centrées sur la *Terre*. Ici, la Terre est vue comme une entité sacrée et c'est pourquoi j'utilise le T majuscule dans ce mémoire comme dans ma vie, ce que je ferai à partir de maintenant si le contexte s'y prête. Pour plusieurs des chercheur-e-s appartenant au courant de recherche en écopsychologie ou en écologie radicale, il nous est possible « *d'écouter le territoire* » et « *d'entendre ses voix sacrées* »<sup>12</sup> (Taylor, 2001, p.184). Dans cette lignée, le poète Gary Snyder (1993) proposait de s'ouvrir à une « *communication animiste* » entre les espèces, pour favoriser des liens plus sains entre la nature et les humains, soit un dialogue entre différents règnes de la nature dans des formes autres que par les mots, qui me semble être vécu et sous-entendu dans différentes spiritualités centrées sur la terre.

Pour Hubert Reeves (2015, p.33), « *il s'agit là d'identifier Dieu à la nature, à ce qui nous dépasse* ». Les spiritualités centrées sur la Terre impliquent une foi en ce quelque chose qui animerait la plus lointaine étoile et le plus petit brin d'herbe et qui serait également en nous, humains. Elles impliquent également, parfois, des croyances au monde des esprits, qu'ils soient ceux de la nature, du territoire ou des ancêtres. Selon Kanapé Fontaine (2019<sup>13</sup>),

---

<sup>12</sup> Traduction.

<sup>13</sup> Phrase déclarée lors de l'évènement « Femmes, Poésies, Alliances et Résistances » dans le cadre du mois de l'histoire des Noirs à Rimouski.

« *l'humain est plein quand il se connecte, quand il réapprend à reconnaître les interactions avec tout ce qui l'entoure* ». Si les spiritualités centrées sur la Terre sont les spiritualités premières de l'humanité, elles sont aujourd'hui plus pertinentes que jamais. Elles semblent avoir existé partout sur la Terre, même en Europe (Metzner, 2001, Haarmann et Marler, 2011, Gimbutas et Marler, 1991, Chadwick et Ross, 1997). Il semble que nos ancêtres honoraient le Vivant et se soient basés sur la Terre, ses cycles, ses saisons, tout comme sur l'univers et ce qu'ils percevaient et connaissaient de ses mouvements cosmiques, pour bâtir leurs cosmogonies et leurs enseignements de sagesse. C'est ainsi que toutes les spiritualités du monde qui honorent la nature et tous ses règnes sont considérées comme des spiritualités centrées sur la Terre.

### 2.3.2 Spiritualités autochtones et enjeux éthiques

*Nous sommes l'arbre de la forêt, l'herbe de la Terre.*

*Nous sommes le tonnerre de grandes rivières et le fleuve du pays.*

*Ma patience est mon courage.*

*Ma mémoire est le chant de ma résistance,  
Mon sang est la déchirure de cette Terre !*

*Sioui Durand*

Puisque les spiritualités autochtones sont présentes au cœur de ma vie et dans cette recherche, il m'a semblé pertinent d'effleurer humblement ici, la compréhension que j'en ai. Premièrement, il est important de rappeler que ces spiritualités, malgré une apparente homogénéité des systèmes de références, prophéties et enseignements, s'expriment toutes différemment dans les Amériques. De plus, les traditions ne sont pas statiques : le Mawiomi Mi'gmawei de Gespe'gewa'gi (2018) fait remarquer que « *dans le monde mi'gmaq, la plupart des choses sont des êtres et chaque être subit des transformations constantes* ». Ainsi, de tous les temps, différents échanges culturels ont eu lieu entre les différentes nations de

l'Île de la Tortue<sup>14</sup>. Plus récemment, dans les années soixante, les cérémonies de la hutte de sudation, de la pipe sacrée ou de la danse du soleil, par exemple, se sont diffusées plus largement lors du « *pan-amérindianisme* », mais nombre de ces cérémonies proviennent au départ des traditions Lakota. L'adoption de ces pratiques, bien qu'elles aient possiblement contribué à l'oubli ou la marginalisation des traditions premières de certaines nations, comme la tente tremblante (Bousquet, 2015), semble avoir soutenu les communautés dans la réappropriation de leurs spiritualités et de leur fierté (Bousquet, 2017, Laugrand et Delâge, 2008).

Cependant, le mouvement de pan-amérindianisme, récupéré par la culture euro-centrée commerciale, a créé une fausse image de la spiritualité autochtone (Jenkins, 2004, Keeshig, 2005, Kehoe, 2017, Sioui Durand, 2003). Ainsi, il serait inapproprié de prétendre faire référence à *une seule* spiritualité autochtone. Encore une fois, rappelons à quel point les peuples colonisateurs ont laissé des blessures béantes dans les cultures autochtones du monde. Comme l'écrivent Hamidi, Leroux et Tremblay (2018, p.12), « *l'oppression passée et présente laisse des traces funestes, des angoisses qui perdurent* ». Il reste beaucoup à faire pour redonner les pouvoirs, les territoires et la reconnaissance qui ont été volés aux peuples premiers de notre territoire et c'est pourquoi la question du colonialisme ne peut être évitée dans cette recherche. À titre d'exemple, il est connu maintenant que plusieurs compagnies utilisent des motifs traditionnels et sacrés dans le design de vêtements, sans demander la permission aux communautés autochtones et sans redonner de compensation à ces dernières<sup>15</sup>. Il y a donc de multiples pratiques de pillage du patrimoine culturel et spirituel des Premières Nations.

La spiritualité n'échappe pas à ces pratiques. Depuis cinquante ans, certain-e-s des hommes ou des femmes intéressé-e-s par les spiritualités autochtones reproduisent les manières colonialistes d'agir, s'improvisant « chaman », détournant des enseignements

---

<sup>14</sup> Nom donné par plusieurs Premières Nations à l'Amérique du Nord, particulièrement les peuples algonquiens.

<sup>15</sup> Voir par exemple, le cas des motifs Déné reproduits à Yellowknife : <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1038119/appropriation-culturelle-dene-yellowknife-objet-autochtone-imitation>



traditionnels en les adaptant au paradigme de pensée « Nouvel-Âge » et/ou en demandant de l'argent pour leurs services. Ces personnes, qui se font parfois appeler « *plastic chaman* » ou « *wannabe Indians* » (Green, 1988, Aldred, 2000, Wallis, 2003, Clifton et al, 2017) par les autochtones, nuisent à la culture des Premières Nations, en plus de creuser le fossé entre euro-centrés et autochtones. Selon Nutall (2007, p.115), « *le détournement de la spiritualité autochtone est un problème de longue date qui met en péril la survie des cultures autochtones*<sup>16</sup> ». Ces exemples démontrent à quel point les cultures colonisatrices sont bien ancrées dans notre pensée et dans nos actions. Si les intentions sont parfois bonnes, ces manières font preuve d'une ignorance de la souffrance réelle des autochtones suite aux tentatives de destruction de leur identité culturelle puis de la spoliation de leur patrimoine, ce que la psychosociologue malienne Aminata Traoré (2012) appelle « *Le viol de l'imaginaire* ».

Cependant, il me semble prudent d'avancer que les spiritualités autochtones, en dépit des différences culturelles de chaque nation et communauté, présentent des points communs comme, par exemple, l'importance des ancêtres, le lien sacré au territoire, la vision des esprits habitant au cœur du territoire d'appartenance, le respect de la Vie et la croyance en l'intercomplémentarité des êtres. Sioui (1987, p. 22) nous apprend que les philologistes reconnaissent une homogénéité des langues autochtones de toutes les Amériques malgré les différents dialectes. Cette dernière, qu'ils appellent « *construction polysynthétique* », serait représentative d'une « *conception du monde commune à toutes les cultures autochtones de l'Amérique* » (1987, p.22). Pour cet auteur, les Premières Nations font référence à la Terre comme à leur Mère, et cette dernière est composée d'un corps, d'une pensée et d'un esprit, comme les humains. Selon lui, « *l'esprit régissant la terre et produisant matériellement la vie, est féminin* » (1987, p.25). Les différentes spiritualités autochtones peuvent comprendre des pratiques rituelles relationnelles à soi, au monde et à l'Esprit, des pratiques de célébration et des pratiques de prière, sous différentes formes. Ces dernières se déroulant souvent en

---

<sup>16</sup> The embezzlement of Native spirituality has been a long standing problem that jeopardizes the survival of Native cultures.

nature, le Mawiomi Mi'gmawei de Gespe'gewa'gi (2018) nous rappelle que de refuser l'accès aux Mi'gmaqs à leurs forêts traditionnelles est semblable à interdire à d'autres cultures l'accès à leurs églises, mosquées ou synagogues. Enfin, pour Sioui Durand (2003) : « *Maintenir une spiritualité sous-entend une pratique, des gestes, des lieux, des moments de solitude et des moments de convivialité intense.* » (p.61).

### 2.3.3 Médecines et guérison

Dissocions ici le mot médecine de l'utilisation qu'on en fait habituellement dans un contexte dominé par la médecine conventionnelle- celle du monde occidental, qui est pratiquée dans notre système public. Pour les traditionalistes autochtones et dans le contexte de ma pratique, le mot médecine signifie ce qui peut soigner l'âme, comme le corps. Selon Beaulieu (2012, p.173), « *une "médecine" est une notion importante dans la spiritualité amérindienne : elle représente la force, le pouvoir et la qualité donnés par un animal, une plante ou un élément.* » Ce peut être à la fois des médecines de la terre : plantes, roches, éléments, des médecines intérieures : qualités, particularités, dons et également des médecines en lien avec les esprits des animaux, inspirées de leurs caractéristiques. Bertrand (2013, p.7) fait ainsi un résumé de ce que veut dire le terme médecine pour plusieurs nations autochtones :

Le terme médecine, plus communément utilisé dans la langue anglaise (medecine circle, medecine pouch, medecine wheel, medecine bundle), désigne chez les peuples autochtones « les attitudes ancestrales vis-à-vis la maladie et la santé » ainsi que l'utilisation de différents concepts (sacred circle), modes de pensées (medecine wheel) objets (herbes sacrées, talismans) et rituels (tente tremblante, sundance, smudging) qui se présentent comme des moyens de guérison du corps et de l'esprit.

Le mot médecine amène souvent au mot guérison. Le terme « *guérison* » ne serait pas exact selon Beaulieu (2012), car il n'existerait pas dans les langues vernaculaires des Premières Nations : il se traduirait plus exactement par mieux-être ou bien-vivre. De plus, ce terme revêt un sens politique et social pour les autochtones, celui du « *chemin emprunté par les Premières Nations pour se relever des problèmes psychosociaux engendrés, entre autres, par [le colonialisme], le racisme, la perte d'autonomie et la consommation abusive d'alcool* »

*et de drogues* » (Beaulieu, 2012, p.25). Ainsi, la guérison vue par les contemporains autochtones est intimement reliée aux traces de la colonisation et de tous les traumatismes qu'elle a engendrés : c'est une guérison physique, émotionnelle, sociale, communautaire.

Selon Kirmayer et Guthrie Valaskakis (2009), le retour aux traditions en soi est guérisseur, ainsi que la réappropriation culturelle et spirituelle :

Guérir de façon traditionnelle est aussi guérir à partir de la tradition. La réappropriation de la tradition peut être guérisseur en soi, à un niveau individuel comme collectif. Les efforts pour se réappropriier les pratiques linguistiques, religieuses et communautaires peuvent être compris comme des actes fondamentaux de guérison. Retrouver et transmettre la connaissance associée aux pratiques de guérison réaffirme les valeurs culturelles profondes et maintient la continuité historique des cultures autochtones<sup>17</sup>. (2009, p. XIV)

Pour ces auteur-e-s, la guérison ne peut être conçue comme individuelle, elle est collective et holistique, à plusieurs niveaux, tel que le démontre le schéma ci-dessous qui représente le cercle de vie, qu'on pourrait relier à la roue de médecine ou la roue de guérison

---

<sup>17</sup> Traduction.

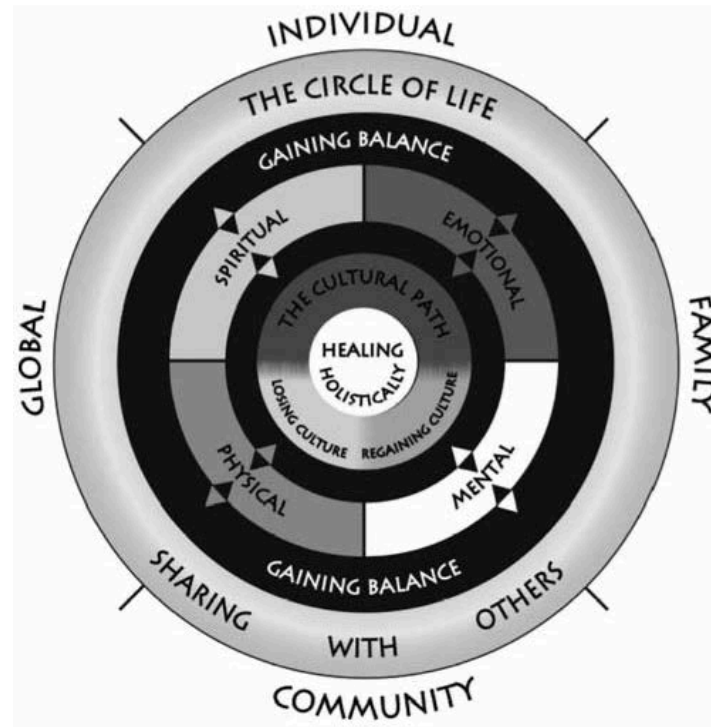


Figure 3 - Roue de la guérison dans la Healing Tradition (2009)

Au centre de la roue, l'on peut voir guérison holistique, ce qui veut dire à tous niveaux. La voie de la culture est dans le cercle le plus proche du centre, démontrant bien l'importance de la réappropriation de sa culture dans le processus de guérison. On voit ensuite les quatre cadrans : le physique, le mental, l'émotionnel et le spirituel, qui représentent l'approche holistique. Ensuite, le cercle noir parle de trouver l'équilibre pour soi, la famille, la communauté et de façon globale. Selon cette vision du « bien-vivre », la guérison est holistique et rejoint les quatre cadrans. Elle doit être soutenue par la communauté d'appartenance ou du moins, l'environnement social immédiat. Le rôle de la « femme-médecine » ou de « l'homme-médecine » est celui d'accompagner la personne vers son bien-être à tous les niveaux, et ce rôle est soutenu par les membres de la communauté qui apprend et guérit des processus de chacun-e de ses membres. (Kirmayer et Guthrie Valaskakis, 2009.)

### 2.3.4 Introduction au terme « femme-médecine »

Dans cette partie d'exploration terminologique et conceptuelle, il m'a semblé important de sortir de la méthodologie occidentale conventionnelle pour faire de la place à l'épistémologie autochtone. Ainsi, je reconnâtrai ici la parole des aînés et leurs réflexions vivantes autour de ce concept comme connaissance valide. Je proposerai une sorte de tissage entre la pensée euro-centrée académicienne et l'oralité vivante. Wilson (2008) propose l'intégration de contenus scientifiques à une structure circulaire et intuitive, afin de permettre au lecteur de « vivre » la théorie (Bertrand, 2013). Pour cet auteur, la recherche est en soi un rituel qui relie l'être à l'univers : « *l'intention de toute cérémonie est de bâtir des relations plus profondes ou des ponts entre les différents aspects du cosmos et nous-mêmes*<sup>18</sup> » (Wilson, 2008, p.11).

Si le terme homme-médecine ou femme-médecine vient de la nation Lakota, il est communément utilisé de nos jours par plusieurs communautés des Premières Nations pour désigner une personne qui soigne (l'âme et le corps) avec ses dons, en lien avec la Terre et le spirituel (Email, 1992, Bertrand, 2013, Guédon, 2005, Nutall, 2007). Selon Nutall (2007), une personne-médecine sera initiée aux sagesses cérémoniales et à certaines pratiques rituelles souvent très jeune ou en vieillissant, ou dans d'autres cas, elle pourra être reconnue comme ayant un don spirituel mais devra passer par plusieurs années d'apprentissage. Viau (2005) nous apprend que les sources ethnohistoriques des premiers contacts entre les Blancs et les Autochtones font état du rôle et des connaissances des femmes iroquoïennes en matière médicale : « *On peut donc affirmer sans réserve qu'en Iroquoisie ancienne, le domaine de la médecine naturelle était surtout l'apanage des femmes* » (Viau, 2005, p.27).

Selon Bertrand (2013), plusieurs nations affirment ne pas avoir d'équivalent du terme femme ou homme-médecine. Les Dénés les appellent, par exemple, « *ceux qui rêvent* » ou « *ceux qui guérissent* » (Guédon, 2005, p.2). Le mot « chaman », quant à lui, vient des

---

<sup>18</sup> Traduction.

Evenks, un petit groupe d'éleveurs de rennes et chasseurs de la Sibérie (Vitebskym, 2001) et désigne des personnes supposément capables, à l'aide de la transe, de quitter leur corps pour visiter différents niveaux de réalité, mondes et esprits. Selon Mabit (2005), le chamanisme « engage le corps d'une façon extrême » et « aborde des phénomènes paranormaux et parapsychiques déroutants et parfois très déstabilisants<sup>19</sup> ». Il est donc rarement utilisé par les Premières Nations pour décrire le travail des personnes-médecines au sein des communautés et constitue pour nombre d'entre elles une utilisation erronée de ce terme.

### 2.3.5 Paroles vivantes autour de « femme-médecine »

Pourquoi toute cette réflexion autour du terme femme-médecine ? C'est qu'après m'être fait appeler ainsi par plusieurs personnes de mes communautés (avec un certain malaise au départ), je me suis questionnée à savoir si ce terme me semblait approprié pour décrire mon être et mon agir dans le monde. Comme je l'ai mentionné dans ma problématique, je porte plusieurs « médecines », qu'elles soient de la terre, des arts ou de par la facilitation de cérémonies, d'espaces sacrés et de transformation, par exemple. Tous ces aspects de mes pratiques et façons d'être, sont des médecines porteuses de mieux-être dans mes communautés, d'où le terme « femme-médecine », en toute simplicité.

Par ailleurs, il m'est devenu important de consulter les ancien-ne-s sur les questions qui me préoccupent. Pour moi, la parole des grands-pères et grands-mères<sup>20</sup> est d'une importance capitale, d'autant plus lorsque l'on travaille à partir de la sagesse des Premières Nations. Ainsi, les histoires racontées par les ancien-ne-s, au même titre que les rêves et les cérémonies, constituent pour Kovach (2009) « des générateurs de connaissances et des lieux de leur validation. » (Lafforgue, 2018, p. 39). Il m'a donc semblé naturel, dans ma quête de cohérence, de respect et d'intégrité, de consulter quelques-un-e-s d'entre eux de différentes nations sur notre territoire du Québec pour entendre leur parole au sujet de la signification de « femme-médecine ». J'ai ainsi créé des conditions pour pouvoir échanger à propos de ma

---

<sup>19</sup> Repéré à : <https://takiwasi.com/fr/destacado02.php>

<sup>20</sup> Pour les Premières Nations, les grands-mères/pères et ancien-ne-s sont les sages des communautés.

pratique comme de ma démarche de recherche avec Donald Parent, un grand-père mi'gmaq, grand-mère Francine, de la nation Anishinabe, Roger Echaquan, un grand-père attikamek et Joséphine Bacon, la poétesse innue, afin de savoir ce qu'ils pensaient de ce terme et de son utilisation pour définir mon travail dans le monde, en ma qualité de femme à la socialisation euro-centrée.

Avec Joséphine Bacon, nous avons discuté de la signification de ce terme dans la culture innu. En innu, médecine-guérisseur se dit natukunishiu lorsque c'est un homme et natukunishiushkueu pour une femme. « *Je me souviens que quand j'étais jeune et que quelqu'un était malade, ils disaient "va voir tel ou telle personne", ils disaient natukunishiu<sup>21</sup>* ». Selon elle, si l'on traduit ce terme littéralement, cela donne « *Il est remède, il est médicament* », ce qui est différent du mot médecin natukunish, ceux qui soignent. « *Mais au départ, natukuanishiu, c'est être un médicament ou être un remède... quand tu es l'action que tu poses, je trouve que la traduction est parfaite !* ». Joséphine Bacon me raconte qu'autrefois, ceux ou celles dont le père mourait alors que l'enfant était dans le ventre de la mère naissaient natukunishui, mais il y avait aussi des gens qui avaient le don de « guérisseur » ou « guérisseuse ». Ces dernier-e-s n'avaient pas nécessairement de remèdes pour soigner, ils le faisaient de différentes façons, qui restaient toujours secrètes.

Pour Roger Echaquan<sup>22</sup>, ce sont les expériences de vie qui amènent quelqu'un à guérir et offrir ses médecines. Ainsi, la personne-médecine n'a pas besoin d'avoir une appartenance autochtone, ce sont ses actes et son chemin de vie qui vont parler pour elle. Pour Donald Parent<sup>23</sup>, la personne-médecine est au service de sa communauté, travaillant avec les quatre éléments : l'eau, le feu, la terre, l'air, priant et travaillant pour ceux et celles qui en ont besoin et ne charge pas pour ses cérémonies. Il me mentionne que c'est ce que je fais et que je n'ai aucune raison d'en douter, ce n'est qu'une question d'*assumance* intérieure.

---

<sup>21</sup> Entretien avec Joséphine Bacon, Rimouski, 19 février 2019

<sup>22</sup> Entretien avec Roger Echaquan, Joliette, novembre 2018

<sup>23</sup> Entretien avec Donald Parent, Mont-Louis, septembre 2018

Pour Francine Payer<sup>24</sup>, que j'appelle grand-mère Francine, être femme-médecine, ce n'est pas quelque chose qu'on apprend : « *Tu sais, nous une femme-médecine, [on considère que] c'est dans nos gènes, tu viens au monde avec...* ». Elle rajoute que ce qui fait la femme-médecine, n'est pas seulement qu'elle travaille avec les médecines et « *qu'elle a ça dans le sang* », c'est aussi qu'elle aime aider les autres et être au service. Elle ne fait donc pas ça de façon mercantile. Elle dit cependant que :

C'est certain que nous quand on va dans les écoles on ne peut plus le faire pour du tabac, mais par contre, on en fait encore beaucoup pour le tabac. Dans certains organismes, on va faire des visites, chanter des chansons... je reçois rien pour ça, c'est un à-côté qu'on fait. Faut vivre, c'est certain, je te dis pas qu'il faut tout faire gratuit. Mais ça, ça fait partie de la femme-médecine : être capable d'offrir gratuitement. Sinon ça devient colonial (...) et en même temps [il faut] faire attention pour ne pas qu'il y ait de l'abus...

Quand je lui parle des questions d'appropriation culturelle et de mes enjeux de légitimité en tant que culturellement blanche, elle répond : « *moi je dis toujours : peu importe que tu sois Première Nation ou que tu sois Blanche, c'est toujours la façon [dont tu le fais]...* ». Elle mentionne, à titre d'exemple, qu'il est certain que si elle publicisait ses services avec son tambour et ses *régalias* (habit cérémoniel autochtone), cela se « *vendrait plus* », mais qu'elle s'oppose, tout comme toutes les Premières Nations, à ces façons de faire stéréotypées qui sont perpétuées par plusieurs compagnies depuis les débuts du colonialisme, alors qu'en arrière-scène, ils exploitent les communautés. Elle dit ainsi :

Même aujourd'hui, j'ai jamais été capable de comprendre pourquoi nos outils sacrés se vendent super bien, pourtant tout le monde ne veulent rien savoir des Premières Nations, tu comprends... nos enfants sont encore abusés, pourtant on veut encore que quelqu'un ait des plumes sur la tête pour faire de la publicité. C'est là que je tire la ligne, c'est toujours comment on publicise. On publicise pour la personne qu'on est, pas pour quelque chose qu'on veut projeter pour aller chercher de la clientèle, dans le fond.

Elle mentionne également que chez les Algonquins, homme ou femme-médecine, ce n'est pas un titre comme dans le monde colonial, c'est plutôt simplement une reconnaissance

---

<sup>24</sup> Entretien avec Francine Payer, Saint-Rémi-d'Amherst, août 2018



que la communauté donne à une personne qui vit de cette façon : « *c'est là qui est la différence... c'est quand tu vis la culture... comme toi tu travailles avec des médecines, tu travailles avec la base (...) comme nous autres à la danse de la lune, on te reconnaît toutes comme [ça]... dans cette communauté-là* ». Je termine cette exploration réflexive autour de la notion de femme-médecine avec cette phrase très touchante, dans une ouverture à ce qui émergera au cours de la recherche.

## 2.4 FÉMINISMES ET ÉCOFÉMINISMES

### 2.4.1 Du féminisme

Ce qu'on appelle *féminisme* est un ensemble d'idées et de mouvements sociaux qui visent l'égalité hommes-femmes à tous les niveaux. Elsa Dorlin (2008, p.9-10), le définit comme une tradition de pensée qui se reflèterait dans les mouvements historiques présents depuis au moins le 17<sup>e</sup> siècle, qui « *ont posé selon des logiques démonstratives diverses l'égalité des hommes et des femmes, traquant les préjugés relatifs à l'infériorité des femmes ou dénonçant l'iniquité de leur condition* ». Les définitions pourront être légèrement différentes selon le type de féminisme : Madeleine Pelletier (1874-1939), première femme médecin psychiatre en France et féministe radicale, aurait dit : « *Il y a autant de féminismes qu'il y a de féministes* » (Montreynaud, p.84). Le féminisme contemporain reconnaît d'ailleurs la multiplicité des courants féministes et parle souvent *des* féminismes, au pluriel (Surprenant, 2015, p.19).

Les idées féministes sont aussi vieilles que le sont les inégalités et rapports d'oppression et les mouvements féministes populaires datent du 18<sup>e</sup> siècle. Dumont et Toupin le disent ainsi (2003, p.20) : « *Contrairement à une idée reçue, qui fait du féminisme une réalité de la fin du XX<sup>e</sup> siècle, le féminisme est donc un courant d'idées plus ancien, polyvalent et permanent dans le monde occidental.* » Le féminisme n'a jamais été un bloc monolithique.

Au contraire, dès ses débuts, il s'est constitué de plusieurs factions au service de la même cause : celle de l'égalité des femmes et/ou de la lutte à l'oppression masculine. Plusieurs auteur-e-s parlent de trois vagues importantes dans le mouvement féministe. La première vague du féminisme, vers la fin du dix-huitième siècle, portera les thèmes de l'accès à l'éducation, du droit de vote et de la réforme des institutions publiques. L'obtention du droit de vote des femmes en 1940 ainsi que l'entrée des femmes sur le marché du travail pendant la Deuxième Guerre boucleraient la fin de la première vague féministe. La deuxième vague, qui aura lieu dans les années soixante, portera comme préoccupations principales la liberté sexuelle, la légalisation de l'avortement, la liberté de la contraception et l'égalité des salaires et des droits. C'est là qu'apparaîtront les théories de la socialisation des sexes, du patriarcat et du sexisme. Enfin, la troisième vague, qui aurait lieu depuis quelques années, inclut dans son analyse la notion d'intersectionnalité des oppressions (Surprenant, 2018, p.154), où le colonialisme, le racisme, l'homophobie et le patriarcat seront vus comme autant de freins à l'égalité des femmes. Ce féminisme fait place à la réalité et à la pensée des femmes autochtones, racisées et queer et se trouve actuellement dans une vague mondiale sans précédent de dénonciation des violences sexuelles. Il nous apparaît plus facile d'apercevoir l'évolution du féminisme à travers le temps, avec ce principe de vagues. Cependant, des chercheuses (Pagé, Lampron, Fortin-Pellerin et Blais, 2007) remettent en question cette catégorisation en vagues, observant que le mouvement féministe est une mosaïque de courants depuis toujours et qu'il semble vouloir le rester.

#### **2.4.2 La chasse aux sorcières**

J'aimerais poser la loupe sur un moment ténébreux de l'histoire des femmes, la chasse aux sorcières. Comme herboriste et pratiquant les spiritualités féminines, je suis particulièrement touchée par la période sombre de l'Inquisition, cette folie populaire qui durera pendant environ 400 ans en Europe. Au Moyen-Âge, tout un monde sépare la ville de la campagne. En campagne, de ce qu'on en sait par quelques écrits et la tradition orale, les femmes se réunissent encore pour des rituels et le paganisme côtoie le christianisme dans une sorte de syncrétisme singulier, comme on peut encore le voir dans certaines régions du

monde. Dans les milieux ruraux, ce sont les femmes qui soignent et qui mettent au monde les bébés. Mais une série de circonstances, soit le passage de la féodalité à l'économie de marché (qui donnera naissance au capitalisme), la création des universités, les nombreuses épidémies successives et le désir d'expansion du christianisme clérical créeront un contexte favorable à la mise en place de l'Inquisition, la fameuse « chasse aux sorcières », une campagne de peur et de violence inouïe qui se répandra jusqu'au cœur des campagnes les plus reculées. (Federici, 2014, Levack, 2015, Ehrenreich et English, 1983).

Bien que, de ce qu'on l'en connaît, la première femme soit brûlée en 1391 et la dernière en 1782, le 15e siècle sera le plus meurtrier de toute cette période. Le *Malleus Malleficarum* sera publié en 1486 et deviendra un best-seller. On peut y lire sur la nature des femmes et des sorcières, comment reconnaître ces dernières, comment les torturer, leur faire avouer leurs crimes et également, comment les tuer (Snyder, 2000). Ainsi, seuls les médecins (qui pratiquaient les saignées) pourront soigner et accoucher. Les sages-femmes, les femmes rebelles, païennes, sans mari et veuves seront les premières visées mais l'entreprise s'étendra, devenant un génocide féminin, un « sexocide » (D'Eaubonne, 1999, Starhawk, 2015). Ainsi, pendant que les intellectuels s'exalteront dans ladite Renaissance, les femmes vivront un cauchemar qui laisse encore des traces aujourd'hui. Vers la fin de la Renaissance, des intellectuels et hommes d'Église s'opposeront publiquement à la chasse aux sorcières et cette dernière prendra fin. Mais après ces quelques siècles de terreur, les femmes auront perdu non seulement le droit, mais la confiance de soigner leurs enfants et d'accoucher naturellement et la connaissance des plantes médicinales. Elles se méfieront dorénavant, et jusqu'à aujourd'hui, des rituels païens. On attendra encore cent ans avant que les femmes puissent avoir accès à l'université, après « la première vague » du féminisme et combien de luttes.

Il convient de se demander comment un système de croyances concernant la prétendue infériorité (ou impureté ou diabolisation) des femmes a pu durer si longtemps, et dure encore dans trop de pays du monde et comment des violences sans nom peuvent continuer même aujourd'hui à se perpétuer. Une explication sera proposée par une partie importante du mouvement féministe, le féminisme radical : la théorie du patriarcat.

### 2.4.3 Le féminisme radical

En premier lieu, parlons du terme « radical ». Ce mot vient du latin *radix*, qui veut dire racine. C'est un mot que j'apprécie particulièrement en ma qualité d'herboriste. Comme jardinière, je comprends bien l'importance de la racine d'une plante : c'est par elle que la plante se nourrit des minéraux qui lui permettront de grandir, et c'est aussi elle que l'on doit enlever si on veut éradiquer ou contrôler une plante envahissante. La philosophe Marie-José Mondzain (2017) parle d'une radicalité fondatrice : « *La radicalité pour moi ne peut pas être synonyme de la violence ou de la terreur, elle est au contraire pour moi voisine, associée, au désir de nouveauté, à l'exigence d'une jeunesse qui souhaite donner du sens à son existence*<sup>25</sup> ». Cette philosophe pense qu'il faut redonner aux mots leur sens original et leur capacité de générer du changement. Les féministes radicales pensent donc que pour réellement atteindre l'égalité, il faut aller à la « racine du problème » : le patriarcat, sur lequel se sont bâtis tous nos systèmes économiques, politiques, relationnels, depuis le début du monde occidental (Toupin, 2003). On est loin du cliché souvent rapporté par plusieurs étudiantes inscrites dans les formations « Rythmes féminins<sup>26</sup> » en lien avec les termes « féministes radicales », soit des femmes qui brûlent leurs brassières, sont hargneuses et qui détestent les hommes. Il est certain que la colère, saint antidote à la passivité, à la résignation et à la peur, a été et est encore un des moteurs du féminisme, comme elle l'est dans tous les mouvements sociaux. Cependant, elle n'en est qu'un des moteurs. Ainsi, le fait d'aller à la racine-radix- de l'inégalité ou de l'iniquité hommes-femmes me semble plutôt une bonne idée si notre réelle intention est d'y parvenir un jour.

### 2.4.4 Du patriarcat

L'expression patriarcat renvoie au mot patriarche, père. Dans l'Ancien Testament, ce terme renvoyait au chef de famille et propriétaire d'un territoire donné. Dans la Rome

---

<sup>25</sup> Conférence dans le cadre du Banquet d'été de la Grasse, 2017

<sup>26</sup> Formations que j'offre pour les femmes depuis 2006.

Antique, le père est le « *padre padrone* », soit le père patron, qui a le contrôle sur les membres de la famille et qui en même temps les « protège ». Dans le féminisme, ce terme désigne une organisation sociale, politique et juridique basée sur la domination du « père », c'est-à-dire l'homme, le mâle adulte hétérosexuel. La théorie du patriarcat (Luyckx, 2001, Delphy, 1981, Gimbutas, 1982, Rifkin, 1980, Walby 1990) suppose que ce paradigme « *de domination du patriarche* » crée un système qui s'approprie le travail et la force de travail des femmes, leur corps, leur sexualité et la reproduction.

Cette théorie a été inspirée par les travaux de l'anthropologue Lewis Henry Morgan, a été popularisée par Engels dans la foulée du marxisme vers le milieu du 19e siècle, puis reprise par de nombreuses féministes radicales vers la fin des années soixante, dont l'archéologue Marija Gimbutas (1982). Gimbutas, qui a inspiré plusieurs anthropologues et archéologues féministes ainsi que le mouvement de l'écoféminisme spirituel, soutient, de par ses découvertes de nombreuses statuettes de déesses et symboles féminins, qu'il y aurait eu un culte de la Déesse-Mère dans le croissant fertile et dans ce qu'elle appelle l'Ancienne Europe. Ainsi, le patriarcat serait né des invasions progressives des semi-nomades indo-européens, les Kourganes lors de la domestication du cheval, autour du 4e millénaire av. J.-C., et n'aurait cessé de se développer depuis (Gimbutas, 1979, Freu, 1989).

Surprenant (2018, p.49) résume bien le patriarcat, lorsqu'elle parle d'un système qui

- *Divise les femmes et les hommes en deux groupes distincts.*
- *Hiérarchise ces groupes en leur donnant une valeur et un ordre différents.*
- *Situe le groupe des hommes en position dominante et subordonne celui des femmes.*
- *Assigne aux hommes et aux femmes des sphères distinctes et hiérarchisées.*
- *S'appuie sur la contrainte à l'hétérosexualité.*
- *Légitime les discriminations systémiques par l'idée d'une nature inférieure des femmes.*

En résumé, malgré les avancées dans le monde occidental et particulièrement au Québec, le monde actuel démontre que transformer le paradigme dominant dans lequel « *la*

*loi du plus fort gagne* » est un long chemin à parcourir et qu'il reste encore beaucoup de kilomètres à marcher.

#### 2.4.5 Matérialisme vs différentialisme

*À vrai dire cela ne sera rien si la femme ne parvient pas à tisser le tissu plein et neuf d'une parole jaillie d'elle-même.  
Annie Leclerc, 1974*

Au sein des féminismes, deux courants principaux s'affrontent. Je tenterai ici de les présenter. Le féminisme matérialiste s'oppose à la vision naturaliste des choses. S'appuyant au départ sur les théories de Marx, il croit que « le féminin » est un construit social autour duquel notre société s'érige. Ce construit impose à la femme la reproduction et le travail ménager et invisible, ce qui contribue à son aliénation. Il soutient ainsi que le corps biologique, le sexe, n'a aucun impact sur le genre. L'Américaine Judith Butler (1990) en est l'une des théoriciennes : « *Plutôt que de faire découler le genre d'un prétendu "donné" corporel du sexe, Butler pense que c'est par la répétition performative de pratiques signifiantes que s'institue l'identité sexuelle des individus.* » (Benoit, 2016, p.77). Le féminisme matérialiste s'appuiera notamment sur son interprétation du livre *Le Deuxième Sexe* de Beauvoir (1949), qui exprime d'ailleurs sa « *répulsion pour cette tare féminine que sont les règles* », un « *évènement malpropre* », qui dégage « *une odeur fade et croupie... de marécage, de violettes fanées* » (Auffret, 2017, p.497).

La pensée matérialiste est la plus répandue dans les milieux féministes contemporains et souvent la seule qui soit légitimée comme réellement féministe. C'est habituellement par ce courant de pensée que les non-initié-e-s à la multiplicité des courants féministes définiront *LE* féminisme. Froidevaux-Metterie (2018) fait remarquer qu'actuellement, pour pouvoir se définir comme féministe, nous devons adhérer à la fois à la proposition universaliste, soit que la femme possède les mêmes droits que l'homme, mais aussi à celle de la construction du genre, soit qu'il faut déconstruire les rôles sexués. Elle souligne que si ces postulats sont très

pertinents épistémologiquement parlant et ont permis de grandes transformations dans notre monde, ils ne constituent pas *la totalité* de la pensée féministe.

Selon cet auteure (Froidevaux-Metterie, 2018) :

Ils témoignent même d'une certaine forme d'oubli, pour ne pas dire d'aveuglement, qui oblitère tout un versant de la condition féminine contemporaine [et mondiale]. Dans les deux cas en effet, on gomme la dimension incarnée de l'existence féminine, au nom de l'universalité du genre humain, par un côté, au nom de la pluralité des genres, de l'autre.

Le féminisme différentialiste, quant à lui, soutient qu'il existe une différence réelle entre les sexes, qui n'est pas seulement le fait d'un construit. Ce courant, porté en France au départ par Fouque (1995) et Irigaray (1985) et qu'on retrouve dans l'écriture d'Annie Leclerc (1974), s'inspire de la psychanalyse revisitée avec une approche féministe. Il encourage l'introspection comme voie de libération, autant que les actions militantes. Le différentialisme croit que la source de la phallocratie et de l'aliénation des femmes n'est pas la construction sociale des genres, mais plutôt l'interprétation négative, le mépris et la domination de ce qui appartient au féminin. Qu'il ne peut y avoir de transformation de la société en profondeur si l'on ne s'attaque pas aux racines de cette perception.

Le différentialisme américain est porté par des voix comme Gilligan (1986). Cette auteure soutient que les analyses des théoriciens du développement affectif et social sont biaisées et incomplètes : ils prennent le garçon ou l'homme comme modèle de référence, au lieu d'analyser le développement des deux sexes séparément. Elle dit ainsi que « *les difficultés qu'éprouvent les femmes à se conformer aux modèles établis de développement humain indiquent peut-être qu'il existe un problème de représentation, une conception incomplète de la condition humaine, un oubli de certaines vérités.* » (1986, p.12). Gilligan croit qu'un réel changement ne sera possible qu'au moment où les théoriciens du cycle de vie analyseront le développement de la femme, et ainsi « *leurs théories deviendront plus fertiles* ». Elle soutient qu'il faut nous mettre « *à l'écoute de la voix différente des femmes* » (1986, p.44). Avec ses études sur la différence des sexes, Gilligan a fourni les assises à ce

qui deviendra « *l'éthique du care* » qui dépassera les études féministes pour entrer dans l'anthropologie morale et l'éthique contemporaine (Zielinski, 2010, p.631).

Plusieurs féministes matérialistes soutiennent que le différentialisme est une idéologie naturaliste qui sera à l'origine de l'acceptation sociale de domination masculine et d'oppression des personnes homosexuelles. Ainsi, comme l'explique Froidevaux-Metterie (2018, p. 83) :

Le fossé devient abyssal entre un féminisme matérialiste et universaliste pour lequel la subordination des femmes résulte de l'emprise exercée sur elles par les hommes au sein d'une société hétéronormée, et un féminisme différentialiste qui entend combattre la phallogocratie au nom d'« une autre différence des sexes ».

La crainte des féministes matérialistes, soit que des preuves biologiques soient utilisées de façon biaisée comme elles l'ont été dans le passé pour soutenir des visées idéologiques anti-féministes, est compréhensible et il est vrai qu'il y a là un véritable travail de veille à faire.

#### **2.4.6 Le féminisme autochtone**

*Une politique féministe autochtone cherche à faire plus que simplement élever le statut des femmes autochtones – elle cherche à transformer le monde à travers des formes de gouvernance autochtones qui pourraient être bénéfiques à tout le monde<sup>27</sup>.*  
Andrea Smith

Selon Konwahahawi Rourke (2017), le féminisme autochtone est « *un mouvement de femmes autochtones désireuses de rétablir le savoir ancestral (...) un féminisme global considéré comme un mode de vie qui court dans nos veines et bénéficie de l'appui de notre*

---

<sup>27</sup> Traduction.



*lignée matriarcale*<sup>28</sup>». Smith (2006) nous apprend que les communautés autochtones n'étaient pas structurées sur des bases hiérarchisées, patriarcales ou d'oppression avant la colonisation. Dans la vision traditionnelle autochtone, l'homme et la femme sont respectivement à l'image du ciel et de la terre. Les traditionalistes autochtones portent tous un respect inaliénable à l'égard de la Terre-Mère et croient que la femme est à son image. Pour Sioui (1987), une grande partie des peuples premiers des Amériques seraient matricentristes dans leur conception du monde.

La différenciation des sexes semble avoir été au cœur de l'aménagement social et des conceptions spirituelles autochtones traditionnelles. Pourtant, l'homme et la femme sont considérés comme ayant la même valeur intrinsèque, formant une société égalitaire qui détonnait, lors des premières rencontres interculturelles, avec les valeurs des peuples colonisateurs dans laquelle la femme était inférieure à l'homme. Sioui (1987, p.27) fait une critique sévère du patriarcat et de « *l'hominisme* » :

La théorie patriarcale de l'évolution (...) n'est, à la lumière de la pensée gynocentrique amérindienne, qu'une apologie au racisme, au sexisme et à ce que nous nommons hominisme et définissons comme une conception erronée de la nature qui fait de l'homme le centre de la création.

Le féminisme autochtone s'appliquera, selon Konwahawahi Rourke (2017), à rétablir en premier lieu les savoirs traditionnels et à observer comment les femmes autochtones sont perçues et représentées au sein de leurs communautés. Le texte d'Arnaud (2014) démontre bien le statut discriminatoire des femmes au sein des communautés :

(...) les femmes autochtones subissent une double discrimination, qui s'exprime à la fois dans la société qui impose les règles et à la fois au sein de leurs propres nations. Ce sont les femmes qui vont faire bouger ce système de l'intérieur, progressivement, au prix de luttes longues, car elles n'ont pas les moyens des conseils de bande ou de l'Assemblée des Chefs. (2014, p.217)

---

<sup>28</sup> Repéré à : <https://perspectives.ctf-fce.ca/en/article/3126/>

Pour Konwahahawi Rourke (2017), le féminisme autochtone est « *un mouvement où nos femmes dénoncent avec force les répercussions de la colonisation* ». Smith (2016) en parle comme d'un féminisme révolutionnaire : en voulant revenir à des formes traditionnelles d'organisation, il remet en question les structures politiques et économiques patriarcales. En ce sens, il est réellement radical et s'apparente selon moi à la branche américaine du différentialisme. Et puisque, pour la femme autochtone, la femme et la terre sont intrinsèquement reliées et que ces femmes seront parmi les premières à militer contre l'exploitation des ressources naturelles et des territoires mettant en péril la nature, ses habitants et les populations qui y résident<sup>29</sup>, le féminisme autochtone me semble également écoféministe.

#### 2.4.7 Écoféminismes

*Les femmes doivent comprendre qu'il ne peut y avoir de libération pour elles, ni de solutions aux objectifs écologiques, au sein d'une société dont le modèle fondamental de relations à l'autre continue d'être un de domination*<sup>30</sup>.  
Rosemary Radford Ruether

L'écoféminisme met en relation l'oppression des femmes et la domination des humains sur la nature. C'est Françoise d'Eaubonne (1974), co-fondatrice du MLF et grande amie de Beauvoir, qui crée ce terme dans son livre « Le féminisme ou la mort ». D'après cette auteure, pour établir et renforcer sa domination sociale et économique, le patriarcat a voulu contrôler le corps des femmes par la reproduction ainsi que celui des sols par l'agriculture. (Casselot, 2017). L'écoféminisme se développera dans les années 80, où de nombreuses penseuses

---

<sup>29</sup> Le mouvement Idle no more, la lutte de Louise Wawatie et sa famille contre l'entreprise Résolu, la marche de l'eau de grand-mère Mandawin et l'importance des femmes dans le mouvement de Standing Rock ne sont que quelques exemples. Pour Standing Rock, même la presse populaire reconnaît leur présence : <https://www.usatoday.com/story/news/nation/2017/03/11/women-standing-rock-arent-backing-down/98975956/>

<sup>30</sup> Traduction

américaines et femmes de terrain l'adopteront comme mouvement politique d'appartenance pour définir leurs luttes (Griffin, 2015, King, 1995, Merchant, 1990, Shiva & Mies, 2014, Starhawk, 1987, Warren, 1993, Epstein, 1993). Comme d'Eaubonne elles dénonceront « *le sexocide des sorcières perpétré par l'Inquisition* » (Gandon, 2009, p.1). et utiliseront ainsi la symbolique de la sorcière dans leurs manifestations. Pour Salleh (1996), il est évident que les femmes et l'environnement subissent les mêmes formes d'oppression face au capitalisme et à la mondialisation. Merchant (1980) fait d'ailleurs le lien entre la philosophie mécaniste des Lumières et l'oppression de la femme et de la nature, décortiquant le travail de Francis Bacon afin de nous faire voir ses métaphores troublantes, du genre « *pour lui arracher la vérité, on peut violer la nature, comme on violente une femme.* » (Larrère, 2012). L'écoféminisme deviendra un mouvement mondial auquel peuvent se rallier plusieurs communautés de femmes qui y trouvent enfin un écho à leurs luttes (Shiva, 1998, Aleksic, 2017).

Même si d'Eaubonne (1974) avait réfléchi à la question, l'écoféminisme est avant tout un mouvement populaire. Selon Hache (2016), on ne peut réellement comprendre l'écoféminisme si l'on ne connaît pas le contexte dans lequel il a émergé : ce sont des femmes venues de plusieurs horizons, réunies pour protester et changer les choses au niveau environnemental qui ont réellement donné naissance au mouvement. L'auteure raconte comment les militantes ont voulu articuler leurs expériences et leurs apprentissages de manière empirique, dans une posture inspirée de la phénoménologie, en écrivant des textes suite à leurs actions militantes écologistes. C'est ainsi que se sont tout naturellement tissées des résonances entre les enjeux écologiques et féministes, dans la prise de conscience de la destruction croisée des femmes et de la nature au cours de la modernité et « *à travers la reconnaissance de leur peur d'anéantissement devant l'utilisation du nucléaire et la peur quotidienne des femmes d'être insultées, agressées, violées...* ».

Elle raconte ainsi que face à la terreur qu'elles ressentaient face au nucléaire et pour la suite du monde, « *ces femmes ont résisté au désespoir à travers la joie et la puissance d'agir que procure l'action politique. Elles ont répondu à ces temps apocalyptiques en inventant*

*des formes d'action collectives spécifiques féministes, ou plutôt écoféministes.* » (Hache, 2016, p.14-15).

Pour Spretnak (1993), trois voies ont mené à l'écoféminisme tel qu'il est aujourd'hui. La première a été prise par des féministes qui constataient une trop faible articulation de la théorie du patriarcat et de l'exploitation de la nature au sein de la théorie marxiste. La seconde est venue avec la redécouverte du concept de la Mère-Terre, des théories de la Déesse-Mère (Gimbutas, 1979) et du renouveau de la spiritualité féminine. La troisième venait du mouvement écologiste, où plusieurs femmes déploraient le manque de lien entre le capitalisme et le patriarcat. Ainsi, l'écoféminisme portera en son sein des tendances qui divergent (principalement matérialistes et différentialistes). Les écoféministes ne sont pas toutes d'accord sur la nature des liens entre la Femme et la Nature, à savoir s'ils sont principalement biologiques ou socio-culturels (Gandon, 2009, Tong, 2009, Burgart-Goutal, 2018). Elles sont tout autant en désaccord sur l'intensité de ce lien et se demandent « *si les femmes devraient renforcer, atténuer ou simplement reconcevoir entièrement leur lien avec la nature* » (Gandon, 2009, p.243<sup>31</sup>). Cependant, il importe de voir ces désaccords et tensions comme autant de richesses et non comme des incohérences ou des scissions, comme le dit Casselot (2017, p.33), car :

Chacune d'entre elles illustre les façons dont les femmes vivent, agissent avec et réfléchissent sur la nature. La complexité des écoféminismes est révélatrice de la complexité des interactions que nous pouvons avoir entre nous, femmes ou féministes. Complexes, riches, difficiles, nécessaires.

#### **2.4.8 Écoféminisme spirituel**

*Bretagne, février 2015. Je suis dans un Festival du Féminin. Une des organisatrices fait un discours enlevé, touchant et inspirant. Je me sens unie, « boostée » et solidaire... jusqu'au moment où elle mentionne que « nous ne*

---

<sup>31</sup> Traduction

*sommes pas féministes ». Je frissonne. Ça me fait mal, en dedans. Comment peut-elle dire cela ? Comment peut-on s'affirmer non-féministe, de nos jours ? Et d'autant plus quand on crée un festival « empuissant » les femmes ? Je constate alors combien il reste de travail à faire pour faire connaître toutes les voies du féminisme aux femmes. (Festival du Féminin, Récits phénoménologiques, 2015)*

L'écoféminisme spirituel constitue une branche importante de l'écoféminisme américain. Il soutient que les grandes religions monothéistes ont été des voies d'instauration et de maintien du patriarcat. Il soutient que pour transformer réellement la pensée humaine vers un monde d'équité, il faut supprimer l'image de « Dieu le Père » ou du moins conscientiser l'impact du fait que le modèle de la suprême Divinité soit masculin. Il importe de savoir que tout un mouvement de la théologie aujourd'hui est d'ailleurs féministe (Dumais et Roy, 1989, Dermience, 2000, Melançon, 2000, Snyder, 2014).

La plupart des écoféministes spirituelles honorent le sacré en tant que Déesse, Dieu-Déesse ou Source indifférenciée. Selon Tong (2009), les écoféministes spirituel-le-s vont choisir de s'engager dans une variété de spiritualités centrées sur la Terre, principalement les pratiques anciennes adorant la Déesse-Mère (aujourd'hui appelées Wicca) ou les spiritualités autochtones. Elle souligne que ces féministes voient le corps de la femme tout comme la nature comme sacré, honorant leur nature cyclique et leurs rythmes naturels. Les écoféministes spirituel-le-s s'identifient souvent comme « *sorcières* », utilisant sciemment ce terme pour honorer les femmes victimes du sexocide et l'utilisant comme moteur d'affirmation d'un mouvement politico-spirituel se voulant révolutionnaire.

Une des figures importantes de l'écoféminisme spirituel est l'activiste Starhawk (2015). Selon elle, le paradigme de ce mouvement se structure autour de trois axes principaux : l'immanence, l'interconnexion et le mode de vie empathique (Tong, 2009). L'immanence affirme que tout être vivant est habité du spirituel : ainsi, la Déesse est dans l'humain,

l'animal, la plante et les minéraux. L'interconnexion affirme, quant à lui, que tous les êtres de tous les règnes sont reliés, dans le visible comme dans l'invisible. En terminant, le mode de vie empathique appelle à la nécessité de s'engager dans des pratiques empathiques pour créer un réel changement social. Cette auteure dit ainsi que « *si les humains n'adoptent pas ce style de vie, qui nécessite de prendre soin les un-e-s des autres, nous pouvons oublier l'espoir de « retisser le monde » ou de « guérir les blessures*<sup>32</sup> » (Tong, 2009, p.253).

Selon King (1995), les écoféministes spirituel-le-s choisissent des voies différentes et créatives d'action directe lors de rassemblements militants ou dans leurs collectifs, afin de créer et de nourrir le sentiment d'appartenance, de confiance et de respect au sein de la communauté. Les performances artistiques, des danses, des chants et des rituels seront ainsi utilisés pour soutenir les membres dans le maintien du sentiment de « *faire groupe* » et s'avéreront particulièrement utiles lors de situations litigieuses ou d'engagements politiques divers. Cette auteure avance que « *c'est cette attention et cette reconnaissance de l'expérience subjective, de l'apprentissage proprioceptif et de la dimension psychologique de la vie individuelle, familiale et publique qui caractérisent la spiritualité féministe* » (King, 1995, p.19). L'écoféminisme spirituel me semble être la voie naturelle, non-consciente, de plusieurs des femmes des communautés dans lesquelles je gravite. Ces femmes sont impliquées dans des luttes écologistes et féministes et engagées dans des spiritualités centrées sur la Terre, mais ne se reconnaissent pas dans les voies plus connues du féminisme actuel, soit l'approche exclusivement constructiviste/matérialiste.

En terminant, l'écoféminisme, dans toute sa complexité et ses différents courants, me semble être une voie d'avenir. Selon Casselot (2017), la complexité de ses courants nous indique les nombreux chemins possibles pour un avenir égalitaire et sain, autant pour nous que pour la Terre. Une voie de passage pour unir les voies divergentes pourrait possiblement être le féminisme « *phénoménologique* » (Froidevaux-Metterie, 2018, Young, 2005), qui veut œuvrer à l'égalité entre les sexes et lutter contre le sexisme, tout en « *mettant en lumière*

---

<sup>32</sup> Traduction

*les modalités dans lesquelles les femmes vivent leur corporéité* » (Froidevaux-Metterie, 2018, p.85). À l'instar de cette auteure, il me semble que le moment actuel soit approprié pour

la redécouverte de ce cadre réflexif qui prend au sérieux la subjectivité féminine telle qu'elle se manifeste à travers l'expérience du corps vécu tout en s'attachant à révéler les contraintes inhérentes à l'état des structures sociales et aux rapports de pouvoir genrés. (Froidevaux-Metterie, 2018, p.87).

## 2.5 APPARTENANCE

Pour introduire le lecteur/la lectrice aux nombreuses dimensions de mon auto-ethnographie, j'aborde dans ce chapitre la notion d'appartenance de façon sociologique, philosophique et psychologique, tout en la mettant en lien avec des notions proches telles que l'identité, la communauté/le collectif, l'émigration/immigration, la marginalité, le métissage et la créolisation.

D'après Mucchielli (1980, p.99), le sentiment d'appartenance renvoie à la capacité du sujet de : « *sentir le groupe dans lequel on se trouve et [de] se sentir soi-même de ce groupe* ». Selon le même auteur, pour qu'il y ait appartenance, il faut qu'il y ait une volonté personnelle d'appartenir à un groupe, ainsi qu'une identification de la personne donnée au groupe duquel elle fait partie, en plus de liens d'attachements à ce dernier et de l'adoption de ses normes, valeurs et habitudes, créant ainsi un sentiment de solidarité. (Mucchielli, 1980). En effet, il semble que la volonté de l'individu d'appartenir est primordiale dans le développement du sentiment d'appartenance (Claveau, 2009, Guilbert, 2005). La confiance est également importante dans un tel processus. Pour Claveau (2009, p.23), il ne peut y avoir d'appartenance sans qu'il y ait un sentiment de confiance entre le sujet et les membres du groupe auquel, il souhaite appartenir. Ce rapport de confiance se créera dans la mesure où l'individu se sent libre de pouvoir s'exprimer et être reconnu par le collectif (Guilbert, 2005).

Il semble essentiel de préciser par ailleurs que le sentiment d'appartenance comprend une dimension territoriale en plus d'avoir une dimension relationnelle et motivationnelle.

« *Le sentiment d'appartenance territorial est le lien de familiarité qui unit affectivement, subjectivement et consciemment un individu à une communauté d'appartenance implantée dans un territoire fréquenté en commun* ». (Barbeau, 2013, p.5).

À ce propos, Joséphine Bacon<sup>33</sup> illustre bien l'importance du territoire :

Le Nitassinan des Innus, c'est l'intérieur des terres, c'est là où y a les esprits. C'est là où se trouvent aussi les plantes qui te soignent. C'est là où tu trouves tout. On l'appelle l'intérieur des terres, on est des Innus, on est pas des riverains, on est à l'aise avec les lacs et des rivières beaucoup plus...

Ainsi, le sentiment d'appartenance semble s'inscrire dans un tissage de dimensions : sociales, symboliques, psychologiques, territoriales, qui renvoient inévitablement aux notions d'identité et de communauté.

### **2.5.1 Qui appartient : la notion d'identité**

Après avoir tenté de définir brièvement l'appartenance, il m'a semblé pertinent de demander « qui » appartient, puisque l'identité m'apparaît indissociable de l'appartenance. La notion d'identité est explorée depuis très longtemps par les sciences sociales, je n'ai donc pas l'intention d'en faire ici un tour exhaustif. Pour De Gaulejac (2013, p.177), l'identité « *renvoie au sentiment d'être, au sentiment d'unité et de cohérence de la personne, à ce qui la définit comme un être singulier, spécifique, unique, particulier, en définitive à ce qui lui est propre.* » Ainsi, l'identité pour l'individu commencerait par une conscience de soi et une autodéfinition cohérente de sa singularité. Cet auteur postule cependant que l'identité n'est vivante qu'en lien avec des groupes d'appartenance : c'est en relation avec ses attributs sociaux et juridiques ainsi que sa place dans l'ordre généalogique et social que l'individu constitue son identité :

L'identité est définie à partir de l'appartenance de chaque individu à une famille, une communauté, une classe sociale, un peuple, une nation, etc. Le collectif préexiste à la personne, lui assignant une place dans la structure sociale à partir

---

<sup>33</sup> Entretien avec Joséphine Bacon, Hôtel Rimouski, 2019



d'une série de codifications et de normes de classement qui fondent l'ordre symbolique. (...) Chacun s'inscrit dans cet ordre en reprenant à son compte les éléments qui lui permettent de terminer son identité culturelle, ethnique, nationale, ou même continentale (De Gaulejac, 2013, p.178).

Le même auteur voit l'identité comme un carrefour au croisement de l'individu et de la société. Berry (1994) ajoute des dimensions importantes à cette réflexion, en parlant de l'identité culturelle chez certaines nations autochtones. L'identité culturelle serait à la fois un état intérieur symbolique constitué de composantes cognitives, affectives et motivationnelles et à la fois l'expression sociale du fait d'être autochtone et d'appartenir à une communauté autochtone. Cela me fait penser à la pensée de Tajfel (1982), pour qui l'identité sociale découlerait de la conscience de son appartenance à un groupe social et de la signification émotionnelle attachée à cette appartenance. L'apport des notions d'identité culturelle et sociale nous démontre encore une fois le lien entre l'identité/la conscience de soi et l'appartenance/la conscience de soi dans le nous, en y ajoutant l'importance des facteurs symboliques et émotionnels.

Pour Lazzeri (2013), l'identité peut être considérée comme « forte » ou « faible », selon l'angle où l'on se place. Dans le premier cas, l'identité existe d'elle-même, elle possède une existence objective : *« elle renvoie à la difficulté, voire à l'impossibilité de perdre ses attributs définitionnels et aux effets déterminants qu'ils exercent sur le comportement, et il en va de même dans le cas du groupe social »* (Lazzeri, 2013, p.75). Dans le cas d'une identité « forte », on observe une tendance à l'homogénéisation du groupe, avec un haut degré de cohésion sociale et des frontières soit fermées, soit fastidieuses à pénétrer. Alors que lorsqu'on est face à une identité dite « faible », les individus se définissent eux-mêmes, font le choix d'être qui ils sont. Cette identité dite « faible » est à l'œuvre dans notre réalité hypermoderne, dans laquelle cette dernière est fluide, variable et souple selon ses interactions avec l'environnement social.

C'est ainsi que Maalouf (1998, p.23) dit que l'identité *« n'est pas immuable, elle change avec le temps et modifie en profondeur les comportements »*. Ce dernier nous exhorte à arrêter de voir l'identité comme seulement constituée de nos appartenances verticales – nos

ancêtres, nos traditions, nos religions – pour s’ouvrir à nos identités toutes singulières et différentes, constituées de nos appartenances horizontales – tout ce qui entre en relation avec nous dans notre époque contemporaine et nous transforme. Selon Lazzeri (2013), il nous faut marier ces deux visions de l’identité, objective (forte) et perçue (faible), ou horizontale et verticale comme le propose Maalouf, lorsque l’on examine le concept d’appartenance sociale.

### **2.5.2 Pourquoi appartenons-nous ?**

Pourquoi voulons-nous faire partie d’un « nous », « appartenir » ? Pourquoi est-ce important, pour nous ? D’après Lazzeri (2013), un courant de pensée inspiré de l’individualisme méthodologique et de la théorie du choix rationnel réfute l’idée selon laquelle une personne appartiendrait à un groupe donné de par les propriétés qu’il partage avec elle comme son ethnie, sa nation ou sa classe sociale. Ces auteurs avancent que : « *les individus sont essentiellement déterminés dans leur conduite par la recherche et la satisfaction de leur intérêt exclusif* », dans une sorte « d’égoïsme éclairé » dans lequel l’altruisme n’a aucune place (Lazzeri, 2013, p.77).

Le même auteur démontre cependant que le phénomène de l’empathie, duquel découle des rapports de coopération, remet en cause une telle vision de l’appartenance. Randall Collins (1982) soutient ainsi que : « *l’intérêt est seulement la surface des choses. Ce qui est au-dessous de la surface est une intense émotion, le sentiment d’un groupe de gens relatif à leur ressemblance et à leur appartenance commune* » (p.28).

Si l’identité est à la fois objective et construite (Lazzeri, 2013), horizontale et verticale (Maalouf, 1998), il y a lieu de se demander s’il existe tout naturellement chez l’humain un désir d’appartenir à un groupe, à une communauté ?

Warneken et Tomasello (2009) soutiennent que dès la petite enfance, les bambins et les jeunes enfants sont empathiques, généreux et curieux de l’autre.

Les enfants humains semblent nés pour la coopération. Dès l'âge de neuf mois, ils commencent à suivre le regard des adultes autour d'eux et prennent de plus en plus plaisir à partager l'attention d'autrui sur des objets saillants dans leur environnement. Très rapidement, ils apprennent à s'engager dans des actions et des jeux collectifs. (Dubreuil, 2010, p.556)

Tomasello (2009) indique par ailleurs que les enfants en bas âge témoignent déjà d'une forme d'intelligence coopérative, sociale et communicationnelle. Ces dernières créeraient éventuellement les premières normes sociales, qu'il définit comme des « *normes de coopération* ». Ce chercheur pose comme hypothèse que l'intentionnalité partagée se serait développée dans des pratiques collaboratives de nos ancêtres chasseurs-cueilleurs, autant dans la chasse que dans le soin aux enfants.

Le même auteur soutient également qu'il devient important pour l'individu à un certain moment de l'évolution humaine de se conformer aux normes sociales, « *de faire partie du "nous" qui constitue le groupe* » (Tomasello, 2009, p.79). Ainsi, à la suite de Lazzeri (2013), ce chercheur confirme que les raisons d'appartenir à un groupe seraient à la fois par intérêt et à la fois par empathie et par élan de coopération.

### **2.5.3 Appartenir à quoi : la notion de communauté ou de collectif**

Nous appartenons à quelque chose : nous faisons partie d'un nous, que ce soit un groupe, un collectif, une communauté. Encore une fois, la définition de ce « nous » n'est pas simple dans les sciences sociales : selon Kaufmann (2010), les sciences sociales se sont toujours interrogées sur le statut des collectifs. Pour Dubost (2013, p.75), le mot communauté « *désigne un ensemble dont les éléments sont liés par ce qui leur est commun (ou par ce qu'ils sont, ou font en commun)* ». Ce dernier avance que les sciences sociales européennes n'indiquent pas clairement ce « commun », ni les types de relations ou de sentiments qui sont associés à ce commun. Les sciences sociales américaines quant à elles, définissent les communautés en termes d'espace géographique, de groupes sociaux, ethniques, religieux, linguistiques ou nationaux. Pour Eizner (1974), la notion de communauté ferait référence, dans l'imaginaire populaire, à une image trop idéalisée de la société paysanne. Elle fait

référence à un « nous » social harmonieux pacifique *qui implique que chacun a sa propre place et à partir de cette place, agit pour le bien commun*. Cette conception de la communauté implique également une *forte interaction et de grandes relations sociales*, qui font de la place au partage et à la mise en commun, à l'égalité des différents membres. Une telle vision de la vie communautaire suppose par ailleurs une forme d'organisation sociale proche d'une vie naturelle, dans une communauté « *organique* », qui symbolise un monde non aliéné.

Cette vision de la communauté correspond au monde que tentent de créer des écoféministes comme Starhawk (1987) mais aussi à la pensée traditionnelle et à l'organisation sociale de plusieurs nations autochtones. Je me sens très près de cette vision de la communauté et de l'appartenance, qui est exprimée par quelques voix autochtones dans ma recherche et que j'ai aussi reçu en enseignements de la part d'aînés Anishinabe, Mexica ou Mi'gmaq.

Randall Collins perçoit le collectif d'une façon qui me parle également beaucoup. Dans un entretien avec Truc (2010), il dira que

La vie sociale peut être conçue comme un enchaînement perpétuel de situations d'interactions rituelles au sein desquelles circulent des flux d'« énergie émotionnelle », qui constituent le principal moteur de nos activités sociales.

En ce sens, il offre une vision plus organique de la vie sociale, qui diffère des approches qui prétendent que les seuls moteurs de nos interactions sociales et de nos quêtes d'appartenance à des groupes soient nos intérêts personnels. Pour terminer, la théorie du sujet pluriel de Margaret Gilbert (2008, p.900), nous permet de dire que « *tout groupe de personnes engagées conjointement ou co-engagées en faveur d'un objectif donné constitue un sujet pluriel* ». Gilbert (2008) a développé la notion de co-engagement, dans laquelle un groupe donné s'engage collectivement à accomplir telle action, ce qui me fait penser au groupe de travail dans la théorie du groupe optimal de St-Arnaud (2008, p.51). En terminant, une communauté, un collectif, un sujet pluriel, seraient un groupe donné dans lequel les individus seraient liés par des actions, des interactions ainsi que différents facteurs caractéristiques au

groupe ; tels que l'ethnicité, le territoire ou encore les croyances ou les valeurs et qui constitueraient leurs référents d'appartenance.

#### 2.5.4 Des marqueurs du sentiment d'appartenance

Il me semble important d'interroger à cette étape de mon processus, ce qui pourrait constituer des marqueurs d'appartenance pour l'individu. Pour Boucher et Morose (1990, p.417), « *le fait de se sentir utile au groupe et solidaire des autres constituent des indicateurs du sentiment d'appartenance d'une personne* ». Pour Randall Collins (2010), pour mesurer le sentiment d'appartenance, il nous faut analyser le rôle de ces émotions et des rites d'interaction nécessaires à l'intégration des individus.

Selon cet auteur (2010, p.28) :

Le succès de l'accomplissement de ces rites dépend de quatre éléments : la co-présence en situation de plusieurs personnes, l'érection d'une clôture entre eux et le monde extérieur, la focalisation de leur attention mutuelle sur un même but ou objet, et le partage d'un même état d'esprit, d'une même humeur.

Le deuxième élément, la clôture, attire particulièrement mon attention : il me fait me demander s'il est nécessaire, pour développer le sentiment d'appartenance, de faire une distinction entre le monde extérieur et le groupe en soi. Cela me fait penser à nos sociétés divisées par les questions d'identité et de laïcité : dans un monde où tout s'écroule, l'édification d'une clôture identitaire serait-elle une façon de tenter de remplir des besoins de sécurité ? Est-ce que cela serait une piste de compréhension face à la montée des intégrismes, des totalitarismes et du racisme ? Glissant (2006), nous parle de l'importance des frontières, réelles et symboliques. Pour lui, ces dernières nous permettent de marquer la différence entre l'un et l'autre, mais elles ne constituent pas pour autant « *des signes et facteurs de l'impossible* » (Glissant, 2006, p.16). Les frontières seraient ainsi nécessaires comme points de rencontre, « *lieux du passage et de la transformation et "pour souligner la merveille de l'ici-là"* » (p.16). Dans le même ordre d'idées, Maalouf (1998) nous invite à ouvrir les frontières des groupes d'appartenance, mais, il insiste sur l'importance de garder vivante notre langue maternelle, ce qui constitue en soi, une clôture identitaire solide.

Quoi qu'il en soit, Randall Collins (1982) explique que lorsque les rites d'interaction nécessaires à l'intégration des individus dans leur groupe d'appartenance sont bien réussis, les membres du groupe ressortent "*chargés d'énergie émotionnelle*" (1982, p.28) et remplis d'enthousiasme.

### 2.5.5 Émigration/immigration et appartenance

*N'est-ce pas le propre de notre époque  
que d'avoir fait de tous les hommes, en  
quelque sorte, des migrants et des  
minoritaires ?  
Amin Maalouf*

J'ai voulu comprendre, avec mon histoire familiale d'émigration/immigration, tout comme avec ma vie faite de plusieurs déplacements d'un territoire à un autre, comment se vivait le sentiment d'appartenance chez les émigrant-e-s/immigrant-e-s. Si je choisis de mettre les deux mots dans un même concept en lien avec l'appartenance, c'est qu'ils sont selon moi inséparables l'un de l'autre : les émigrant-e-s quittent leur pays, leur culture et territoire d'appartenance et immigrent dans un autre pays, dans une nouvelle culture et un nouveau territoire d'appartenance. Ainsi, ils et elles émigrent/immigrent :

Avant de devenir un immigré, on est un émigré ; avant d'arriver dans un pays, on a dû en quitter un autre, et les sentiments d'une personne envers la terre qu'elle a quittée ne sont jamais simples. (Maalouf, 1998, p.54)

Il me semble ainsi y avoir une *double épreuve*, en lien avec l'appartenance : celle de quitter la communauté d'origine et celle d'en intégrer une nouvelle. Sayad parle d'un « *système de référence double et contradictoire* » constitué de différents points de vue et référents culturels, de différentes morales et codes. Ce système double ferait en sorte que les immigré-e-s soient « *à la fois bourreaux et victimes* » (Sayad, 1979, p.130). Ce dernier propose que les migrations contraignent à une « *sorte de dédoublement sociologique* » (p.130), qui rendrait le sentiment d'appartenance complexe :

Nous sommes tous contraints de vivre dans un univers qui ne ressemble guère à notre terroir d'origine ; nous devons tous apprendre d'autres langues, d'autres langages, d'autres codes ; et nous avons tous l'impression que notre identité, telle que nous l'imaginions depuis l'enfance, est menacée. (Maalouf, 1998, p.53.)

Il mentionne que si l'on est parti-e, c'est parce que nous avons rejeté certaines choses de notre lieu d'origine comme la répression, l'insécurité ou la pauvreté, mais qu'il subsiste souvent un sentiment de culpabilité, que ce soit par sentiment d'avoir abandonné des proches, par loyauté envers nos souvenirs et aussi de deuil de tout ce qu'on aimait dans ce lieu comme la langue, la musique, les fêtes, la cuisine, par exemple. Il nous aide à comprendre que les sentiments envers le lieu d'accueil sont complexes : on souhaite y avoir une vie meilleure, mais en même temps l'on sait que l'on est dans un rapport de force défavorable, en proie au rejet, au mépris ou à des attitudes négatives à son égard de la part de ceux et celles qui vivent dans ce dit lieu. Pour Maalouf (1998), il est primordial d'assumer nos appartenances multiples afin d'en finir avec la seule appartenance ethnique ou religieuse, notamment pour cette question d'immigration et de paix sociale :

S'il y a une seule appartenance qui compte, s'il faut absolument choisir, alors le migrant se trouve scindé, écartelé, condamné à trahir soit sa patrie d'origine soit sa patrie d'accueil, trahison qu'il vivra inévitablement avec amertume, avec rage. (p.54)

Selon les recherches de Meintel (1993) ; Meintel et Kahn (2005), les jeunes Québécois montréalais de deuxième génération d'immigrants et/ou d'unions mixtes semblent très à l'aise avec leurs multiples appartenances, malgré qu'ils se sentent différents des Franco-québécois. Devenus parents à leur tour, ils s'identifient plus à la culture québécoise, mais sentent encore une appartenance plurielle, encore plus assumée.

Ayant déménagé souvent, j'ai vécu le sentiment d'exil et d'émigration à plusieurs reprises, comparant souvent le « *avant, dans l'ancienne communauté* » avec le « *maintenant, dans la nouvelle communauté* », une situation que Sayad (1979, p.130) décrit comme faisant partie de la réalité des émigrants. Mes parents, mes grands-parents paternels et mes ancêtres ont certainement vécu à de nombreuses reprises, et de façon beaucoup plus intense, ce sentiment d'être entre l'arbre et l'écorce, d'être déchiré-e-s entre la communauté d'origine et la communauté d'accueil.

### 2.5.6 L'appartenance chez les peuples autochtones

En addition à mon exploration de l'appartenance chez les émigrants/immigrants, il m'a semblé tout aussi pertinent de par mes origines mi'gmaq, de chercher à comprendre comment certains peuples autochtones conçoivent l'appartenance. J'ai voulu, pour éviter de tomber dans le piège d'une seule voix qui représenterait toutes les Premières Nations, comme si elles formaient un bloc monolithique (Frideres, 2008), donner ici la parole à des voix venant de différentes nations pour en parler. Il m'est également important d'éviter d'offrir une parole colonisatrice et de sortir du monde institutionnel pour le faire. Je tente donc, maladroitement peut-être, de sortir des sentiers battus pour aborder cette notion chez différentes nations.

En premier lieu, je me suis basée sur le matériel pédagogique du projet Native Knowledge, du musée Smithsonian<sup>34</sup>, dans lequel les voix de différentes personnes appartenant aux nations des Plaines sont entendues au sujet de l'appartenance. Julie Cajune, de la nation salish, parle ainsi de l'appartenance au territoire :

Sacred and important sites, of which many are ancient, speak to a relationship that these Native peoples have with the land. After living within these sacred landscapes for many generations, they have developed a deep sense of belonging to place.<sup>35</sup>

Cette dernière dit aussi que l'appartenance s'étendra à la famille élargie :

Native kinship systems provide a network of care and support that extends beyond the immediate family. This network of relationships and relatives guarantees that each member of the community has an extended family in which one's belonging is continually reinforced.<sup>36</sup>

---

<sup>34</sup> <https://americanindian.si.edu/nk360/plains-belonging/>

<sup>35</sup> Les sites sacrés et importants, dont plusieurs sont anciens, parlent d'une relation que ces peuples autochtones ont avec le territoire. Après avoir vécu pendant plusieurs générations dans ces paysages sacrés, ils ont développé un sens profond d'appartenance au lieu.

<sup>36</sup> Les systèmes de parenté autochtones offrent un réseau de soin et de support qui s'étendent au-delà de la famille immédiate. Ce réseau de relations et de parents garantit que chaque membre de la communauté a une famille élargie dans laquelle le sentiment d'appartenance est continuellement renforcé.



Je retrouve dans ses mots ma propre vision de la communauté, de l'appartenance au territoire et au groupe. Ce sentiment de la famille élargie, des liens communautaires, s'exprime aussi dans le partage d'Anna DeCrane, de la nation Apsalooke (Crow)<sup>37</sup>

In the Crow way first cousins are considered our brothers and sisters (...)The Crow clan system is an important concept. It provides an extended family, accountability for your behavior, and encourages respect for all people.

Ella Cara DeLoria, de la culture Dakota, partagera une vision similaire : « *Now you can see where you get so many other brothers or sisters besides your own, and where you get so many cousins. These extended siblings and these cousins constitute your generations; you belong together*<sup>38</sup> ». Cette dernière parlera même de l'importance de l'inclusion, disant que personne n'a besoin d'être laissé à l'extérieur, ce qui me démontre à quel point l'appartenance est importante pour cette nation. Pour une femme en quête d'appartenance comme moi, de lire « *nous appartenons ensemble* » et « *personne n'a besoin d'être laissé à l'extérieur* » rejoint mes propres valeurs et expériences et constitue définitivement une bouffée d'air frais.

J'aimerais ensuite citer la recherche « Aboriginal cultural identity », dont nous parle Berry (1994). À travers la formation de dix cercles de dix à douze personnes (focus group) de partout au Canada, les collègues de Berry ont interrogé plusieurs autochtones de différentes nations sur ce qui constituait leur identité culturelle (1994, p.10). Pour les participant-e-s de cette recherche, les marqueurs positifs d'appartenance (p.31) étaient la spiritualité, la famille, le territoire, les Anciens, les traditions et la langue et, de façon plus moderne, la résilience, le support social, l'organisation politique, la réaffirmation culturelle. Selon Berry (1994), les activités traditionnelles comme le conte, la danse, le chant, les sueries, les festins et les journées de sport favorisaient également chez les participant-e-s le

---

<sup>37</sup> <http://www.ywhc.org/index.php?p=83>. Chez les Crows, les cousin-e-s sont considérés comme nos frères et sœurs.(...) Le système de clan des Crow est un concept important. Il offre une famille élargie, la conscience de la responsabilité de nos actes et encourage le respect pour tous et toutes.

<sup>38</sup> Vous pouvez comprendre pourquoi nous avons tant de frères et sœurs en plus des nôtres, et tant de cousin-e-s. Cette parenté étendue et ces cousins constituent nos générations ; nous appartenons ensemble.

sentiment d'appartenance, en « *ramenant les communautés ensemble* » et en « *renforçant la valeur de leur culture* » (p.26).

Il m'est important de mentionner ici que l'appartenance en soi est, avec raison, un concept chargé pour les peuples autochtones, à cause de l'histoire traumatique de la colonisation. Comme le dit Frideres (2008), nous ne pouvons comprendre l'identité autochtone sans reconnaître les processus historiques et encore en cours du colonialisme : « *Le processus de colonisation s'est étendu sur plusieurs générations. Le premier effet de la colonisation fut l'impact destructeur sur les structures sociales et culturelles des groupes autochtones* » (p.319).<sup>39</sup>

Si la colonisation a eu un impact sur les structures sociales et culturelles des groupes autochtones, il est évident qu'elle en a aussi eu sur le sentiment d'appartenance. Frideres (2008) dit ainsi qu'à la suite de ces transgressions dans la vie autochtone, les forces d'assimilation et la disparition des relations familiales et communautaires ont érodé l'identité autochtone, rompant ainsi les liens traditionnels entre les individus et les communautés. Puis ce sont eux et elles, les premiers et premières sur ce territoire doit-on encore le rappeler, qui se sont retrouvés dans la marge de notre société avec un sentiment de non-appartenance au monde « blanc » ou occidental. Ils ont été et sont souvent encore perçus comme ne voulant pas s'acculturer, s'intégrer, par la culture même qui les avait colonisés :

Ainsi, les communautés autochtones ont été reléguées aux marges de la société canadienne et considérées comme ayant des « problèmes » d'intégration, de cohésion sociale, de civilisation et de modernisation (Champagne et al 2005).<sup>40</sup>

Ce qui renforce, nous le comprendrons, le sentiment de séparation et de non-appartenance. Je ne pourrais pas terminer ce bloc sur l'appartenance sans brièvement mentionner que plusieurs contemporains autochtones et non-autochtones (Leroux, 2018,

---

<sup>39</sup> The colonialization process extended over several generations. The first effect of colonialization was the destructive impact on the social and cultural structures of Aboriginal groups.

<sup>40</sup> As such, Aboriginal communities were relegated to the margins of Canadian society and seen as “problems” with regard to incorporation, social cohesion, integration, civilization and modernization (Champagne, et. al, 2005).

Palmater, 2018) remettent en question l'appartenance à la culture autochtone par le sang, parlant de « *pensée eurocentriste* », de « *logique raciste* » et « *de discriminations basées sur la fiction génétique* ». Ces derniers pensent plutôt l'appartenance en lien au territoire, à la langue, à une communauté, aux traditions, aux coutumes et modes de gouvernance. Ces auteurs m'exhortent ainsi à revisiter ma propre quête d'appartenance en lien avec mes ancêtres Mi'gmaq, ce dont je ferai mention ultérieurement.

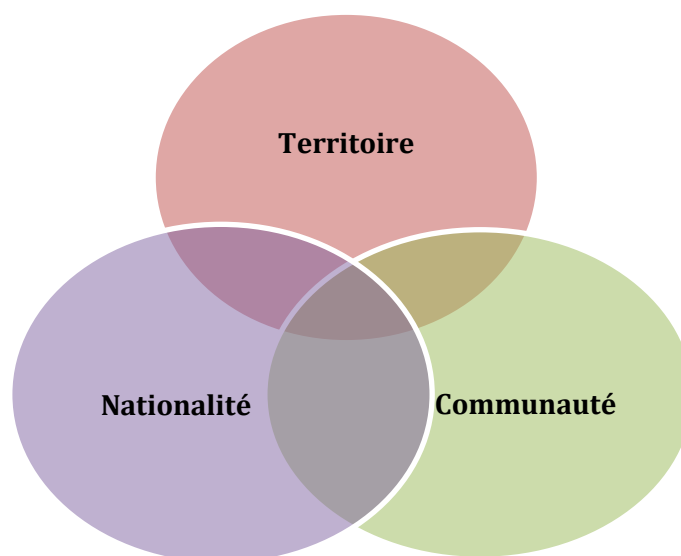


Figure 4 - Triade de l'appartenance des Nations des Plaines du Nord<sup>41</sup>

### 2.5.7 Marginalité et appartenance

En explorant le concept de l'appartenance, il m'a semblé pertinent de parler de marginalité, considérant que le lecteur/la lectrice pourra apercevoir ce thème dans mon récit de vie. Selon Urbanet (Urban Education Network<sup>42</sup>), la marginalité serait le « *statut* » de

<sup>41</sup> <https://americanindian.si.edu/nk360/plains-belonging/pdf/PLM1-Teacher-Materials-Full-Lesson.pdf>

<sup>42</sup> <http://www.schole.it/urban-education.org/gloss/margin.html>

*personnes ou groupes ou niveaux sociaux qui se mettent en dehors du système social, volontairement ou non* ». Quand je pense à la marge, me vient à toutes ces années scolaires à écrire sur des feuilles mobiles, cadrées par une marge rouge située à la gauche de la feuille qu'il ne fallait pas dépasser et à l'intérieur de laquelle j'écrivais pourtant des pensées, ou je dessinais tout en prenant mes notes de cours. La marge n'est pas au centre, elle renvoie (Giraud et Rochefort, 2006) aux notions d'extrémité, elle ne fait pas partie de, elle existe en périphérie d'un système. Pour cette raison, plusieurs auteurs (Bailly et al, 1983, Wacquant, 2007) vont définir la marginalité dans une perspective géographique. Je choisirai de l'aborder exclusivement d'un point de vue social, en lien avec le sentiment d'appartenance. Selon Tuhiwai Smith (2012, p.204), « *la métaphore de la marge s'est avérée très puissante dans les sciences humaines et sociales pour comprendre les iniquités sociales, l'oppression, l'exclusion sociale et le pouvoir*<sup>43</sup> ».

Malgré qu'ils soient souvent invisibles, plusieurs jeunes et moins jeunes ne se retrouvent pas dans les valeurs, objets de référence et voies d'intégration de notre société hypermoderne, où, comme le dit Aubin (2000), ce qui balise l'identité sociale est souvent l'achèvement du parcours scolaire ou le choix d'une carrière, ce qui démontre l'importance que prennent les valeurs de compétence, de compétition et de performance.

Cet état de fait crée une certaine marginalisation : Compère (1978) soutient que lorsqu'on ne se retrouve pas dans les objets de références de la structure sociale plus large ou de la culture qui exerce sa domination, l'on cherche alors à créer ou rejoindre des collectifs plus petits, correspondant mieux à nos valeurs :

[D]es personnes qui ne trouvent pas, où qu'elles se situent dans la structure totale, des objets de références suffisamment nets ou suffisamment significatifs à partager avec les autres, auront tendance à se mettre en mouvement, au sens propre ou au sens figuré, pour rejoindre, au sein d'une collectivité plus restreinte, ceux qui sont en mesure d'échanger avec elles des termes communs, à un niveau d'intensité enfin significatif. (Compère, 1978, p.131)

---

<sup>43</sup>Traduction libre.

Pour illustrer ce phénomène, Aubin (2000, p.92) nous apprenait ainsi qu'au Québec en 2000, 5 000 jeunes vivaient dans la rue, ayant recours à des « *abris de passage* », créant une sorte de micro-société marginale. Ces derniers, qui seraient face à des « *impasses identifiantes* » (Chartier, 1997), utilisent leurs propres rites d'appartenance et d'affirmation, dont le perçage et le tatouage :

... ils ont la tâche ardue de trouver des points d'ancrage qui leur permettraient de poursuivre cette démarche qui consiste à devenir adulte. Ils empruntent alors des chemins de traverse et donnent à voir et à entendre des éléments disparates de leur histoire personnelle souvent morcelée. (Aubin, 2000, p.93.)

Aubin parle du fait que « *la structuration du moi* » est rendue complexe dans notre société où « *les normes culturelles* » se sont transformées au point d'être quasi-absentes (Artaud, 1985, 21, Bombardier et Saint-Laurent, 1989, dans Aubin, 2000, p.93). Ainsi, des nouvelles formes d'appartenances se créent, à l'intérieur de groupes « dissidents » du système, avec leurs propres normes sociales et culturelles. Les groupes marginaux feraient donc office de micro-sociétés permettant à leurs membres, aux valeurs et référents similaires, de vivre le sentiment d'appartenance.

### **2.5.8 Identité et appartenance dans la société hypermoderne**

*Le foisonnement des formes de mobilité dans le monde actuel met-il en danger la capacité de créer des liens sociaux significatifs et d'entretenir un sentiment d'appartenance dans la durée ?*

*Lucille Guilbert (2005)*

Pour Amin Maalouf (1998), la mondialisation et la modernité font en sorte que nous traversons rapidement ce qui nous prenait plusieurs générations à traverser. Ainsi, la majorité des humains vivraient ce sentiment déstabilisant de ne plus reconnaître le monde dans lequel ils et elles ont grandi, tout comme celui de changer de groupe d'appartenance. Pour lui, il « *ne fait pas de doute que la mondialisation accélérée provoque, en réaction, un renforcement du besoin d'identité. Et aussi, en raison de l'angoisse existentielle qui*

*accompagne des changements aussi brusques, un renforcement du besoin de spiritualité* » (Maalouf, 1998, p.125). Si, comme nous l'avons vu plus tôt, De Gaulejac (2013) parle de contradictions sociales, familiales et psychiques en lien avec l'identité et l'appartenance, c'est parce qu'en effet, particulièrement dans nos sociétés hypermodernes<sup>44</sup>, les marqueurs d'identité seraient pluriels, hétérogènes et mobiles :

On le repère aisément à partir des trajectoires de tous ceux qui, traversés par une double appartenance culturelle sociale, sont conduits à défendre une identité hybride, à revendiquer leur double appartenance, à s'affirmer à partir des conflits que celle-là peut engendrer. (De Gaulejac, 2013, p.180.)

Ce psychosociologue propose la notion de multi-appartenance pour caractériser la situation de l'individu actuel, qui pourra au cours de sa vie ou simultanément, jouer différents rôles, occuper différents postes et avoir des statuts variés. Mais cette multi-appartenance ne se fait pas sans heurts : De Gaulejac (2013) parlera ainsi d'une insécurité vécue par l'individu à l'ère de l'hypermodernité, due aux contradictions multiples vécues en lien avec l'identité contemporaine « *entre le réel et le virtuel, la force et la vulnérabilité, la sécurité et l'insécurité, la stabilité et la volatilité, la continuité et la discontinuité, l'ordre et le changement, la permanence et l'éphémère* » (2013, p.181).

Frédéric de Coninck (2001, pp.7-81) parle ainsi de « *l'ère de l'homme flexible* ». Il soutient qu'aujourd'hui, « *l'appartenance à une famille, un groupe de travail, une communauté, une animation, devient plus floue, moins durable et multiforme et est marquée par l'élargissement des réseaux sociaux* ». Nous vivons dans un monde toujours en mouvement, habité par des gens toujours en mouvement aux identités plurielles et multi-appartenantes, dans de multiples communautés, elles aussi en mouvement... il n'est pas étonnant que cela nous demande un travail quasi permanent sur soi pour garder un certain enracinement, une certaine cohérence (De Gaulejac, 2013, Maalouf, 1998, De Coninck, 2001, Baumann, 1990).

---

<sup>44</sup> Nous aborderons ultérieurement le concept de l'hypermodernité

Pour Maalouf (1998), les personnes ainsi traversées par de multiples appartenances sont « *des êtres frontaliers* » (p.13), ils et elles peuvent jouer un rôle de relieurs et relieuses de mondes, de passerelles, un rôle de médiation entre leurs diverses communautés d'appartenance. Pourtant, il nous fait remarquer que la personne qui se revendique de ses identités multiples est accusée de vouloir diluer ses appartenances et ses traditions dans une sorte de soupe informe. Selon lui, cette vision des choses fait en sorte que ces personnes multi-appartenantes sont contraintes de choisir « *entre la négation de soi-même et la négation de l'autre* » (Maalouf, 1998, p.49).

Ainsi, cet auteur nous met en garde contre cette vision des choses :

Si ces personnes elles-mêmes ne peuvent assumer leurs appartenances multiples, si elles sont constamment mises en demeure de choisir leur camp, sommées de réintégrer les rangs de leur tribu, alors nous sommes en droit de nous inquiéter sur le fonctionnement du monde. (Maalouf, 1998, p.14.)

### 2.5.9 Multi-appartenances et métissage

*Le métissage, et biologique et culturel, résulte le plus souvent non pas d'une rencontre, mais d'une conquête.*  
Édouard Glissant

Le désir d'appartenance est en soi bien humain, normal, souhaitable. Pourtant, il semble également que ce sentiment soit fragile et instable, dans notre société hypermoderne. J'ai toujours cherché à me sentir appartenir à un clan et ce, depuis mon adolescence. J'ai toujours oscillé entre un profond sentiment de « *faire partie de* » et de « *ne pas faire partie de* ». En vieillissant, j'ai été de plus en plus consciente que mes groupes d'appartenance s'inscrivaient dans la marge de la pensée dominante et donc en « *faisant partie* » d'un tel groupe, je me différençais de « *tel autre* » ou même, de la collectivité humaine.

Me considérant comme métisse Mi'gmaq, mais également de mes origines siciliennes, acadiennes et juives et voyant le métissage comme la continuité du mot tissage, j'avais au

départ l'idée d'aborder le métissage comme notion principale de mon champ conceptuel. Ceci dit, à la lumière de certains auteurs comme Brossat (2001), il m'a semblé que cette notion était trop complexe pour l'aborder de front.

Ce dernier mentionne comment le métissage est communément perçu aujourd'hui comme non seulement possible mais souhaitable, dans une sorte :

d'approche dédramatisée de la culture définie comme la grande centrifugeuse qui homogénéise les différences, ou encore de la modernité conçue comme ce temps dynamique qui récuse les archaïsmes et les positions figées et invente sans fin des formes nouvelles (Brossat, 2001, p.30).

Mais si le métissage culturel peut se faire de façon volontaire, il a, plus souvent qu'autrement, été involontaire. Selon Brossat (2001), l'apologie du métissage tend à nier le spoliage des cultures dans notre monde globalisé, pour utiliser à son avantage le syncrétisme culturel et diminuer l'importance de la violence des attitudes colonisatrices. Cet auteur condamne donc cette vision du métissage au service de nos systèmes d'oppression, « *dont le propre est d'organiser le déni des liens souvent intimes qu'entretiennent métissage et spoliation, métissage et trouble d'identité, métissage et disparition sans trace* » (Brossat, 2001, p.32).

Il s'agirait donc de passer de la multi-appartenance à une appartenance-tissage. Dans la multi-appartenance, l'individu peut appartenir à plusieurs communautés mais être écartelé entre ces différentes communautés, qu'elles soient de travail, virtuelles, de loisirs, spirituelles, sur différents territoires ou d'origines culturelles ou ethniques. La question que je me pose serait : comment créer une appartenance-tissage, tissée de plusieurs fils des différentes appartenances toutes singulières pour former une tapisserie unifiée ? Je retrouve cette question dans la pensée de Maalouf (1998), lorsqu'il souhaite que les humains deviennent « *des êtres tissés de fils de toutes les couleurs, qui partagent avec la vaste communauté de leurs contemporains l'essentiel de leurs références, l'essentiel de leurs comportements, l'essentiel de leurs croyances.* » (p.137).



À ce propos, la pensée d'Édouard Glissant (2011), que j'aborderai vers la fin de ma recherche, m'a touchée. Ce dernier parle de la « *créolisation* » du monde : une rencontre avec l'autre qui nous amène à nous transformer, sans nous perdre. Selon Ménéil (2004, p.11), la créolisation :

invite à réinterroger les figures du métissage, comme elle oblige à envisager autre chose que le melting pot ou les simples rencontres entre cultures distinctes par dérivation ou affiliation à partir d'un modèle central qui se déclinerait en autant de variantes.

En conclusion de cette réflexion autour de l'appartenance, il me semble que cette notion tend à se transformer rapidement en cette ère hypermoderne, puisque l'identité est floue et changeante. Il me semble pour ma part qu'il pourrait exister une voie du milieu entre l'identité objective et l'appartenance verticale, reliées au territoire et à nos cultures ancestrales, et l'identité perçue et l'appartenance horizontale, reliées à tout notre construit social au cours de notre vie et nos multi-appartenances. Comme le dit Maalouf (1998), il me semble que chacun et chacune de nous devrait « *pouvoir assumer, la tête haute, sans peur et sans rancœur, chacune de ses appartenances.* » (p. 161)



## CHAPITRE 3

### ORIENTATIONS ÉPISTÉMOLOGIQUES ET CHOIX MÉTHODOLOGIQUES

#### 3.1 PARADIGME COMPREHENSIF ET INTERPRETATIF

Pour débiter cette recherche-formation, il me semble important de la situer épistémologiquement, afin que l'on puisse avoir accès aux assises sur lesquelles s'est construite la présente démarche. Ce faisant, je situe la dynamique de ma recherche dans le paradigme compréhensif et interprétatif, un courant épistémologique hérité des théoriciens de l'herméneutique du 19<sup>e</sup> siècle (Gauthier, 2015). À la suite de Grondin (2006), Gauthier (2015) nous introduit à l'esprit de Schleiermacher (1988) qui nous invite à développer un « *art du comprendre universel* », qui se différencie sensiblement du paradigme positiviste.

Le paradigme positiviste est né suite aux travaux d'Auguste Comte sous l'inspiration des travaux des philosophes et scientifiques des Lumières comme Bacon, Descartes, Newton, Locke, Hume et Kant, entre autres (Schurmans, 2011). Ces penseurs du courant évolutionniste, prétendent dans « *la loi des trois états* » que l'étape supérieure de la pensée humaine consiste à se détacher de « *l'idée d'une intentionnalité qui serait externe à l'action des phénomènes naturels les uns sur les autres* » ainsi que de « *toute préoccupation liée aux notions de cause première et de cause finale de l'univers* » (Schurmans, 2011, p.13). L'intention ici était de se placer dans une posture qui objective la nature ainsi que les démarches des sujets qui l'étudient, pour ne plus être sous le joug de l'obscurantisme

religieux et de toute autre forme d'irrationalité. La connaissance scientifique valable devient alors l'étude des relations entre les phénomènes. C'est là qu'Auguste Comte intervient pour dire que lorsque l'on repère des régularités entre les phénomènes, l'on peut formuler des lois qui nous permettront d'anticiper les événements à venir et ainsi de les contrôler. Cette vision de la connaissance permettra le progrès technologique et scientifique et influencera la vision du monde dans la modernité. C'est, d'après Schurmans (2011), ce qui permettait à Auguste Comte de prétendre que c'est la seule manière d'espérer un réel progrès pour l'humanité.

Comte appliquera sa philosophie positiviste aux phénomènes sociaux, qui seront « *considérés dans le même esprit que les phénomènes physiques, chimiques et physiologiques, c'est-à-dire comme assujettis à des lois naturelles invariables* » (Comte, 1825, dans Schurmans, 2011, p.15). Plus tard, les sciences sociales, pour se valider et défendre leur scientificité, opteront pour le paradigme positiviste et ses méthodes. Ainsi, en sociologie, comme le rappelle Schurmans (2011), quelqu'un comme Durkheim (1963) continuera dans cette lignée en dénonçant tous ceux qui prennent comme objet d'étude les vues de l'esprit, représentations ou introspections spirituelles.

Pourtant, en 1947 déjà, Dilthey plaidait pour la spécificité méthodologique et épistémologique des sciences humaines. Cet auteur confronte le positivisme de Comte « *qui postulait que les sciences humaines devaient absolument reprendre la méthodologie des sciences de la nature, si elles voulaient prétendre au statut de sciences* » (Gauthier, 2015, p.38). Selon Grondin (2006), c'est en s'inspirant de la pensée de Droysen (1808-1884), que Dilthey propose de différencier « *l'explication* » de la « *compréhension* » en vue d'offrir aux sciences humaines une méthodologie propre aux processus de compréhension. La pensée de Dilthey (1992) constitue une rupture épistémologique importante en ce qui a trait au rapport à l'objet d'étude, proposant l'herméneutique comme méthode scientifique valable pour comprendre et saisir l'humain. (Schurmans, 2011, Zaccai-Reyners, 1995). Selon lui, les sciences de l'esprit se caractérisent alors « *par la saisie immédiate d'un objet déjà constitué : les productions symboliques, disponibles dans l'environnement social et historique du chercheur et présentes, partiellement, au cœur de sa propre expérience de cet*

*environnement* » (Schurmans, 2011, p.40). Pour la première fois, dans les sciences de l'esprit, l'on conçoit l'importance et la validité de la perception intérieure de l'objet par le sujet. Ainsi, pour Dilthey, il est important de comprendre les conceptions de la vie et du monde à partir du plan biographique et historico-social :

Pour Dilthey, la compréhension, proposée comme objectif et comme méthode des sciences de la vie [...] consiste exactement à saisir l'ensemble des interrelations dynamiques entre les niveaux relatifs à la constitution de l'identité personnelle, du sens commun, des structures symboliques, et des organisations. (Schurmans, 2011, p.44.)

À la suite de Dilthey, Heidegger (1889-1976) participera à une transformation de l'herméneutique : cette dernière ne sera plus normative ou utilitaire, mais participera à une compréhension phénoménologique de l'objet d'étude. Selon Gauthier (2006, p.39), c'est grâce à l'herméneutique « *que le paradigme compréhensif et interprétatif participe à ouvrir la voie aux initiatives innovantes de recherche en sciences humaines et sociales* ». Ainsi, la recherche compréhensive et interprétative s'intéresse au sens que donne le chercheur à son objet d'étude, lui permettant d'identifier la structuration symbolique du phénomène étudié. Dans le cas d'une recherche à la première personne, elle se caractérisera par l'attention posée sur le sens que donnera la personne à sa propre expérience. (Argouarch, 2014, Erickson, 1986).

Nous sommes ici dans une dynamique de recherche impliquée qui fait du chercheur un témoin empathique plutôt que détaché, comme le dit si bien Boutet (2016). Pour Kaufmann (1996), il ne s'agit plus d'être seulement observateur-trice, car l'émotion « *constitue un instrument paradoxal de la construction de l'objet* » (1996, p.78). L'émotion est nécessaire pour entrer en relation directe avec l'objet d'étude, car elle sert à bousculer les préconceptions et les catégories préconçues du chercheur ou de la chercheuse. Ce dernier ou cette dernière devra cependant, au cours de son processus interprétatif, passer du descriptif au narratif et au compréhensif et du perceptuel au conceptuel.

Ce type de recherche se fait ainsi dans un va-et-vient entre les hypothèses et les faits, à partir desquels s'élaborent les concepts et les théories. Pour Boutet (2016, p.94), « *la*

*construction de l'objet est donc la résultante d'un continuel mouvement contradictoire ; émergence d'hypothèses qui bousculent et désorganisent le modèle d'un côté ; réorganisation, lissage du modèle de l'autre ».*

La démarche compréhensive et interprétative n'est pas sans défis : étant une herboriste clinicienne habituée à lire des recherches scientifiques de type positiviste ainsi qu'à créer et expérimenter des protocoles dans une pensée souvent hypothético-déductive, j'apprends à mettre en relation celle qui, dans ses pratiques personnelles, spirituelles et professionnelles est capable de suspendre jugements et interprétations pour laisser le sens se donner de lui-même et celle qui, en sa qualité de chercheure, pense les choses à partir de liens de causalité.

### **3.2 RECHERCHE QUALITATIVE**

Cette recherche est de type qualitatif. Le mode qualitatif nous permet d'approcher plus à vif l'expérience vécue, nous permettant de ne pas seulement en cerner les contours par quelques données chiffrées, mais plutôt de la laisser faire écho en nous, faisant ainsi le pari qu'en observant le singulier dans tout son déploiement, on touche à l'universel. Comme le mentionne Deslauriers (1991) :

la recherche sociologique a généralement été plus déductive qu'inductive : le chercheur fait davantage confiance à la théorie qu'il avait préalablement construite. Toutefois, la recherche qualitative a remis l'induction à l'honneur. En allant vers les faits, en étudiant la réalité, on y trouve des idées plus justes que celles qu'on préétablit avant de se rendre sur le terrain. (Deslauriers, 1991, p.85)

Selon Anadon et Guillemet (2007), trois conditions seront nécessaires pour produire des connaissances dans la recherche qualitative :

- 1) Valoriser la subjectivité comme espace de construction de la réalité humaine.
- 2) Valoriser et prendre en compte la vie quotidienne pour mieux comprendre les réalités socioculturelles.
- 3) Utiliser l'intersubjectivité ainsi que le consensus comme méthodes de construction de connaissances de la réalité humaine.

Pour les mêmes auteurs, ces trois conditions donnent à la recherche qualitative la possibilité de briller par une forme de « *souplesse dans la construction progressive de l'objet d'étude* » (Anadon et Guillemet, 2007, p.5). Ainsi, l'approche qualitative de la recherche permet d'entrer dans une démarche de recherche « *qui est itérativement – et constamment – ajustée aux caractéristiques et à la complexité des phénomènes humains et sociaux.* » (Anadon et Guillemet, 2007, p.5). Ainsi, l'expérience singulière contribue significativement à la construction du sens et de la connaissance. La subjectivité devient ici la clef de voûte de la recherche. En effet, c'est la signification et l'interprétation que les sujets donnent à leurs expériences et à leurs interactions sociales qui sont au cœur de la démarche de recherche. Ainsi :

Le mythe de la neutralité analytique est débusqué et l'étude des réalités humaines devient un espace de connaissances multiples dans lequel la rationalité et le discours de la causalité font place à l'interprétation et au consensus (Anadon et Guillemet, 2007, p.6.)

Ensuite, le fait de reconnaître la vie quotidienne comme valide et même souhaitable pour comprendre la réalité du sujet redonne le pouvoir à la collectivité et à ses membres, porteuse et porteurs de leur propre sagesse. Dans l'étude de moments quotidiens, nous sommes très souvent en mesure de laisser émerger des données imperçues jusqu'alors, renouvelant ainsi notre rapport à soi et au monde. Enfin, l'intersubjectivité se vit dans les échanges à l'intérieur de notre communauté de co-chercheur-e-s de cette maîtrise en étude des pratiques psychosociales, d'autres allié-e-s extérieur-e-s et avec notre direction de maîtrise. Les rétroactions et discussions sur nos recherches respectives nous permettent d'avoir accès à d'autres façons de voir.

### **3.3 POSTURE ETHIQUE DE TYPE DECOLONIALE**

Nouvelle venue dans la recherche universitaire, j'ai peu à peu pris conscience de l'aspect colonialiste de la recherche à tendance positiviste, qui « *n'admet comme réel que ce qui est visible, manifesté, observable* » (Boutet, 2016, p.88). Selon Tuhiwai Smith (2012), la recherche universitaire conventionnelle s'effectue à l'intérieur d'un champ discursif

impérialiste du savoir, sous un « *regard impérial* » (p.58) répondant à une autorité culturelle euro-centrée. C'est ce regard qui détermine les paramètres de la rationalité ainsi que les cadres et critères d'admissibilité des savoirs. Selon cette auteure, la recherche se fait encore *sur* les peuples autochtones, plutôt que *par, pour et avec eux*. Elle propose de se positionner épistémologiquement en choisissant l'établissement de stratégies méthodologiques décolonisées qui s'appuient sur les initiatives populaires, les langues autochtones elles-mêmes et des nouveaux modes de production de savoirs.

En m'inscrivant dans une démarche de recherche qualitative à la première personne et en ne visant pas la neutralité axiologique, il me semble que je pose un premier pas vers une méthodologie qui inclut l'expérience personnelle dans des processus de construction des savoirs. À plusieurs endroits de cette recherche, je fais référence aux cultures autochtones ou mi'gmaq, j'ai voulu choisir principalement des chercheur-e-s autochtones pour qu'ils et elles parlent d'eux et d'elles-mêmes. Il m'a semblé aussi important de passer par d'autres voies que la recherche euro-centrée et de tenir des entretiens avec les ancien-ne-s, portant la conviction épistémologique que leur chemin de sagesse portait sa validité propre. Prenant conscience que la plupart des recherches auxquelles je fais référence ont été écrites par des chercheurs euro-descendants, j'ai tenté, avec le temps dont je disposais, de porter une attention au choix des personnes citées pour inclure plus de femmes, de personnes racisées et de chercheur-e-s autochtones. Ceci dit, je suis bien consciente de m'inscrire dans un paradigme de recherche qui s'insère dans un cadre conventionnel pour ne pas dire néocolonial. Je porte cependant l'espoir que ce dernier pourra se transformer au contact d'un nombre grandissant de méthodologies décolonisées.

### **3.4 ATTITUDE PHENOMENOLOGIQUE ET PERSPECTIVE HEURISTIQUE**

Inaugurée par Husserl (1931), la phénoménologie est une science développée par Heidegger et Merleau-Ponty au niveau philosophique et par d'autres chercheurs comme Schutz (1987) et Berger et Luckman dans le champ sociologique (Anadon et Guillemet, 2007). Le terme « phénomène » vient du grec *phainoménon*, qui signifie « ce qui apparaît »



(Galvani, 2010), tandis que « logos » signifie « science ou étude des mots ». La phénoménologie serait donc l'étude de ce qui apparaît. Les origines et applications de la phénoménologie sont multiples. Je choisis dans ce mémoire la vision de Husserl, pour qui cette méthode permet de systématiser l'étude et l'analyse des actes de la conscience. Ainsi, pour Vermersch (2012), la phénoménologie permet de saisir les vécus tels qu'ils sont perçus par le sujet, de les décrire et de les analyser, en les libérant de toute interprétation préalable, qu'elle soit théorique, émotionnelle ou symbolique. Pour Paillé et Mucchielli (2003, p.14), l'attitude phénoménologique :

se caractérise par le recours systématique à la description du vécu sans y substituer un mécanisme explicatif, lequel a invinciblement tendance à réifier les concepts. La phénoménologie s'efforce d'explicitier le sens que le monde objectif des réalités a pour nous dans notre expérience. Elle cherche à appréhender intuitivement les phénomènes de conscience vécus.

Ainsi, une recherche d'inspiration phénoménologique tentera d'explicitier le sens que je donne à mon expérience en la libérant des jugements ou projections préalables, ce qui me permet d'avoir accès à un renouvellement de la vision que j'ai de mes pratiques et ainsi de transformer ces dernières ainsi que moi-même. (Van Manen, 1984, Depraz, Varela et Vermersch, 2000). Pour Depraz (2004), la phénoménologie se trouve à la jonction entre expérimentation scientifique et épreuve métaphysique. Cette auteure dira que :

Parmi d'autres philosophies, la phénoménologie se distingue par sa manière de confronter de façon méthodique le sujet singulier à son expérience et, en ce sens, elle entre en résonance avec ces expérimentations scientifiques en troisième personne où l'on cherche à tenir compte du vécu subjectif de l'expérimentateur, en première personne, sur un mode réglé ; cependant, elle fait du retour à l'expérience du sujet une exigence davantage qu'une réalité pratiquée de fait. (Depraz, 2004, p.150)

Quant à l'approche heuristique, elle est selon Craig, (1978) bien plus qu'une approche : elle est véritablement une porte d'accès révolutionnaire à la construction de la connaissance. La notion « heuristique » vient du terme grec « Eureka », « *qui renvoie à la notion de découverte, de mystère percé, de sensation interne d'éclairer un phénomène jusqu'ici irrésolu.* » (Beauchesne, 2012.) Selon mon expérience, ce type de recherche se rapproche du

cheminement initiatique des grandes traditions spirituelles : elle est toujours en mouvement, se découvre et se transforme. Pour Craig (1978), le propre de cette démarche est son caractère exploratoire et ouvert. Comme la phénoménologie, elle cherchera à rester le plus proche possible de l'expérience telle qu'elle se déroule. Si elle vise tout de même une certaine objectivation, elle fera tout pour éviter l'analyse trop rapide et les conclusions hâtives, afin d'avoir accès à « *l'intégrité intrinsèque* » des phénomènes (Craig, 1978, p.55).

Selon Boutet (2016, p.86), on verra dans la méthode heuristique un type de recherche « *qui se définit toujours plus précisément à mesure qu'elle progresse et qui peut changer de direction* ». Cette approche m'a permis de ralentir mon rythme interprétatif et de rester plutôt à l'affût de données émergentes inattendues, comme lorsque je suis dans la forêt et que je ralentis mon pas, disponible à découvrir le mouvement furtif d'une perdrix, le bruissement de feuilles dans le vent ou toute autre surprise qu'amène la contemplation lente. Au cours du processus, la recherche s'est mise à m'habiter, à me rendre curieuse de ma propre vie, de ma propre forêt, en quelque sorte :

[...] Nous travaillons in vivo, avec la vie qui continue d'arriver, la vie qui est bienvenue dans le processus et nous acceptons - de fait, nous espérons - que la recherche transforme quelque chose dans notre pratique. Nous convoquons toute la complexité de la question, plutôt que de réduire la question à une formulation simple. (Boutet, 2016. p.86.)

C'est ainsi que j'ai laissé ma démarche de recherche m'imposer son propre rythme, en relation avec les événements de la vie. L'approfondissement de ma problématique, de ma question, de mes objectifs, de ma méthodologie, de mon interprétation et de ma systématisation s'est fait dans une succession d'allers-retours qui suivaient le rythme de ma vie et ce qui en émergeait. Si, peu à peu, le rythme s'est accéléré et la recherche s'est clarifiée naturellement, je n'ai pas pu faire l'économie de longs moments de doute ou de vide, de réécritures successives et d'une production peut être excessive de matériel qui n'a rien à voir avec le résultat final. Ceci dit, je crois que c'est ce processus précis qui a permis la transformation réelle de ma pratique et de la praticienne que je suis.

### 3.5 METHODOLOGIE DE TYPE BIOGRAPHIQUE

*Faire son histoire de vie, c'est regarder le passé en face, le toiser et l'interroger, le transformer en problème existentiel et intellectuel qu'on tentera de résoudre pour ouvrir des voies à de nouvelles avenues.*  
Rugira (2005).

Selon Pineau et Le Grand (2019), la pratique des histoires de vie existe depuis les débuts de l'humanité. Ils définissent cette dernière comme une « *recherche et construction de sens à partir de faits temporels personnels* » (Pineau et Le Grand, 1993, p.3). Le Grand (2000) nous apprend que cette pratique s'enracine dans une perspective anthropologique et sociologique qui prend sa source dans l'École de Chicago, influencée par l'herméneutique philosophique et se développera ensuite dans le courant de l'éducation permanente menant à la création de l'Association internationale des histoires de vie en formation (ASIHVIF). Ainsi, s'enracinant dans la tradition phénoménologique et herméneutique, la recherche biographique réfléchit la pensée et l'action humaines situées dans le temps et dans une logique narrative.

Aujourd'hui, les méthodes biographiques sont pratiques communes dans le champ de l'éducation. Selon Balleux (2007, p.403) : « *Ces méthodes donnent la parole aux acteurs et constituent ainsi pour eux-mêmes ou pour autrui des occasions uniques d'accéder à leurs dynamiques individuelles, à leurs aspirations, à leurs prises de conscience et à leurs évolutions.* » Cet auteur nous rappelle que cette forme narrative reste une expérience transformée par l'interprétation qu'on en fait. Ainsi, il nous faudra distinguer l'histoire telle que vécue par le sujet et le récit qu'il ou elle pourra en faire, et c'est à cette perception singulière du récit que la recherche s'intéresse, non à une série de faits vérifiables. C'est dans ce sens que Gauthier (2007, p.92) à la suite de De Villers (1996) dira que :

Par l'entremise du travail autobiographique, le chercheur révèle à lui-même comme aux autres son système subjectif de construction de sens. Il ne peut en aucun cas

prétendre contenir dans son énonciation toute la réalité ni les points de vue des autres acteurs présents dans l'histoire racontée.

Ainsi, la posture en recherche biographique veut démontrer de quelle façon l'expérience singulière du sujet dans un temps et un contexte donnés influencera sa façon d'être au monde, de se percevoir et de construire son identité et sa vision du monde. C'est ce que Delory-Momberger (2010, p.2) exprime lorsqu'elle parle de l'appréhension des processus de la « *genèse socio-individuelle* », qui se veut un pont entre la psychologie et la sociologie, soit « *l'étude des modes de constitution de l'individu en tant qu'être social singulier* ».

Une recherche en première personne assume pleinement la subjectivité du chercheur et elle utilise une méthodologie définie de production et d'interprétation qualitative de données. Ce faisant, elle permet d'élargir la vision du spectre de nos humanités en saisissant pleinement – *de l'intérieur*, de quoi sont constituées les relations de soi à soi, de soi à l'autre et de soi au monde (Galvani, 2008, Pineau, 1991, Desroche, 1990, Pilon, 2005, Rondeau et Paillé, 2016). Pour Rugira (1999) entrer dans un processus autobiographique demande de consentir à devenir fils ou fille de son œuvre.

### **3.5.1 L'auto-ethnographie**

J'ai choisi l'auto-ethnographie comme voie privilégiée de tissage des différentes données qui ont émergé de ma recherche. Pour Dubé, l'auto-ethnographie « *peut être définie comme une narration de soi qui tient compte de la relation avec les autres dans des contextes culturels et sociaux* » (Dubé, 2016, p. 66). Cette méthode d'inspiration biographique me permet de me situer ontologiquement dans le monde dans lequel je suis venue au monde et dans les différents courants culturels et contre-culturels qui m'ont façonnée. Ellis (2004) parle de l'auto-ethnographie comme d'une méthode d'écriture et de recherche qui relie l'autobiographie et le personnel, au culturel et au social. Selon cette auteure, cette méthode permet d'inclure d'une façon concrète l'action, la conscience de soi, l'expérience

émotionnelle et l'introspection au cœur des processus de recherche, comme dans le cas de l'autobiographie.

En ce qui me concerne, l'auto-ethnographie m'amènera à mettre en relation la vie de mes ancêtres européens, acadiens et mi'gmaq et le contexte socio-historique de ma venue au monde et de mon enfance. Puis, il me permettra de développer un autre regard sur ma vie dans la contre-culture moderne à partir de l'adolescence, ma quête de sens, ma professionnalisation ainsi que mes pratiques actuelles. Ceci pour tenter de comprendre mon chemin de vie à partir des courants culturels de l'histoire du Québec et du monde, dans l'intention d'intégrer les différents courants qui m'ont façonnée et de prendre une distance face à ma vie afin de pouvoir transformer encore plus profondément mon récit intérieur en lien avec cette dernière.

Pour Denzin (2006), l'auto-ethnographie nous permet d'étudier le monde social et de rendre compte d'une partie de l'histoire, à partir d'un point de vue singulier. D'après Rondeau (2011, p.49) cette méthode peut devenir « *une manière singulière de présenter, de façon significative et consciente, le phénomène culturel vécu, questionné et recherché* ». De plus, à l'instar d'Ellis et Bochner (2000), Dubé (2016) postule qu'un processus de réflexivité sur son positionnement en tant que chercheur-e peut inspirer une réflexion critique du lecteur ou de la lectrice sur son expérience de vie, sur la construction de sa personne et sur ses interactions, dans des contextes sociohistoriquement situés. Ainsi, pour Dubé (2016) :

ce dialogue se produit par le biais d'une comparaison des différences et des similitudes entre l'expérience du lecteur, ses pensées et ses émotions avec celles de l'auteur. En fait, le lecteur d'écrits autoethnographiques doit être non seulement touché émotionnellement et de façon critique, mais également transformé. (2016, p.68.)

### **3.6 TERRAIN DE RECHERCHE**

J'ai utilisé ma vie et même la vie de ceux et celles qui m'ont précédée comme principal terrain d'enquête puisque j'ai choisi l'auto-ethnographie comme méthode de recherche. J'ai écrit lors d'une retraite d'écriture aux Iles de la Madeleine, dans un café de Rimouski et dans

mon bureau de pratique, mais le principal territoire dans lequel j'ai rédigé ces pages a été mon bureau personnel, dans lequel je fais mes consultations et formations à distance. Ayant l'image de Coyolxauhqui toujours derrière moi, les grands pins à la fenêtre, un mur de mind-mapping évolutif à ma gauche sur lequel étaient épinglés nombreux mots d'amitié de ceux que j'aime, un autel pour mes ancêtres juste devant moi ainsi qu'un matelas à ma droite, qui me permettait d'y rester tard et de vivre à mon rythme. J'ai créé un espace de recherche sécuritaire et inspirant dans lequel je pouvais travailler à toute heure du jour ou de la nuit. Je peux aussi considérer le terrain sur lequel est construit la maison que j'habite, au cœur de la forêt, comme un lieu important de ma recherche, puisque plusieurs récits phénoménologiques, entretiens d'explicitation et écrits poétiques se déroulent dans l'espace naturel qui m'entoure. C'est aussi le lieu sécuritaire où j'ai pu exercer ma conscience réflexive, en compagnie des arbres, oiseaux et autres alliés de la nature.

Au niveau des territoires examinés, la praticienne-chercheuse que je suis se promène de l'Europe à l'Amérique, particulièrement aux Iles de la Madeleine, à Québec, à Montréal et dans le Bas-Saint-Laurent, dans ma vie familiale, scolaire, contemplative et spirituelle, ainsi que dans diverses communautés auxquelles j'ai appartenu. Ayant à cœur d'examiner ma pratique à partir de ma question de recherche, j'ai extrait des données de différents stages pour les femmes que j'ai donnés au Québec et en France, de l'assistantat d'une formatrice au baccalauréat en psychosociologie des relations humaines de l'UQAR, de ma pratique comme thérapeute, de différents moments de ma pratique spirituelle, de moments personnels en nature, en famille ou en classe de maîtrise et de ma pratique artistique avec le collectif écoféministe Les Tisserandes. Ainsi, nous verrons apparaître, dans les récits phénoménologiques et les extraits de mon journal de chercheuse, quelques moments qui ont été choisis dans ces territoires examinés.

### 3.7 OUTILS DE PRODUCTION DE DONNEES

#### 3.7.1 Récits phénoménologiques

Dans cette recherche, j'ai procédé à l'écriture d'une cinquantaine de « *Je me souviens* », (Galvani, 2004). Ces derniers sont des courts récits phénoménologiques permettant d'avoir accès à des moments précis tels qu'ils se sont présentés, dans une posture de suspension, sans analyses ou réflexions satellites. L'intention ici est de « *centrer l'écriture sur l'exploration phénoménologique de leur expérience plutôt que sur leurs représentations mentales* » (2004, p.107). Ainsi, il s'agit dans une écriture de ce type de récits, de laisser remonter les souvenirs des moments en lien avec notre thème de recherche, de s'immerger dans la mémoire concrète de ce souvenir afin d'avoir accès à la sensorialité de cet évènement, afin de laisser émerger à la conscience les éléments semi-conscients et pré-réfléchis de l'action (Vermersch, 2012).

Selon Galvani (2004), les récits phénoménologiques permettent d'avoir peu à peu accès à notre fil conducteur, qu'il appelle le fil rouge, et ainsi de saisir les enjeux de la recherche. Paillé et Muchielli (2012) expliquent que ce type de récits permet d'avoir accès à la construction du sens vécu par le sujet. Pour ces deux auteurs, ce récit constitue en soi « *un résultat de recherche dans la mesure où il donne à voir dans son intégrité une portion d'expérience* » (p. 75). Ce type de récit, nous dit Balleux (2007), doit nous amener à faire l'expérience intime du point de vue de l'acteur ou l'actrice. Pour ma part, l'écriture de récits phénoménologiques a donné naissance à de nouveaux entretiens d'explicitation ou sessions de focusing, dans une spirale herméneutique (De Champlain, 2011) qui mène toujours plus au cœur de la question. Galvani propose ainsi que cette écriture « *nous donne aussi la possibilité de retrouver, en deçà des mots, un contact avec la source vive du sens des expériences* » (Galvani, 2004, p.108).

### 3.7.2 Entretien d'explicitation

Dans son ouvrage « L'entretien d'explicitation », Pierre Vermersch (2014) nous rappelle qu'une technique d'entretien est un ensemble de pratiques d'écoute et de relances, qui ont pour fonction d'accompagner la formulation par le sujet de sa propre expérience, à différents niveaux selon le but souhaité. S'il existe différentes techniques d'entretien, « *la spécificité de l'entretien d'explicitation est de viser la verbalisation de l'action* » (2014, p.9), dans l'intention de s'informer sur la manière dont l'interviewé a réalisé une tâche particulière, d'aider l'autre à s'auto-informer et de former l'autre à s'auto-informer. Ainsi, les entretiens d'explicitation sont essentiellement des interviews permettant de faire émerger un sens nouveau en lien avec une situation donnée, choisie ou non, à travers des questions précises mettant en relief les verbes d'action. Dans ce type d'entretien, on mettra la loupe sur l'action plutôt que l'émotion, sur la dimension vécue de l'action et non ses aspects conceptuels, généralisants, symbolisants ou imaginaires. Ainsi, les questions servent à faire ressortir la dimension procédurale de l'action et non ses raisons ou ses intentions. C'est ce qui nous donne accès à la dimension implicite de cette dernière, au savoir pratique préréfléchi, qui constitue une source importante d'information sur nous-mêmes, nos pratiques et nos processus cognitifs. Cette méthode implique un contrat de communication, la mise en œuvre d'un processus balisé et le respect de principes éthiques. Au niveau de l'entretien d'explicitation employé en recherche, « *le but est de reconstituer les prises d'information que l'interviewé a enregistrées et traitées, même s'il n'a pas eu conscience de les prélever* » (Vermersch, 2014, p. 85).

En ce qui me concerne, les dix entretiens d'explicitation que j'ai fait ont été une révélation. En effet, j'ai réalisé en les pratiquant à quel point je pouvais intégrer une quantité impressionnante de ressentis et de sens qui m'avaient échappé lors du vécu initial de l'expérience étudiée. En effet, l'entretien d'explicitation fait appel à la mémoire concrète : « *la mémoire du vécu dans tout ce qu'il comporte de sensorialité et le cas échéant d'émotion* » (2014, p. 87), que le sujet pourra expérimenter d'une façon très vivace comme s'il revivait pleinement le moment passé. Ces entretiens ont été déterminants dans



l'émergence de nouvelles données en lien avec la présence en soi, mon lien à la nature et à l'invisible et l'intégration de mes expériences. Je ne les ai pas tous directement employés dans ce mémoire, je les utilisais surtout pour faire un retour réflexif et compréhensif sur mon expérience, ma pratique et mon histoire. Tout le travail fait grâce aux entretiens d'explicitation, à la tenue de mon journal, au travail symbolique, poétique et introspectif, à mes notes cours, mes lectures, etc. a constitué pour moi un socle réflexif depuis lequel j'ai écrit l'ensemble de ce mémoire.

### **3.7.3 Journal d'itinérance et pratiques d'introspection**

Fidèle à l'écriture, j'ai écrit tout au long de cette maîtrise un journal d'itinérance, que j'ai appelé « *Journal de chercheure* ». Barbier (1996, p.95) le définit ainsi :

Il s'agit d'un instrument d'investigation sur soi-même (...) qui met en œuvre la triple écoute/parole clinique, philosophique et poétique de l'approche transversale. Carnet de route dans lequel chacun note ce qu'il sent, ce qu'il pense, ce qu'il médite, ce qu'il poétise, ce qu'il retient d'une théorie, d'une conversation, ce qu'il construit pour donner du sens à sa vie.

En premier lieu, le journal d'itinérance est un journal brouillon, dans lequel le chercheur écrit « *tout ce qu'il a envie de noter dans le feu de l'action ou dans la sérénité de la contemplation* » (Barbier, 1996, p.98). Ensuite, le chercheur ou la chercheure fera au fil du temps une relecture avec des possibles commentaires réflexifs, philosophiques, scientifiques et des références d'auteur-e-s, puis un remaniement du journal, dans l'éventualité d'une lectrice – d'un lecteur. J'ai ainsi écrit un journal de deux cent cinquante pages, qui m'a suivie tout au long de ma formation et de mon écriture : dans les cours, colloques, symposiums, mais aussi avec une pratique de l'écriture au départ sporadique puis quasi quotidienne, dans mon bureau. Tout au long de ma recherche, j'ai ainsi fait plusieurs relectures et modifications du journal, en modifiant quelques passages et en laissant d'autres en friche. Dans ma démarche de recherche, en alliance avec une écriture quotidienne du journal d'itinérance, j'ai utilisé différentes méthodes d'introspection telles que le focusing,

la symbolique et l'écriture poétique. J'ai intégré les résultats de ces différentes investigations à l'intérieur de mon journal d'itinérance.

Le Focusing de la relation intérieure (FRI) est une méthode d'investigation développée par Ann Weiser-Cornell (1996) suite aux travaux de Gendlin (2012) avec le Focusing. Cette méthode d'investigation méditative permet d'avoir accès aux informations cachées derrière notre ressenti corporel (*felt sense*) et d'entendre l'expérience profonde des parts de soi qui restent normalement cachées sous la surface de notre personnalité. Weiser-Cornell (1996) définit le Focusing comme « *un processus de conscience de soi et de guérison émotionnelle centré sur le corps*<sup>45</sup> » (Weiser-Cornell, 1996, p.2).

La prémisses de base du FRI est que notre personnalité n'est pas un bloc monolithique, mais est plutôt constituée de plusieurs « parties de soi » ou « co-identités », possédant chacune ses besoins et réalités, selon le moment de notre développement où elles se sont cristallisées à l'intérieur de notre personnalité. L'idée est d'entrer en relation avec ces parties de nous, dans un espace empathique de Présence, avec curiosité et sans attentes. Ainsi, à travers des sessions en solo ou en duo, cadrées dans un protocole donné, je fais place à ce qui, en moi, a besoin d'être entendu, ou à ce que je décide d'investiguer, « *d'un lieu de présence qui autorise leur voix et leur permet de s'intégrer au "tout en mouvement" que je suis* » (Courtois, 2017). Comme dans la communication consciente, l'intention la plus importante est la connexion. J'ai pu ainsi approfondir des parts de mon intériorité ayant été mises en lumière dans les récits phénoménologiques.

Dans cette même intention d'entrer en dialogue avec mon inconscient et l'invisible, j'ai également utilisé la symbolique. La symbolique fait partie de ma vie depuis toujours : j'interprète différents éléments de la nature, des rencontres avec des animaux ou des humains, les mots que j'entends, une pièce de musique ou des rencontres, comme un langage du Grand Mystère qui me permet d'avoir accès à des informations importantes que je ne saurais voir

---

<sup>45</sup> Traduction.

autrement. Vivenza (2014, p.9) écrit que « *le recours au symbole permet soit de relier les hommes et les sociétés auxquelles ils appartiennent à l'invisible, soit d'évoquer cette dimension et d'en traduire, le cas échéant, la présence en ce monde* ». J'ai utilisé la symbolique notamment en illustrant les parts de moi découvertes en FRI avec la technique Soul Collage, des ateliers de collage d'images sur des cartes, créant ainsi peu à peu une sorte de tarot de notre propre vie. J'ai créé une dizaine de cartes de tarot-collages, à la suite desquelles j'ai écrit des textes de prose tentant de donner des mots aux images. J'ai également fait appel au symbolisme dans la catégorisation première des données et dans l'analyse de pratique, en utilisant la roue de médecine, le symbolisme des directions et des animaux et la mythologie de Coyolxauhqui.

Ensuite, les écrits poétiques ont constitué des voies de passage extraordinaires pour laisser s'exprimer le sensible en moi. En ce sens, j'ai particulièrement utilisé les voies du Kasàlà et du slam. Le mot Kasàlà « *désigne à l'origine un genre poétique et musical en cilubà* <sup>46</sup> » (Kabuta, 2015, p.12). Cette pratique de poésie panégyrique existe sous différents noms dans différents pays d'Afrique et a été revitalisée suite aux travaux de Kabuta (1995). Il signifie aujourd'hui un poème-récit cérémoniel écrit et récité pour une personne, un groupe de personnes, un lieu ou un objet donné et qui porte comme intentions de célébrer la Vie en soi et en l'autre, de stimuler l'énergie vitale et de la faire circuler, de nourrir l'amour de soi et de l'autre. Kabuta dit ainsi que « *le kasàlà est une pratique à la fois poétique, pédagogique, soignante et solidarisante* » (Kabuta, 2005, p.27). Au cours de cette recherche, l'écriture de différents Kasàlàs m'a permis d'approfondir ma relation à moi, aux autres et aux lieux, ainsi que de pouvoir exprimer avec bienveillance le sensible qui m'habitait.

Quant au slam, il est né du poète américain Marc Smith, en 1987. Ce dernier cherchait une façon de démocratiser la poésie. C'est ainsi que sont nées les joutes de slam (claques en anglais), une sorte de compétition amicale dans laquelle la poésie est récitée de façon rythmée à un auditoire, puis jugée selon le senti de quelques personnes présentes, choisies

---

<sup>46</sup> Une des langues de la République Démocratique du Congo.

aléatoirement et une seule fois. Consistant en l'écriture et la déclamation de courts textes ne devant pas dépasser trois minutes, le slam permet de s'exprimer poétiquement et efficacement. Il est plus qu'une forme de lecture poétique, il est un mouvement d'expression populaire (O'Keefe Aptowicz, 2007). Tout au long de ma recherche, l'écriture de slam m'a accompagnée, se faisant de plus en plus présente au fil du temps et constituant certainement un outil d'accompagnement de mes enjeux et réflexions. J'ai gardé quelques slams dans ce mémoire final.

### **3.8 METHODE D'INTERPRETATION DES DONNEES QUALITATIVES**

*On n'analyse pas nos données pour en déduire des conclusions, mais pour être inspiré dans la construction d'une compréhension nouvelle, originale et pleine de sens.  
Boutet, 2016*

Selon Rondeau et Paillé (2016), le fait de nommer, explorer et analyser notre expérience constitue un premier résultat d'enquête, qui devra être édité pour en extraire l'essentiel. L'analyse de mes données s'est effectuée dans un continuum fécond avec la collecte de nouvelles données : « *l'analyse commence dès que le chercheur recueille des données : en même temps qu'il les organise, il les traite et les analyse* » (Deslauriers et Kérisit, 1997, p.93). De plus, selon ces auteurs, la question de recherche elle-même s'élaborera progressivement, se trouvant au point de rencontre entre la cueillette des données et leur analyse. L'intersubjectivité, qu'elle soit vécue par la rencontre avec des pairs ou dans un dialogue avec des auteur-e-s, est au cœur de ces méthodes d'interprétation.

#### **3.8.1 Analyse thématique et intersubjectivité**

*L'analyse est un travail d'artisan qui porte la marque du chercheur ; l'intuition*

*s'y mêle au savoir-faire et à la touche personnelle.*  
*Deslauriers, 1991*

Pour commencer un défrichage de mes données et tenter d'en dégager un sens nouveau, j'ai en premier lieu, procédé par analyse thématique. Cette dernière constitue un procédé de réduction des données qui, selon Paillé et Muchielli (2012), permet de traiter son corpus, de l'organiser et de le synthétiser dans des dénominations appelées « thèmes » ou « thématisations », qui peuvent être par la suite décomposés en « sous-thèmes ». Cette méthode à la fois intuitive et systématique de recoupage et de comparaison nous permet d'avoir accès à ce qui est réellement l'objet de la recherche, de répondre à la question : « *qu'y a-t-il de fondamental dans ce propos, dans ce texte, de quoi y traite-t-on ?* » (Paillé et Mucchielli, 2012, p.231). Ainsi, j'ai, de façon solo ou avec mes allié-e-s, repéré des mots-clefs ou des thèmes en lien avec mes questions de recherche, d'ordre plus concret ou plus symbolique. Ensuite, lors de ma lecture sur l'ordinateur, je soulignais chaque mot-clef relié au thème d'une couleur particulière, pour annoter ce dernier dans la marge de mon journal d'itinérance. Puis j'ai créé des documents titrés de chacun de ces thèmes où je regroupais les passages en question.

Dans une intention de laisser une plus grande place à l'intuition, j'ai par la suite imprimé l'ensemble de mes données pour pouvoir travailler « artisanalement », annotant et soulignant directement sur le papier. J'ai relu ces dernières à différentes reprises dans des plages horaires diversifiées, dans le but de me laisser surprendre, de voir les choses différemment. D'après Deslauriers (1991), Morin (1973) parle ainsi de l'importance des relectures successives : « *Ce n'est que par approches répétées que le matériel se met progressivement à parler, révélant ainsi peu à peu différents niveaux de significations dont on n'aurait même pas eu idée au début de l'analyse* ». (Deslauriers, 1991, p.81)

Si ce travail de nonne a été essentiel pour arriver au cœur de ma recherche, la plupart de mes grandes révélations ont émergé lors de discussions avec des collègues, d'espaces réflexifs communs. Rondeau et Paillé (2016) en parlent ainsi :

C'est un travail qui est réalisé dans l'interaction et à travers de multiples rencontres : avec soi, en soi, avec l'autre et le monde. Ces rencontres sont génératrices de tensions entre ce qui résiste et ce qui pousse vers l'avant, entre le rejet et l'attraction, entre ce qui est, dans la réalité, et ce qui est souhaité pour l'à-venir. Ces tensions deviennent le point d'appui d'un balancier d'ambivalences qui amène la personne à se questionner et à se remettre en question pour trouver le sens de son existence et de son expérience. (Rondeau et Paillé, 2016, p.9)

Ainsi, mes données ont été maintes fois lues et commentées par des collègues pour une lecture intercompréhensive, me permettant d'en dégager un sens nouveau. Mes « Eurêka » de recherche sont la plupart du temps venus à la suite d'échanges avec la communauté de chercheurs ou avec mes allié-e-s.

Vers la fin de ma recherche, j'ai repris mes thèmes et sous-thèmes laissés en jachère pour m'inspirer dans mon chapitre de compréhension : en premier lieu m'inspirant des thèmes pour l'interprétation des données et en second lieu pour structurer mon chapitre.

### **3.8.2 Interprétation en mode écriture**

*L'explication s'impose à notre conscience de façon fulgurante et tout s'éclaire tout à coup : d'eux-mêmes, les morceaux du casse-tête tombent en place.  
Jean-Pierre Deslauriers, 1991*

Lors de la dernière année de la recherche, j'ai laissé en jachère quelques temps mon analyse thématique, pour privilégier l'interprétation en mode écriture. Paillé et Muchielli (2008, p.123) définissent cette dernière comme « *un travail délibéré d'écriture et de réécriture, sans autre moyen technique, qui [tient] lieu de reformulation, d'explicitation, d'interprétation ou de théorisation du matériau à l'étude* ». Comme l'explique Berger, (Berger et Paillé, 2011), je constate que cette méthode permet plus de liberté dans une rédaction interprétative, surtout lorsqu'elle est auparavant structurée par une analyse thématique ou en catégories. Ainsi, à l'instar de cette auteure, « *je me suis "laissée écrire", à partir d'une mise en écho, fondée sur le mode de la résonance, avec la reconstitution de*

*l'expérience ; jouant pleinement la carte de la démarche interprétative qualitative* » (Berger et Paillé, 2011, p.78). L'interprétation en mode écriture se déroule en plusieurs temps et en suivant différents types de logiques, tels que logique de précision (repréciser telle donnée, contexte, analyse), logique de résonance (ce qui me vient intuitivement en me relisant) et logique de développement théorique, vers une systématisation et une théorisation des données (Berger et Paillé, 2011). De concert avec l'interprétation, j'ai entretenu une pratique active de lecture de différent-e-s auteur-e-s en lien avec ma recherche, dans le but de créer un dialogue entre la pensée de ces dernier-e-s et l'interprétation de mes données.

Dans l'intention d'analyser mes pratiques actuelles à la lumière de ma question de recherche, j'ai ainsi relu et réécrit plusieurs fois un chapitre « analyse de recherche », créant de nombreux agencements dans l'intention de créer une cohérence entre mon auto-ethnographie et ce qui m'était révélé dans l'observation de mes pratiques. Ces relectures et réécritures successives m'ont amenée à plonger encore plus profondément dans la spirale itérative de ma recherche, d'avoir accès à des hypothèses émergentes, à des inspirations qui m'amenaient à me poser de nouvelles questions et à créer de nouvelles données, toujours plus proches de mon thème de recherche, de ma véritable quête. Malgré la difficulté et les doutes que peut amener cette démarche d'inspiration heuristique, Berger et Paillé (2011) parlent de l'interprétation en mode écriture comme du type d'analyse le plus fécond.

Malgré que j'aie dû retrancher des centaines de pages d'analyse par souci d'épurer un mémoire déjà trop long, je peux mesurer l'impact de cette interprétation à l'effet transformateur qu'elle a eu en moi et sur mes pratiques.

Boutet (2016, p.96) le formulera ainsi :

La valeur de cette compréhension ne se mesure pas à la logique de la conclusion, mais à l'effet d'agrandissement intérieur et de transformation des agirs qu'elle induit en nous et chez les personnes qui suivent le développement de notre recherche et liront notre mémoire.





## CHAPITRE 4 - AUTO-ETHNOGRAPHIE : LA LONGUE MARCHÉ DU TEMPS

*Ma vie m'intéresse parce qu'elle est une  
quête de sens. Pour moi, cela signifie que  
chaque geste, du plus créateur au plus  
quotidien, soit dédié à mon intime  
engagement envers le Grand Mystère de  
l'existence.  
Dany Héon, 2014*

Dans l'auto-ethnographie qui suit, je tente de mettre en lumière le contexte historique et social dans lequel je suis venue au monde et j'ai évolué, afin d'éclairer ma question de recherche autour de l'appartenance au monde et au territoire, à travers la voie de l'écoféminisme spirituel. J'ai laissé ma question de recherche me porter, m'inspirer dans l'histoire que je raconte, choisissant ainsi de mettre en relief certains aspects de ma vie, ceux qui semblaient répondre à cette question ou du moins expliciter la création de cette quête. Pour garder une cohérence en lien avec ma question, j'ai dû faire des deuils : ne pas développer certains pans pourtant importants de ma vie, soit mes relations amoureuses et ma quête de maternité. Si mon lien à la maternité et au deuil périnatal se devine à plusieurs moments de la recherche, je n'ai pu honorer ici toute l'importance de ce lien. Ceci sera discuté brièvement dans les limites de la recherche.

J'ai revisité mon passé avec un regard renouvelé, avec une question dans la tête et le cœur, à laquelle je tente de répondre ici et dans les chapitres subséquents. Par m'assurer de la digestibilité de mes écrits, j'ai choisi de séparer mon auto-ethnographie en deux chapitres. La première partie répond à la question d'où je viens. Elle parle de mes ancêtres, de mes parents et de mon enfance, jusqu'à mon adolescence. La seconde partie fait état des différentes crises qui ont secoué ma vie par la suite, des explorations adolescentes qui s'en sont suivies et comment ces deux facteurs ont tracé le chemin de marginalité que j'ai pris par la suite.

Quoique présente, l'analyse se fait discrète au cœur de ces deux chapitres, laissant place à un récit de type plus narratif, ponctué de récits phénoménologiques, d'écrits poétiques et d'explications ethnographiques. Ceci pour que le lecteur/la lectrice suive avec moi le processus que j'ai fait dans cette recherche : comprendre l'importance du transgénérationnel et des construits sociaux dans mon enjeu d'appartenance. Je définis le transgénérationnel par ce qui se transmet d'une génération à l'autre, de nos ancêtres jusqu'à nous, à partir d'une génération donnée (un enjeu ou un talent, par exemple). Je voulais relier ces facteurs à notre histoire commune et à la réalité de l'hypermodernité, dans une intention de « dépersonnaliser » cet enjeu, de voir s'il me dépassait, s'il appartenait à d'autres avant moi et à ma génération autour de moi.

#### **4.1 LE CHEMIN DES ANCETRES**

*Je fouille ma mémoire pour débusquer le plus grand nombre d'éléments de mon identité, je les assemble, je les aligne, je n'en renie aucun.  
Amin Maalouf*

Je suis fille métissée de différents peuples et cultures. Ainsi, il me semble important de débiter par l'histoire de mes ancêtres. Nous verrons dans ce sous-chapitre l'impact présumé de l'influence de la vie de mes ancêtres sur mes relations d'aujourd'hui et ma quête d'appartenance.

#### 4.1.1 Du côté du père... les grands-parents et les ancêtres

Je sais peu de choses sur mes ancêtres paternels, puisque mes grands-parents ont immigré d'Europe et que leur histoire avant cette immigration nous est inconnue. Par contre, l'histoire de mes grands-parents nous renseigne un peu sur leurs origines. Alors que j'étais engagée dans ma démarche de recherche, j'ai appris que mon cousin et mon petit-cousin poursuivaient leur propre quête des ancêtres et ont découvert plusieurs histoires plutôt surprenantes sur nos grands-parents. Mon écriture s'est donc transformée au fur et à mesure des mois qui passaient, laissant apparaître de nouvelles informations. Ces informations sont venues confirmer l'histoire invraisemblable que ma grand-mère et mon grand-père avaient racontée à mon père, une seule fois, à tour de rôle. Cette histoire, que tous et toutes dans la famille considéraient comme mythique et farfelue, est la suivante : mes grands-parents, qui avaient tous deux une famille aux États-Unis, se sont rencontrés, seraient tombés en amour, puis ont quitté sans prévenir leurs familles respectives pour fuir et immigrer ensemble dans la ville de Québec.

Ma grand-mère paternelle, que l'on connaissait sous le nom de Mary Celestina DeLuce, est italienne. Elle était considérée « comme une sainte » par ses enfants, dont mon père qui lui vouait presque un culte, et jouissait d'une bonne réputation au sein de toute la famille. Nous pensions, grâce aux documents trouvés avec des recherches sur le site Ancestry.ca, qu'elle avait immigré avec sa mère et ses frères sur Long Island, à New York, autour de 1890. Vers la fin de cette écriture, nous découvrons qu'elle s'appelait non pas Mary De Luce (comme celle des documents) mais plutôt Celestina Passalacqua, qu'elle aurait eu quatre enfants dès l'âge de 14 ans et qu'elle les aurait abandonnés (dont son dernier de six mois) pour fuir à Québec avec mon grand-père.

Quant à mon grand-père, l'histoire est aussi troublante. À une seule occasion, mon grand-père Louis Bantey – qui prétendait être Portugais mais qui ne parlait pas cette langue, aurait raconté à mon père qu'il était Juif d'origine. L'histoire est restée floue pendant de longues années, puis au cours de ma recherche, mes cousins ont fini par découvrir une bonne

partie de l'histoire, grâce aux sites 23 and me et Ancestry. Mon grand-père s'appelait en réalité David Berger. Il aurait immigré lui aussi sur Long Island en 1896, avec son père en provenance de l'Ukraine, à bord du Phoenicia. Ils étaient effectivement des Juifs ashkénazes, vraisemblablement en provenance de l'Ukraine. S'ils étaient Juifs, fuyaient-ils les pogroms ?

### **De l'histoire des juifs et des pogroms**

Selon Nahon (2007) le peuple juif est issu des israélites qui ont vécu dans le Croissant fertile et sur la côte est de la Méditerranée. Ils se sont nommés Juifs suite à l'exil en Babylone, dans la province de Judée (Judéens-Juifs), qu'ils auraient fondée en même temps que le royaume d'Israël. Au cours du Moyen Âge, un antijudaïsme se propage chez les chrétiens, véhiculé notamment par des violences rituelles lors de la fête de Pâques. Cette violence se continuera lors des croisades. Au cours de l'histoire, les Juifs seront souvent tenus pour responsables des épidémies qui ravagent l'Europe et subiront des persécutions et expulsions dans de nombreux pays du vieux continent. Les Juifs ashkénazes (du patriarche biblique Ashkenaz), d'origine et de langue germaniques et qui sont les plus nombreux aujourd'hui, s'installent en grand nombre dans l'est de l'Europe au 13<sup>e</sup> et 14<sup>e</sup> siècle et y sont relativement bien acceptés jusqu'en 1646. À cette date, un soulèvement cosaque aura lieu en Ukraine et des massacres dureront deux ans, faisant plus de 100 000 morts chez les Juifs.

Le mot pogrom signifie détruire, piller. Il désigne les attaques violentes et les pillages dirigés contre les Juifs par la majorité chrétienne, particulièrement en Russie mais partout en Europe. Si, selon le dictionnaire de la Shoah, les premiers massacres ont lieu au début du 11<sup>e</sup> siècle et les derniers au milieu du 20<sup>e</sup> siècle, les pogroms « officiels » commenceront en 1881 sous le règne d'Alexandre III qui tiendra les Juifs responsables de la mort de son père, le précédent empereur. Dans le programme de son gouvernement, on peut lire : « *un tiers des Juifs sera converti,*

*un tiers émigrera, un tiers périra* » (Nahon, 2007). De nombreux Juifs reprirent la route au début du 20<sup>e</sup> siècle pour chercher une nouvelle terre d'accueil en Amérique.

Mon grand-père a eu une première famille dans la tradition juive, avec une femme nommée Leah Fernstein. Il a ensuite disparu de la circulation, de sorte que son épouse Leah a raconté qu'il aurait péri dans un accident de train – ce que mes « cousines » américaines récemment découvertes ont toujours cru, jusqu'à ce qu'elles apprennent qu'il avait fondé une nouvelle famille sous un autre nom. Quoi qu'il en soit, même si, à part à une occasion, mon grand-père a toujours fait semblant d'être Portugais et nié son appartenance juive, il parlait le russe (avec un accent ukrainien), cuisinait des pierogis (ravioli d'Europe de l'Est) et des matzos, un pain juif ashkénaze particulièrement mangé lors de la Pâque juive. C'est ainsi que nous mangions des pierogis à Noël et des matzos que mon père faisait avec des œufs, des fruits et du sirop d'érable, parfois à Pâques mais aussi lors de dimanches « déjeuners spéciaux ». Ce sont à peu près les seuls contacts que j'ai eus avec mes origines juives dans l'enfance, à part l'appréciation commune à mon père et moi de la musique klezmer, une musique traditionnelle des Juifs ashkénazes.

Mon grand-père ukrainien juif et ma grand-mère italienne devaient se sentir isolés lors de leur arrivée dans la ville de Québec, ne parlant pas le français et étant loin des communautés d'appartenance de leurs cultures respectives. Il m'est d'ailleurs difficile de trouver de l'information sur les Italiens dans la ville de Québec à cette époque puisque la plupart vivent à Montréal, ce qui nous éclaire sur leur situation marginale. Si leur intention était de rester cachés de leurs communautés d'appartenance, ils ont certainement réussi. Par contre, ils devaient apparaître marginaux pour les Québécois francophones... et se sentir parfois bien seuls.

**Situation des immigrants dans la ville de Québec au 19<sup>e</sup> et 20<sup>e</sup> siècles**

Au 19<sup>e</sup> siècle, la ville de Québec, qui compte environ 8000 habitants, connaît des fortes vagues d'immigration, particulièrement de gens fuyant la famine en

provenance d'Irlande, au point où les Irlandais forment presque 25 % de la population en 1860. La plupart d'entre eux travaillent dans les manufactures et la construction navale. Des Juifs venus de l'Europe de l'Est constituent aussi une partie importante de la population. À ce moment, ce sont encore les marchands britanniques qui dominent le marché et la politique : en 1842, sur 52 membres de la Chambre de commerce, 49 sont Anglais<sup>47</sup>, ce qui crée des problèmes pour la population majoritairement francophone et immigrante. Ruddel et Lafrance (1985) nous expliquent que « *de la croissance des fonctions majeures de la ville découle une augmentation importante de l'élite commerciale et militaire. Ce développement contribue à accentuer une ségrégation socio-ethnique et géographique de la population.* » (p.315-316). Les Canadiens français de la ville n'avaient donc pas un grand pouvoir politique ou économique à cette époque et restaient méfiants face à l'immigration. Il faut dire qu'au tournant du 19<sup>e</sup> siècle, même si les francophones sont en majorité, le taux d'analphabétisme est de plus de 60 %. (Harvey, 2014, p. 215)

Au début du 20<sup>e</sup> siècle, la plupart des immigrants juifs ou italiens choisissaient Montréal comme ville d'adoption : pour le travail, pour y retrouver des communautés déjà existantes ou pour parler une langue qu'ils connaissaient un peu déjà pour la plupart, soit l'anglais. Les Italiens s'intègrent relativement bien dans la société vu leur appartenance religieuse catholique. Par contre, l'intégration des Juifs ne se fait pas sans heurts, à cause de la différence religieuse, des dynamiques économiques changeantes et de l'antisémitisme, ce dernier propagé entre autres par les éditorialistes du journal *Le Devoir*, à ce moment catholique (Anctil, 1988, 2017). En 1910 – soit un an avant l'immigration de mes grands-parents, le quartier Saint-Roch devient le théâtre de violences suite à des déclarations antisémites du notaire canadien-français Louis-Joseph Plamondon (Anctil, 2017). Même si ses véritables

<sup>47</sup> <http://histoire-du-quebec.ca/immigration-a-quebec/>

raisons restent inconnues, il n'est donc pas étonnant que mon grand-père ait tu son appartenance juive et se soit « converti » officiellement à la religion catholique lors de son mariage avec ma grand-mère, Italienne catholique, comme on peut le lire sur le registre du mariage.

Il y a eu plusieurs mouvances migratoires italiennes entre 1870 et 1970 vers le Canada, principalement à Montréal et à Toronto, en réponse à la crise économique qui a frappé l'Italie vers 1860 et qui a duré plus d'un siècle. Le Canada vivait quant à lui, une pénurie de main-d'œuvre et même s'il considérait les immigrants italiens comme indésirables, il a su profiter de leur présence pour construire les chemins de fer, dans les manufactures, dans le secteur de la construction et dans les mines. Lors de la Deuxième Guerre mondiale, les Italiens étaient considérés comme potentiellement dangereux pour la sécurité nationale, étant considérés comme sujets d'un pays ennemi : à ce moment, l'Italie était fasciste, sous la gouvernance de Mussolini. Les Italiens furent victimes, comme plusieurs autres immigrants, de discrimination et de racisme au cours du premier siècle de leur arrivée.

Mes grands-parents paternels ont immigré à deux reprises. Il est raisonnable de penser que mes ancêtres juifs ont probablement vécu l'enfer des pogroms ou du moins le mépris qu'ont pu vivre les Juifs à cette époque. Je me demande ainsi : quel impact peut avoir sur leur descendance, des immigrations en terre nouvelle dans une langue étrangère, deux fois plutôt qu'une, encore plus lorsque ces immigrants fuyaient possiblement le danger ? Comme le dit Jodorowsky (2012, p. 40), il s'agit de « *savoir se placer soi-même dans son arbre généalogique et comprendre que cet arbre n'est pas du passé : il est tout à fait vivant et présent, à l'intérieur de chacun de nous !* ».

Je n'ai pas connu mes grands-parents paternels, puisqu'ils étaient morts à ma naissance. Je ne les ai connus que par les quelques rares fois où mon père en a parlé et plus récemment, par les souvenirs de mon demi-frère David. Je n'ai pour me rappeler, que « cet arbre généalogique qui vit en moi », l'histoire surréaliste qui fut découverte par mon cousin et son fils, et un cadre avec deux vieilles photos d'eux, qui a sa place dans mon bureau où

j'écris ce mémoire. Je pose l'hypothèse que si mes grands-parents n'ont pas immigré à Montréal, c'est pour rester cachés de leurs communautés. Ainsi, ne parlant pas la langue ou à peine pour mon grand-père, ressentaient-ils un sentiment d'appartenance à leur communauté d'accueil, la ville de Québec ? Ont-ils vécu du racisme, de la méfiance ? Se sont-ils sentis isolés, séparés ?

Quand je pense à tous ces 18 000 immigrant-e-s qui devront recommencer du début dans leurs démarches fastidieuses d'immigration, ça ne peut faire autrement que de me rappeler mes grands-parents paternels. Et si, après avoir fui l'Europe, après avoir fui les États-Unis et tenté de se refaire au Québec, ils avaient été chassés d'ici ? Et sans l'être, est-ce qu'ils vivaient la même chose que ces immigrant-e-s aujourd'hui, le sentiment de ne pas être bienvenu-e-s, d'être de trop, d'être ostracisé-e-s ? (Mes grands-parents et l'immigration, Journal de recherche, 2019)

Ce passage de mon journal me fait avoir du cœur pour ce qui se passe en ce moment pour ces immigrant-e-s et pour l'expérience de mes grands-parents et m'éclaire encore une fois sur un sentiment que je peux parfois porter dans ma propre vie relationnelle en lien avec des groupes : celle d'être immigrante dans une communauté donnée - trop différente, trop éloignée culturellement, donc indésirable. Si je reviens à l'histoire d'abandon de leurs familles respectives par mes grands-parents qui se trouve à la genèse de mon auto-ethnographie, elle ne me semble pas anodine. En effet, en considérant ma problématique et mon angle de recherche qui est de tenter de comprendre, entre autres, l'impact de la vie de mes ancêtres dans ma quête d'appartenance, le fait de savoir que mes deux grands-parents ont chacun-e abandonné sa famille me semble pertinent. Sentir que je suis en sécurité dans un groupe donné, que je fais partie de la « famille » est très difficile pour moi.

#### **4.1.2 Du côté de la mère... les ancêtres**

Nous verrons dans l'histoire de mes ancêtres maternels des caractéristiques semblables à l'histoire de mes ancêtres paternels, soit l'exil, la dépossession de territoire et l'immigration. Mes ancêtres maternels sont des Acadiens. Au cours de cette recherche, j'ai eu un autre cadeau de mes ancêtres : la confirmation de mon intuition que j'avais des ancêtres Mi'gmaq. Je commencerai par présenter ceux-ci, puisqu'ils étaient les premiers



à habiter ces territoires. J'aime me rappeler, en écrivant ces lignes, combien je me suis fait traiter de sauvagesse (terme péjoratif dans notre monde, j'en conviens, mais qui signifie étymologiquement « qui vient de la forêt ») par ma famille et mes professeurs, parfois avec affection, parfois avec découragement : quand je disparaissais dans les champs, que je me promenais nus pieds (ou même toute nue, dans la petite enfance !) ou que j'arrivais couverte d'égratignures, par exemple. Comme on le verra plus tard, j'ai toujours eu une grande affinité avec la nature et la vie simple et proche de la Terre et mon appel vers l'herboristerie et le sacré n'y est certainement pas étranger non plus. Tout cela faisait de moi une extra-terrestre, même aux yeux de mes propres parents. Comme quoi les racines des générations qui ont marché avant nous finissent toujours par réapparaître, sous les couches d'humus du temps qui passe.

Ce qui m'a mise sur la piste de ces ancêtres est en premier lieu, les traits autochtones très marqués de deux de mes tantes, dont l'une qui se faisait appeler « la petite Indienne », la « noironne » à l'école et même par ses frères. Ensuite, au fil du temps et de mon engagement dans la spiritualité autochtone, les gens se sont mis à me demander si j'étais autochtone, me disant que j'en présentais certains traits. Je me suis mise à m'intéresser à l'histoire des Iles et j'ai su que les Mi'gmaq allaient pêcher autour de l'archipel, avant que les Basques et Bretons y pêchent et que les immigrants européens s'y installent. J'en ai déduit que nos ancêtres étaient Mi'gmaq... ce que mon intuition me disait de plus en plus fort, avec les années. C'est vers la fin de cette recherche que j'ai eu la confirmation qu'effectivement, les LeBlanc de sur les Caps à Fatima avaient des origines Mi'gmaq, par des croisements avec les Acadiens, avant de s'établir sur les Iles.

### **Les Mi'gmaq**

Les Mi'gmaq forment une nation autochtone de la côte est de l'Amérique du Nord, faisant partie des peuples algonquiens. Présents bien avant les Vikings et les Européens, les Paléoindiens seraient arrivés par le détroit de Béring il y a environ 10 000 ans avant de probablement fusionner avec les Proto-Algonquiens de l'Est qui eux, se sont établis au *Gespe'gewa'gi* (Gaspésie) et dans tout le territoire des

provinces maritimes du Canada entre 7000 et 3000 ans avant aujourd'hui. Le *Mi'gma'gi*, soit terre des Mi'gmaqs, était séparé en sept districts appelés *saqamowit*. (Gespe'gewa'gi Mi'gmawei Mawiomi, 2018).

Il y a plusieurs avis sur la signification originale du mot Mi'gmaq, dont « mes proches parents », « alliés » ou « mes amis ». Ils se seraient autrefois nommés *Elnou* ou *l'Nuk*, qui signifie « premiers hommes » ou « le peuple ». Les Mi'gmaq pratiquaient une forme d'écriture hiéroglyphique, qu'ils ont transformée il y a 200 ans en écriture alphabétique en s'inspirant de l'alphabet latin. Au seizième siècle, la nation comportait 10 000 individus, répartis principalement au sud et à l'est de l'embouchure du Saint-Laurent, qu'ils parcouraient en canoë l'été et en raquettes ou toboggan l'hiver. Ils vivaient de chasse, de pêche et de cueillette. Vivant en petits villages à l'intérieur des terres pendant l'hiver, dans des petites habitations (*wigwams*), ils se regroupaient le long des côtes l'été, dans des plus grandes habitations. Politiquement, ils formaient une confédération de plusieurs clans et savaient défendre leur territoire lorsque nécessaire (Pastore, 1990).

Les Mi'gmaq croient en l'égalité entre tous les êtres : « *Dans une société égalitaire, comme l'était celle des Mi'gmaqs avant la colonisation, il était essentiel que tous les individus soient traités équitablement.* » (Gespe'gewa'gi Mi'gmawei Mawiomi, 2018, p.156). Les Mi'gmaqs ont une vision du monde et une spiritualité complexes, basées sur leurs mythes fondateurs et leurs croyances en différents êtres visibles et invisibles et l'interconnexion de toutes choses par ce qui est souvent appelé Pouvoir : « *le Pouvoir est l'essence qui sous-tend l'univers perçu ; il le conjure, le transcende, lui donne de l'énergie et le transforme*<sup>48</sup> ». (Whitehead, 1988, p.4.)

Premiers autochtones à avoir eu un contact avec les Blancs, leurs premiers contacts semblent avoir été harmonieux : « *le désir de maintenir l'harmonie a mené les*

<sup>48</sup> Traduction de Gespe'gewa'gi Mi'gmawei Mawiomi.

*groupes autochtones, et plus particulièrement les Mi'gmaqs, à être ouverts à l'arrivée d'étrangers sur leur territoire* » (Gespe'gewa'gi Mi'gmawei Mawiomi, 2018, p. 158). Ils pratiquaient les échanges avec les Français et les Acadiens, avec qui ils menèrent d'ailleurs plusieurs guerres contre les Britanniques (Thériault, 2015). Ces derniers sortirent finalement victorieux de ces guerres et installèrent par la suite les Mi'gmaqs sur des réserves. Ils furent dépossédés au cours du temps d'une grande partie de leurs territoires. Peuple autrefois nomade, il devint sédentaire. Plusieurs Acadien-ne-s ayant trouvé refuge au Gespe'gewa'gi lors de la déportation, des tensions se sont éventuellement créées en ce qui a trait à l'utilisation du territoire et de ses ressources (Massicotte, 2009).

Comme tous les autochtones des Amériques (et d'ailleurs), les Mi'gmaq furent victimes de vols de territoires, de non-respect des traités, de discrimination systémique et d'assimilation. Après tout, ils n'étaient que des « *citoyens mineurs sous le tutelle du gouvernement fédéral* » ! (Lepage, 2009, p.21) Il est admis aujourd'hui que le mode de vie sédentaire et coupé de leurs traditions imposé par les colonisateurs a généré son lot de problèmes sociaux.

En plus de ceux qui vivent hors réserve, la population actuelle des Mi'gmaq est de 20 000 personnes, environ 5000 au Québec, et se répartit dans quinze grandes réserves et douze plus petites. Seulement un tiers de la population parle encore les langues mi'gmaq et le dialecte pourra changer assez fortement d'un endroit à un autre. Il y a aujourd'hui 28 groupes distincts de cette nation au Canada et une aux États-Unis. (Lepage, 2009, Dickason, 1996).

On voit ici une esquisse de la vie de mes ancêtres et de l'impact de la colonisation par les Européens. On voit aussi que si leurs premiers rapports semblent avoir été relativement harmonieux, ils ont été graduellement chassés de leurs territoires et repoussés dans des espaces de plus en plus petits. Ils se sont fait envahir sur leur propre territoire par des colonisateurs qui ne respectaient pas leur identité, leur mode de vie et leur relation au territoire.

C'est par des circonstances plutôt surprenantes que j'ai eu accès à mon arbre généalogique maternel et ainsi connu le nom de mes ancêtres Mi'gmaq, regroupés aujourd'hui dans ce qu'on appelle maintenant Terre-Neuve.

Je suis aux Iles. La veille, j'ai vécu une nuit en prière à mes ancêtres mig'maq dans le vieux hamac accroché au creux du Cercle de pierres blanches, comme un cocon de papillon tapissé d'aiguilles de pin et habité d'insectes. J'ai entendu mon oncle au matin me parler d'un drapeau mi'gmaq sur les Caps mais je n'ai pas eu le courage d'aller voir. Je repars ce soir des Iles et je ne suis pas certaine d'avoir entendu de message clair en lien avec mes ancêtres. Je décide donc d'aller cogner à la porte de la maison où il y a le drapeau, avec mon conjoint. L'homme qui nous répond prend du temps avec nous, explique son propre parcours pour retracer ses ancêtres et appelle son ami généalogiste. Il est là, il habite tout proche et veut nous recevoir ! Nous passerons une heure chez lui, et il me sortira toute ma généalogie. C'est là que je comprends que mes origines mi'gmaq et malécite sont dues à des unions avec des Acadiens. De voir mes lignées me remplit de joie et de fébrilité et un profond sentiment d'apaisement se fait en moi. **(La découverte des ancêtres, Récits phénoménologiques, 2019)**

En fait, ma quête aux ancêtres commencera concrètement lors d'une *constellation familiale*, à l'été 2017. Les constellations familiales sont une sorte de thérapie phénoménologique créée par le psychanalyste et psychothérapeute Bert Hellinger (Van Eersel et Maillard, 2012, p.57). Lors d'une constellation que je fais dans l'intention de « *rencontrer* » mes ancêtres, une femme que je ne connais pas joue spontanément le rôle d'une ancêtre et me donne rendez-vous « *au cercle de pierres blanches* ». Je suis impressionnée : cette appellation n'est aucunement anodine ! Car à ce moment, une seule personne de mon entourage connaît ce nom que j'ai moi-même donné à un lieu se trouvant aux Iles de la Madeleine. Il s'agit d'un monticule de grandes formations de gypse, qui se trouve sur un chemin où j'ai vécu une expérience importante que je décrirai ultérieurement. J'ai toujours été certaine que « *le cercle de pierres blanches* » était autrefois un lieu de cérémonie mi'gmaq et il est pour moi un lieu de pèlerinage lors de chacune de mes visites aux Iles.

Quelques jours plus tard, ma mère adoptive revient des Iles et me dit, suite à une conversation qu'elle a eue avec l'une de ses cousines : « *j'en reviens pas, tu avais raison, les*

*LeBlanc de “sur les Caps”, nous avons des racines mi’gmaq ».* Ainsi, à l’été 2018, lors de ma retraite d’écriture aux Iles, je passerai la fin d’une nuit et le lever du jour en cérémonie dans le cercle de pierres blanches, priant mes ancêtres de me donner de la clarté face à mes racines. C’est suite à ce moment que tout déboulera, comme j’en fais mention dans mon récit phénoménologique. Dans toute cette histoire, j’ai eu l’impression que mes ancêtres m’amenaient tout doucement à les rencontrer, pour réparer la chaîne qui avait été brisée pendant plusieurs générations.

Selon grand-mère Francine<sup>49</sup>, la transmission matrilineaire des Mi’gmaq ferait en sorte que je sois bel et bien Mi’gmaq et non seulement métis. Tout en respectant sa parole, j’ai l’élan de prendre cela très doucement et avec beaucoup de soin, en espérant un jour trouver ma communauté d’appartenance mi’gmaq. Quoi qu’il en soit, de le savoir a donné sens à ma connexion viscérale à la nature et au territoire bas-laurentien et gaspésien, à mon sentiment d’être extra-terrestre dans ma propre famille et au fait de ne pas me retrouver dans l’idéologie euro-centrée, tout en donnant une plus grande cohérence à mon appel pour les plantes médicinales, le sacré, les spiritualités centrées sur la Terre et la spiritualité autochtone. Comme il en sera question à quelques reprises, la Vie a cogné plusieurs fois à ma porte depuis l’adolescence pour m’indiquer le chemin de mes racines autochtones avant que je me décide à vraiment explorer ce chemin et m’y engager consciemment.

Voyons voir maintenant ce qu’il en est de l’histoire de mes ancêtres acadien-ne-s qui, même s’ils et elles étaient les colonisateurs-trices en premier lieu, ont subi par la suite une colonisation violente faite de dépossession et d’exil.

**De l’histoire des Acadiens et Acadiennes et de leur arrivée aux Iles**

Les Acadiens et Acadiennes sont des immigrant-e-s français-e-s arrivé-e-s au départ sur ce qu’ils ont appelé l’île Sainte-Croix (Nouvelle-Écosse) entre 1632 et 1650<sup>50</sup>.

<sup>49</sup> Entretien Zoom du ? mars 2019.

Pendant les dix premières années après leur arrivée, les hommes sont seuls et se mélangent avec les femmes autochtones (Thériault, 2015, Larin, 2000, p.65, St-Louis, 2004, Macdougall, 2010, Dickason, 1996). Ils continuent à le faire, même après l'arrivée de femmes et de familles de la France, comme le mentionne Thériault : « Au début des années 1700, les Français voulaient assimiler les autochtones. On encourageait alors les Européens et les femmes autochtones à se marier afin que les deux groupes n'en forment plus qu'un » (2015, p.4). L'arrivée des colons et des enfants métissés créera une forte expansion démographique dans ce qui était appelé l'Acadie française (Larin, 2000). S'ils étaient au départ une cinquantaine de familles en provenance de France, la population a rapidement grandi pour atteindre près de 3000 personnes en 1714, et entre 12 000 et 14 000 personnes en 1755.

Pris dans des guerres de territoires entre l'Angleterre et la France pendant 109 ans (entre 1604 et 1713), les Acadiens et Acadiennes feront de leur mieux pour rester neutres et conserver les territoires qu'ils ont défrichés, cultivés et habités. Lors du traité d'Utrecht en 1713, l'Acadie passe aux mains de l'Angleterre et devient ainsi la Nouvelle-Écosse. En 1749, le nouveau gouverneur demande un serment d'allégeance sans condition à la Couronne britannique, ce que refusent une bonne partie de la population qui part s'établir sur des territoires qui sont aujourd'hui l'Île du Prince-Édouard, le Cap-Breton et le Nouveau-Brunswick. Dans les années suivantes, la couronne britannique intensifie le ton pour les hommes qui ne prêtent pas serment d'allégeance absolue : armes et bateaux des Acadiens sont confisqués et leurs prêtres sont envoyés en Angleterre, malgré les nombreuses tentatives de négociations. (Bergeron, 2014, Vachon, 2016, Cyr, 2015, Roy, 1981, St-Louis, 2004).

C'est en 1755 que les déportations commencent, un cauchemar que l'Histoire a appelé « *Le grand dérangement* ». (Frenette, 2011, Bergeron, 2014, Vachon, 2016).

---

Entre juillet et décembre 1755, on forcera environ 7000 hommes, femmes et enfants à monter à bord de bateaux. Ces personnes seront envoyées à plusieurs endroits, dont en Angleterre et en France, mais surtout dans des colonies américaines. Elles ne sont pas accueillies à bras ouverts partout : « *notamment en Virginie, les bateaux sont carrément refoulés et prennent plutôt la direction de la Grande-Bretagne, où, jusqu'en 1763, la plupart des Acadiens ont été emprisonnés, condamnés aux travaux forcés ou séparés de leur famille* » (Bergeron, 2014, p. 35). Ce qui n'est pas sans rappeler ce qui se passe actuellement (2018-2019) avec les immigrants de Syrie ou de Libye, ou même aux États-Unis sous l'administration Trump. Il ne nous est pas difficile de concevoir que

*c'est dans un grand désarroi que les Acadiens vivent la déportation. Certains d'entre eux sont tués ou maltraités et des femmes sont violées. Les Acadiens sont entassés dans les cales insalubres des bateaux, où ils manquent de tout. Ils sont victimes entre autres, de la variole, de la typhoïde et de la fièvre jaune.* (Vachon, 2016, p. 38.)

On estime que lors des déportations de 1758-59 et de 1762, plus de la moitié des déportés par navires seraient décédés de noyade ou de maladie (Vachon, 2016). Si la plupart des Acadien-ne-s furent déporté-e-s, « *certaines réussirent à s'enfuir et d'autres à se cacher* » (Roy, 1981, p.143). En effet, on sait que plusieurs réfugié-e-s ont fui dans les bois et se sont retrouvé-e-s en Gaspésie et au Bas-Saint-Laurent, et même jusqu'au Massachusetts, parfois aidés par les communautés autochtones : en 1758, « *on apprend dans le journal du marquis de Montcalm que les Abénaquis ont trouvé et ramené avec eux neuf Acadiens déportés au Massachusetts* » (Vachon, 2016, p.38). Thériault soutient qu'avec la dispersion causée par les déportations, les Acadiens se sont mélangés de nouveau avec les autochtones, les mariages étant fréquents entre les deux communautés. L'abbé Maillard, présent avec les Mi'gmaq entre 1735 et 1762, écrira même qu'il lui semblait difficile de distinguer les autochtones des Acadiens ! (Larin, 2000)

Officiellement, on ne retrouve les Acadiens et Acadiennes aux Iles de la Madeleine qu'à partir de 1765, même si quelques hommes échapperont à la déportation pour s'y établir. Ces derniers seront engagés par le marchand Richard Gridley pour chasser le morse et exploiter ses pêcheries. Lors de la déportation, deux cents personnes issues de Saint-Pierre et Miquelon se joignent à eux, sous la gouverne de l'abbé Jean-Baptiste Allain. En 1763, les Iles seront annexées à Terre-Neuve et, en 1774, elles passeront sous la juridiction du Québec. Par contre, vingt-cinq ans plus tard,

*Isaac Coffin en obtient la concession et oblige les Madelinots à payer des rentes pour occuper les terres qu'ils ont défrichées et occupées depuis plus de 25 ans. (...) C'est en 1895 seulement qu'une loi du Québec permettra aux Madelinots de racheter leurs terres. Ils mettront dès lors leurs efforts à surmonter leurs difficultés et à viser l'autosuffisance.<sup>51</sup>*

Aux Iles, on constate que toutes les généalogies comportent au moins un fondateur acadien ou une fondatrice acadienne. En effet, près de 40 % des personnes fondatrices sont Acadiennes. De plus, les Acadiens et Acadiennes forment 86 % du bagage génétique des Madelinots et Madeliniennes. Selon Naud (2004, p.39), les Leblanc seraient, quant à eux, arrivés en 1793 aux Iles.

Suite au Grand Dérangement, les Acadiens et Acadiennes se sont disséminés partout au Québec, formant une partie importante de la population québécoise. Au début du 19<sup>e</sup> siècle, un nationalisme acadien a vu le jour dans ce qu'on a appelé la Renaissance acadienne. Le poème épique *Évangéline* de Longfellow a joué dans cette renaissance le rôle de « *liant culturel* », devenant ainsi une légende identitaire. Plusieurs ont par la suite rejeté cette image d'une *Évangéline* soumise et résignée, comme Antonine Maillet qui a tenté d'offrir une autre image de la femme acadienne avec « *la Sagouine* ». Il reste que cette légende d'amour a permis au monde d'apprendre la triste histoire des Acadiens et Acadiennes. Si les Acadiens

<sup>51</sup> Repéré à : <https://www.tourismeilesdelamadeleine.com/fr/decouvrir-les-iles/particularites-regionales/histoire/>



constituent aujourd'hui une diaspora, leur culture reste très vivante et dynamique malgré leur éloignement les uns des autres, avec un fort sentiment d'appartenance.

Malgré le fait que je connaissais la base de l'histoire de l'Acadie, j'ai été bouleversée de m'y plonger. J'écris alors dans mon journal de chercheuse :

Le peuple de l'Acadie : un peuple qui cherche son territoire, un peuple qui cherche sa terre d'accueil. Comme si l'enracinement dans leur territoire leur était refusé, comme si la sécurité ne leur était pas accessible. Un peuple qui cherche à rester autonome, sujet de son avenir, souverain et qui, parce qu'il refuse l'asservissement, subit le pire. Un peuple qui se métisse avec les autochtones, les Français, les Américains, pour pouvoir survivre. Les Acadiens et Acadiennes, un peuple sans appartenance, à part à lui-même ? **(Un peuple sans appartenance, Journal de recherche, juillet 2018)**

En conclusion de ce tour d'horizon des ancêtres, quel tissage complexe de différentes quêtes d'appartenance, de reconnaissance et de territoire forme la tapisserie de l'histoire de mes ancêtres paternels et maternels ! Il me semble que cela n'est pas sans lien avec mon propre vécu :

Quel impact ça me fait, moi qui ai fait de ma vie une quête d'appartenance, de lire que mes ancêtres ont été chassé-e-s de leurs propres terres, parce qu'ils voulaient rester souverains ? Moi qui refuse de me soumettre aux diktats du paraître pour m'intégrer dans mes communautés, moi qui cherche à assumer pleinement toute ma singularité tout en me sentant appartenir au monde. J'ai l'impression que ma vie de quêtes nomades vers ma terre promise est la répétition de milliers de voyages d'Acadiens, de Mi'gmaqs et de Juifs. Je suis une matrice pour toute une lignée d'ancêtres qui cherchent à se libérer. **(Je suis une matrice, Journal de recherche, Juillet 2018)**

Je relie dans cet extrait de mon journal, la vie de mes ancêtres paternels et maternels à ma propre quête d'appartenance. Le fait d'être ostracisés, déportés de leurs territoires ou forcés à s'exiler, à déménager, à recommencer comporte certainement des charges liées au sentiment d'appartenance. Lorsque je lis l'histoire de mes ancêtres, je peux confirmer l'hypothèse que j'ai posée au début de cette recherche : mes enjeux d'appartenance dépassent ma petite existence et prennent racine dans l'histoire de mes ancêtres.

Nous avons vu dans ce sous-chapitre l'histoire de mes ancêtres et une perspective de l'impact que leur vie a pu avoir sur la mienne. Nous verrons dans le prochain bloc la vie de mes grands-parents maternels et l'enfance de ma mère, jusqu'à sa rencontre avec mon père. Se dessineront ainsi certains traits de ma propre histoire : le féminisme, l'engagement social, la spiritualité et peut-être même le lien fort avec la nature.

## **4.2 UN QUEBEC EN TRANSFORMATION**

### **4.2.1 Du côté de la mère : les Iles et mes grands-parents**

Mes ancêtres maternels ont pris racine à la fin du 18<sup>e</sup> siècle dans un archipel magnifique, appelé les Iles de la Madeleine. Les Iles sont situées dans le golfe du fleuve Saint-Laurent, séparées par 200 km du reste de la province. Elles forment un archipel d'une douzaine d'iles, dont sept sont reliées entre elles par d'étroites bandes de sable, sauf l'île d'Entrée où l'on ne peut accéder qu'en bateau. Cet archipel ne fait que 202 km carrés, de sorte qu'il est facile de le traverser en voiture en une journée. Les Iles de la Madeleine reposent sur d'immenses dômes de sel qu'on appelle aussi diapirs, qui maintiennent ces îles au niveau de la croûte terrestre. En fait, c'est le sel qui a poussé chacune des îles de l'archipel de 5000 mètres, une formation presque unique au monde. C'est un lieu magnifique, avec des falaises en grès rouge, des plages de sable blanc, des champs de fleurs sauvages et des maisons peinturées de toutes les couleurs.

Les Indiens Micmacs nommaient poétiquement l'archipel « Menagoesenog », ce qui signifie « îles balayées par la vague ». Bien avant la venue des Européens, ils le parcouraient en quête de poissons, de phoques et de vaches marines. Le 25 juin 1534, Jacques Cartier, dans son journal de bord, baptise à son tour les îles « les Araynes », du latin arena, c'est-à-dire sable. Il aborde d'abord les Rochers-aux-Oiseaux, qu'il nomme alors « Isle Margaulz » à cause des nombreux volatiles qui s'y trouvent, et ensuite l'île Brion. C'est en 1629 que Samuel de Champlain inscrit sur une carte « La Magdeleine » à l'endroit de l'île du Havre-Aubert.<sup>52</sup>

---

<sup>52</sup> Site Tourisme Iles de la Madeleine, *ibid.*

Si Samuel de Champlain baptise Havre-Aubert la Madeleine, François Doublet nommera tout l'archipel les îles Madeleine, en l'honneur de son épouse. Ainsi, deux hommes donneront ce même nom aux Iles. Dans le christianisme philocalique (Leloup, 2015) et dans quelques mouvements de la spiritualité chrétienne, Marie de Magdala représente le féminin sacré, l'inspiratrice du Christ, si ce n'est pas l'épouse. Il me semble particulier que ces Iles portent ce nom, à la fois de par mon engagement dans l'écoféminisme spirituel et à la fois pour l'expérience que j'en fais : un lieu féminin poétique, mystique, de ressourcement. La nature des Iles parle à mon âme comme si j'entrais dans un temple pour y rencontrer le Grand Mystère.

*Je suis tes Iles aux champs de fleurs  
Sauvages comme ton âme de petite fille libre  
Je suis l'ocre rouge des grands rochers  
Sur lesquels sont dessinés  
les visages de tes ancêtres  
Je suis les longues bandes de sable doux  
Et l'écume salée qui caresse tes pieds  
Je suis le chemin des amoureux et la Butte du Vent,  
Le Cercle de pierres blanches et les caps de la Belle Anse  
Je suis ton refuge sacré  
Ton temple consacré  
Ton territoire d'appartenance*

*Tout en moi est poésie,  
De l'accent de mes habitants  
À mes territoires mystiques  
Mes phoques, mes renards, mes oiseaux  
Les Fous de Bassan et les macareux  
Mes herbes sacrées que tu fais sécher  
L'Achillée millefeuille et le Myrique baumier  
Tout en moi est poésie  
Mon vent qui souffle son chant de gloire  
Le cœur du cœur de mon peuple  
Tissé de résilience, de violon et d'apprenance  
Un cœur qui connaît les tempêtes  
Et les marées d'abondance  
De mes eaux si fertiles  
(...)  
Je suis tes Iles de la Madeleine  
Je suis un archipel miraculeux*

*Mis au monde par la force du sel*  
*Un chapelet de prières*  
*Un mala de mantras*  
*Qu'une Déesse aurait déposé là*  
*Une offrande aux humains*  
*Un souffle divin*  
*Perdu dans les eaux de l'Atlantique...*

*(extrait de Kasàlà des Iles, écrits poétiques, 2018)*

C'est dans ces Iles, mon territoire d'appartenance viscéral – même si je n'y ai jamais résidé, que ma mère vient au monde et grandit, jusqu'à son Cégep. Mon grand-père maternel s'appelait Antoine-Régis et se faisait appeler Redger. Fils d'Alfred Leblanc et de Léonille Bourgeois, il naît en 1914 sur l'île du Havre-Aubert. Il se mariera avec ma grand-mère sur l'île du Cap-aux-Meules, dans l'église de Lavernière dont il rénovera le clocher et ils vivront sur les Caps, qui relie l'Étang du Nord à Fatima.

*Redger au petit canot*, comme il se faisait appeler, était pêcheur et faisait partie des familles « pauvres » des Iles. Le printemps et l'automne, il pêchait le homard et le hareng. Au printemps, il partait des longs moments pour pêcher sur l'île d'Anticosti. Lorsqu'il était à la maison, il s'occupait des vaches, chevaux et des jardins : « *il plantait les patates*<sup>53</sup> ». Après que son bateau ait coulé en revenant de son camp de pêche sur l'île d'Anticosti, il a travaillé des années pour le traversier CTMA comme ingénieur, malgré qu'il soit daltonien, ce que ses enfants ont découvert lorsqu'ils ont vu qu'il passait sur les feux rouges ! Très politisé, péquiste, il aura fièrement appuyé ma mère toute sa vie dans son implication politique. Mon oncle se rappelle les discussions animées « *des grands* » autour de la table auxquelles les petits n'étaient pas conviés. Je n'ai pas connu mon grand-père Redger, puisqu'il est décédé dans un accident d'auto lorsque j'avais un an.

Ma grand-mère Maria LeBlanc était la fille de Dominique LeBlanc et de Clarisse Leblanc. Femme de caractère, fière, elle gérait la maisonnée avec fermeté et efficacité. Son

---

<sup>53</sup> Conversation avec mon oncle Serge LeBlanc.

rêve était d'ouvrir un restaurant : elle m'a confié<sup>54</sup> qu'elle ne voulait pas avoir d'enfants, au départ. Elle en aura vingt, dont cinq décéderont en bas âge. Malgré les avertissements répétés du médecin après son dixième enfant, du danger que constituait pour elle le fait de tomber enceinte et d'accoucher, le curé de l'époque insistera pour qu'elle continue son rôle de génitrice. Étant très croyante et craignant l'excommunication, jamais elle ne lui désobéira. Elle sera ainsi l'une des nombreuses mères qui contribueront au baby-boom québécois.

### **Le Baby-boom et la maternité au Québec**

Le Baby-boom correspond à un pic de natalité dans certains pays occidentaux entre la fin des années 30 et le début des années 70. Différents facteurs ont été avancés pour expliquer cette période, dont la fin de la Deuxième Guerre mondiale, l'amélioration des conditions économiques, l'augmentation des mariages et en plus jeune âge et l'influence du clergé catholique francophone au Québec. Quoi qu'il en soit, les naissances du Québec augmentent de près de 75 % entre le début du XXe siècle et les années 1950 (Gauvreau et Laplante, 2015, p.43). Cette génération, qui sera celle de la Révolution tranquille – et de la Révolution des mœurs comme en parle Piotte (2016), provoquera des bouleversements profonds dans la société.

Concernant le pic de natalité de l'époque, quelques auteurs remettent en question la théorie de la pression du clergé francophone tentant d'augmenter les taux de natalité par nationalisme et conservatisme religieux, la fameuse « revanche des berceaux », parlant plutôt de l'augmentation des mariages et des conditions économiques favorables comme causes principales (Gauvreau et Laplante, 2015). On peut lire à quoi ressemblait la culture de « la mère de famille nombreuse » et de la pression exercée sur les femmes vers la fin du 19e siècle :

---

<sup>54</sup> Discussion magnifique et touchante que j'ai eue avec elle à l'âge de dix-neuf ans, quelques années avant qu'elle ne soit sérieusement atteinte de la maladie d'Alzheimer.

*Si l'on veut consulter l'esprit catholique, il dira quelle doit être la mission de la femme dans la famille et dans la société; la voici en deux mots : la femme catholique est appelée (...) à sauver la famille et la société, en conservant la foi et en inspirant l'esprit de foi dans la famille, et la faisant passer par la famille dans la société. Al.Mailloux, ptre, V.G., « Du luxe et des vaines parures », 1er mai 1866, no.13, p.103-104 dans Tremblay, 1987, p.41*

Martine Tremblay (1987, p.30) parle ainsi de la représentation de l'idéal féminin en milieu rural québécois au 19e siècle et de la mission de fonder une famille nombreuse :

*La littérature agricole attribue aux femmes une grande mission sociale ; elles doivent être le fondement de la famille, de l'agriculture et des traditions (...) Elles deviennent la garantie de la stabilité et de l'ordre social dans un monde en changement. Imposée par leur rôle de mère toute-puissante, leur autorité morale doit s'étendre à tous les membres de la famille, y compris le-mari et les employés. Elles sont les gardiennes des mœurs, des vertus [...]C'est par leurs nombreuses maternités que les femmes se voient conférer leur noblesse et leur autorité dans la famille, leur valeur dans la société. Leur mérite dépend du renoncement dont elles sont capables et ce renoncement se vérifie au nombre de leurs enfants.*

La femme sert ainsi une plus grande cause, celle de la vertu, de l'ordre social, qui se mesure à sa dévotion de génitrice. Et s'il est difficile pour elle de porter cette responsabilité de la mère de famille nombreuse, elle sait que Dieu la récompensera pour sa dévotion :

*« ... elle se désole, elle s'afflige, se désespérerait, si elle ne savait que le Dieu bon, témoin de son héroïque dévouement, entend ses soupirs, recueille ses larmes, pèse son affliction, et qu'un jour il saura bien l'en récompenser dans sa*

*magnifique libéralité. » Jean Darche, « La femme, providence de la famille », 24 juill. 1879, no.7, p.55, dans Tremblay, 1987, p.43*

Le vécu de la maternité de ma grand-mère, malgré qu'il se situe presque un siècle plus tard- à l'époque du baby-boom, s'inscrit dans ce courant. Les Iles de la Madeleine étant une région éloignée, il me semble juste de penser qu'elle a vécu à retardement la vague de changements graduels qu'a vécus le reste du Québec.

Ici, je vois un autre fil du tissage transgénérationnel en lien avec l'appartenance. Pour ma grand-mère, pour appartenir à la religion catholique, si importante pour elle, elle devait non seulement oublier ses rêves mais mettre en péril sa vie et sa santé. Comme si suivre son élan et respecter l'intégrité de son corps signifiait l'exclusion.

*... je parle du quotidien.  
 Du quotidien de nos arrières-arrières, de nos arrière-grands-mères, grands-mères, de nos mères, nous ? Je parle peut-être de nos filles ?  
 Je parle ici de toutes les fois  
 Où l'on a cédé.  
 Pour perpétuer l'humanité.  
 Pour ne pas être rejetée  
 Par le mari, le chum, l'amant, la communauté, la société.  
 Pour mettre au monde des soldats.  
 Pour faire son devoir.  
 Son devoir de génitrice.  
 Pour sauver la langue française,  
 Pour contrer l'assimilation.  
 Pour faire plaisir au curé,  
 Pour ne pas être excommuniée.  
 Combien, combien de fois, pour combien de femmes, et depuis combien de temps ?  
 (Extrait de *Combien de femmes, écrits poétiques*, 2018)*

Je me demande souvent si cette réalité qu'a connue ma grand-mère a eu un impact sur mon propre corps de femme et mon propre lien avec la fertilité et la maternité. Quoi qu'il en soit, j'ai de la gratitude d'être née de cette femme spirituelle et forte. Il faut voir que la religion était omniprésente : selon mes oncles et tantes, par exemple, le chapelet était récité

tous les soirs après le souper et lors du mois de Marie (en mai), chaque soir, toute la famille passait de maison en maison dans le voisinage pour réciter le chapelet.

Malgré sa famille nombreuse, ma grand-mère réalisera, pour un temps, son rêve : elle ouvrira un jour son restaurant au premier étage de sa maison, pendant que les enfants sont couchés au deuxième, étant bien sûr la première femme à ouvrir un restaurant aux Îles ! On peut voir ici la fibre féministe déjà à l'œuvre dans la famille LeBlanc... il faut dire que dans les régions rurales québécoises, du moins aux Îles, l'homme étant parti à la pêche, c'est la femme qui gère la maisonnée. Ce qui n'empêche pas qu'elle se serve en dernier... s'il en reste. Comme dans les familles canadiennes-françaises de l'époque, mes jeunes tantes aident ma grand-mère à faire la cuisine et mettre la table, servent le père, les hommes, elles-mêmes et la mère se sert en dernier. Cela n'empêche pas non plus qu'elle ne peut dire non au « *devoir conjugal* » et reste officiellement et légalement contrainte à l'autorité du mari. Ma grand-mère aura la chance d'avoir dans sa vie un homme qu'elle aime et qui la respecte et ce sera elle qui portera le chapeau en ce qui concerne la gestion du budget, l'éducation des enfants et le fonctionnement de la maisonnée.

Ma mère me racontait à quel point sa mère était fière, et malgré qu'elle n'était pas riche, elle s'arrangeait pour que ses enfants soient bien coiffés et bien habillés : elle leur confectionnait des beaux vêtements avec des sacs de patates réutilisés et teints.  
Journal de chercheure, 2018

Une des activités que je faisais avec ma grand-mère est de l'accompagner chez son coiffeur. Cette grand-mère, que j'ai toujours appelée « *mémé* », est la seule figure de « grand-parent » que j'aie connue. Je l'aimais beaucoup, je me suis toujours sentie proche d'elle. C'est elle qui m'a donné mon premier et seul crucifix, pour « *que le petit Jésus te protège* ». Elle m'avait alors dit de lui parler dans mon cœur quand j'avais de la tristesse et des soucis, m'initiant à la prière. Je me rappelle de sa maison jaune sur les Caps, dans laquelle je me sentais bien, en sécurité. Elle gardait toujours des bonbons « *peppermans roses* » (je n'aimais pas les autres), et des bonbons « *poissons rouges* », ainsi que « du lait rouge » (la pinte de lait 3,25 % « *Sealtest* », qui était rouge). Elle en achetait pour moi parce que chez elle, il n'y avait que du « *lait bleu* », le lait « *Grand Pré* », que je n'aimais pas. Elle me disait



qu'elle achetait du lait rouge juste pour moi et ça me faisait sentir privilégiée. Ce sont par des petits gestes comme celui-là que s'exprimait son affection pour moi. Même si je ne vivais pas proche d'elle, j'ai toujours tenté de nourrir notre lien, et ce, jusqu'à son décès. Quand je suis partie vivre en communauté dans la forêt à l'âge de dix-huit ans, elle m'a demandé si je vivais dans une secte. Lorsque je l'ai rassurée et lui ai raconté comment je vivais, elle m'a confié qu'elle s'ennuyait parfois de cette vie-là : « *c'était dur, mais on était bien pareil, dans ce temps-là* ». En tout cas, sa maison était toujours pleine, non seulement de la famille mais aussi des voisins qui venaient fêter souvent, même les soirs de semaine !

Lorsque je prends conscience de l'histoire des femmes québécoises de la colonisation jusqu'au 20<sup>e</sup> siècle, je réalise quel point ma grand-mère a fait preuve d'entrepreneurship et d'audace pour ouvrir son restaurant à son époque.

#### **Un bref résumé de la condition des femmes, des débuts de la colonisation au 19<sup>e</sup> siècle**

Les premières femmes françaises arriveront en 1634 en Nouvelle-France, puis continueront lentement d'immigrer pendant les deux premières générations. Les femmes autochtones, elles, sont à des milles de la réalité des femmes européennes, ayant un statut de femme libre de penser et d'agir. Dû à la réalité du territoire, les premières arrivantes européennes effectuent toutes les tâches (Dumont et al, 1982, p.22) « *sans distinction de sexe : défricher, brûler piocher, construire, récolter, écorcher des peaux, calfeutrer* » elles apprennent même à tirer du mousquet. Le 17<sup>e</sup> siècle sera donc une époque particulière en ce qui a trait au travail des femmes. Les filles du Roy, envoyées dès la seconde moitié du 17<sup>e</sup> siècle, viennent des milieux défavorisés mais pour la plupart, ne sont pas des prostituées ou criminelles, contrairement aux idées reçues. Elles seront parfois très jeunes, voire même impubères. Toutes ces femmes arrivent dans un monde très masculin, dans lequel elles doivent vivre dans des conditions de vie difficiles.

Au 18<sup>e</sup> siècle, les familles s'agrandissent et la différenciation des tâches devient plus traditionnelle. La mère se fait aider par ses filles aînées pour servir la maisonnée. À ce moment, les femmes peuvent s'attendre à accoucher presque tous les ans. Les femmes seront pourtant, à cette époque, plus éduquées que les hommes (Dumont et al, 1982, p.74), comparativement à l'Europe à la même époque. Ceci dit, il n'y a aucune autre profession que couturière ou sage-femme qui soit accessible pour les femmes et travailler est très mal vu pour une femme. De plus, le salaire revient au mari. En fait, aucune femme ne peut poser un acte légal ou se lancer en affaire sans l'autorisation de son mari. En 1791, les femmes propriétaires (les veuves) ont le droit de vote, ce qui est inhabituel et surprenant pour l'époque, mais elles le perdront partiellement en 1834, quand les parlementaires de l'époque (dont le chef du parti patriote Louis-Joseph Papineau) «*manifestent clairement leur désir d'exclure les femmes de la catégorie des électeurs*» (1982, p.148). Elles perdront le droit de vote de façon définitive en 1849.

Au 19<sup>e</sup> siècle, plusieurs changements d'ordre politique et économique secouent le Québec et c'est le début de l'industrialisation et de l'urbanisation. Au niveau légal, les Québécoises sont mieux protégées qu'en France et beaucoup mieux qu'en Angleterre. Le Code civil de 1866 reconduira la plupart de ces droits, sans toutefois changer le fait qu'elles restent soumises à l'autorité du mari. En 1850 et en 1869, les femmes autochtones perdront des droits, quand le statut d'Indien sera identifié en fonction de la lignée paternelle et quand elles perdront leur statut en se mariant avec un non-autochtone. En 1845, ce sont les sages-femmes qui perdront leurs droits : elles n'auront plus le droit de pratiquer des accouchements dans les villes de Québec et Montréal. Elles continueront cependant dans les régions rurales. À noter que le Code civil affirme encore en parlant des femmes, «*qu'elles sont des incapables devant la loi, comme les fous et les enfants*» : en 1867, on écrira dans la Constitution que «*seuls les hommes sont des personnes*» (Dumont, 2008, p.14).

Avant 1850, même s'il existe une spécialisation des tâches selon l'âge et le sexe, les femmes participent aux diverses tâches qu'implique une agriculture d'autosuffisance. En fait (Dumont et al, 1982, p.183), « *le travail des femmes se module sur le rythme des saisons, des naissances ainsi que sur le nombre de bouches à nourrir* ». Les femmes créeront des produits transformés pour leur usage familial, tandis que les hommes, en plus de l'agriculture, participeront ponctuellement à la pêche, la coupe de bois, le blé ou la traite des fourrures pour des revenus supplémentaires. L'ère industrielle, pourtant, enfermera les femmes : la femme se verra à ce moment-là, confinée à l'intérieur de la maison, devenant une ménagère.

Ce court passage historique nous fait également apercevoir comment la réalité des femmes qui vivaient en région rurale éloignée était différente de celles qui vivaient en ville : ma grand-mère a pratiqué une agriculture de subsistance probablement jusque dans les années 70, avec les revenus de mon grand-père pêcheur, alors que certaines femmes avaient cessé de vivre de cette manière depuis plus d'un siècle.

Pour conclure ce passage sur les Iles et mes grands-parents, je peux voir comment les Iles constituent mon territoire d'appartenance et prendre la mesure de la réalité des femmes de cette époque, en particulier ma grand-mère et son impact sur ma vie et mes enjeux actuels.

#### **4.2.2 Denise LeBlanc avant la politique**

Ma mère, Denise, est née en 1949, treizième d'une famille de vingt enfants, dix filles et dix garçons, dont certains décéderont en bas-âge. Elle grandira avec quatorze frères et sœurs. C'est la grande famille des Leblanc « *de sur les Caps* », à l'Étang-du-Nord. Les Leblanc faisaient partie des familles pauvres des Iles, comme toutes celles de sur les Caps. On m'a raconté une anecdote de comment se voyait le rang social à l'école :

À la 4<sup>e</sup> année, à Lavernière, nous (de Fatima, sur les Caps) on était avec le monde de Gros cap et Lavernière. On était enseignés par les Montigny, ça c'était du monde "important". Ces familles-là, les riches, ils étaient assis confortablement

devant la classe. Nous, on était assis sur le bord des châssis ou derrière la classe. Il y en avait une (...), elle était toujours en dessous de la fenêtre qui se fermait pas, il lui pleuvait dessus, c'était trop triste.<sup>55</sup>

Ma mère, enfant, s'est toujours sentie à part des autres de sa famille, ce qui n'est pas sans me rappeler l'expérience que j'ai souvent vécue. Selon ce qu'elle m'a raconté, ma grand-mère n'était pas très affectueuse, ce qui fait qu'elle a longtemps pensé qu'elle ne l'aimait pas. Pourtant, m'a confié sa sœur Aurélie ma mère adoptive, elle l'exemptait souvent des tâches ménagères pour aller lire « *parce qu'elle était intelligente*<sup>56</sup> », ce qui ne faisait pas plaisir à tous ! On raconte que ma mère avait toujours un livre à la main.

Dès sa petite enfance, Denise montre un intérêt et un talent inouï pour l'écriture, entre autres par la composition de prières que ses parents prenaient plaisir à lire et plus tard, par les premiers prix qu'elle raflait lors de nombreux concours littéraires.  
**(Extrait du texte de présentation pour le prix Maria Patton, La Sentin'Elle, 1997)**

Ma mère a quitté les Iles à seize ans pour étudier en littérature au Collège de Gaspé. Poétesse, sensible et très intelligente, elle était animée de convictions sociales et politiques très fortes. Elle étudiera au Collège de l'Assomption, au Collège de Gaspé puis à l'Université Laval. En 1972, elle obtiendra son baccalauréat en lettres et journalisme. Elle travaillera ensuite aux Iles comme enseignante à la polyvalente des Iles pendant deux ans et à l'éducation aux adultes du Collège de la Gaspésie, puis deviendra journaliste pour *le journal Le Radar*, dont elle deviendra éventuellement la directrice. Elle retournera aux études en 1974 : elle fera une mineure en sciences politiques et s'inscrira à la faculté de droit.

Lorsque ma mère part des Iles, la Révolution tranquille a fait son œuvre et les Québécois ont trouvé leur fierté et un fort sentiment d'appartenance. Je peux imaginer qu'elle arrive sur un continent en pleine effervescence, quelques années après la publication du Rapport Parent qui a révolutionné l'éducation et a inspiré la création des Cégeps, deux ans plus tard, en 1967

---

<sup>55</sup> Entretien avec Francine et Gabrielle LeBlanc, 2018, Iles de la Madeleine.

<sup>56</sup> Entretiens avec Aurélie LeBlanc, 2014-2018

### **La Révolution tranquille, la Révolution des mœurs et les années 70 au Québec**

La Révolution tranquille est une période de l'histoire québécoise contemporaine, comprise entre les années 1959 et 1970. On la relie souvent au gouvernement de Jean Lesage : ce dernier, porté au pouvoir en 1960, séparera les pouvoirs de l'État des pouvoirs de l'Église, nationalisera l'électricité en créant Hydro-Québec et instaurera *l'État-providence*, assurant plus de services à ses citoyens. Coupant avec les précédents gouvernements libéraux, ce gouvernement donnera une large place aux Québécois francophones et au nationalisme québécois. L'éducation et la fonction publique se laïciseront, affaiblissant de ce fait l'influence qu'avait l'Église sur les Québécois. C'est là que le Ministère de l'Éducation sera créé, suite aux recommandations du rapport Parent. Les familles seront de moins en moins nombreuses, les femmes commençant à utiliser plus largement la contraception. C'est aussi pendant cette période que sera élaboré le projet de loi sur l'avortement, rendu public en 1968, peu de temps avant que les étudiant-e-s de France prennent les rues lors du fameux Mai 68. Aux États-Unis commencent en 1964 les manifestations pacifiques contre la guerre du Viêt Nam entamée quelques années plus tôt, manifestations qui dureront pendant plusieurs années. (Dickson, 2009, Ferretti, 1999, Robitaille, 2010).

Avec les revues *Cité libre* et *Liberté*, la culture participera à la création d'une nouvelle identité québécoise, en quête d'assumance, plus en phase avec son époque. La littérature québécoise sera dans un mouvement d'affirmation. On peut le voir avec *Parti Pris*, une revue indépendantiste, socialiste et laïque (Piotte, 2016, p.18), dans la mouvance du RIN<sup>57</sup> qui donnera naissance au PQ en 1968. C'est aussi à cette époque qu'aura lieu l'Exposition universelle de 1967, « *passage initiatique collectif* » qui a permis au Québec de savoir que le reste du

<sup>57</sup> Rassemblement pour l'indépendance nationale, créé en 1960

monde existait et qui a permis au reste du monde de rencontrer le Québec (Curien, 2003). C'est d'ailleurs après l'expo que l'expression canadienne-française changera pour québécoise, ce qui n'est pas rien pour un peuple en quête de son identité.

La Révolution tranquille est vue par certains comme la genèse de la modernité québécoise et d'autres comme la continuité naturelle de l'évolution du Québec. Si Ferretti (1999), en parle comme du « *bref moment pendant lequel, fort d'un large consensus social l'État québécois, son personnage principal, a été à la fois intensément réformiste et intensément nationaliste* » pour sa part Curien (2003, p.2) dit qu'« *au cours des années soixante, le Québec a vu s'accélérer l'évolution des représentations au point que l'image dominante du « Canada français catholique* » a cédé le pas au « *grand récit collectif du Québec moderne* ». Balthazar, Bélanger et Mace (1993, p.13-14) affirment même « *qu'à l'échelle de la planète, aucune autre société n'a subi de changements aussi profonds en un laps de temps si court* ».

Piotte (2016), dans son éclairant ouvrage *La Révolution des Mœurs*, offre un regard différent sur cette période. Il sépare la Révolution tranquille, spécifique au Québec et qui s'effectue au sein du mouvement catholique réformiste, de la Révolution des mœurs, emboîtant le pas à une révolution mondiale ou du moins occidentale, très influencée par les idées féministes, le marxisme et l'existentialisme. Cette période pavera la voie à la montée du nationalisme québécois, à la crise d'octobre de 1970, à la libération des idées et des mœurs des années « *peace and love* » et à l'élection du Parti Québécois en 1976. Dès son arrivée au pouvoir, ce dernier supprime d'ailleurs l'heure de la prière par un temps de recueillement. En 1970 naît la revue *Mainmise*, « *organe international du rock international, de la pensée magique et du gay savoir*<sup>58</sup> », phare

<sup>58</sup> Sous-titre de la revue. Les archives sont toutes disponibles à : <http://mainmise.ca>.

important de la contre-culture québécoise qui publiera soixante-dix-huit numéros en huit ans. Dans les années 1970, les Québécois, comme plusieurs Occidentaux font un retour à la terre, expérimentent la vie en commune, les drogues enthéogènes et l'ouverture sexuelle. La poésie québécoise abonde, la gauche fleurit. Selon Piotte (2016, p.18), « à la société de l'entre-deux-guerres » fondée sur la famille, le travail, le respect des contraintes et la subordination à l'autorité, succèdera une société qui, « pour la première fois de son histoire », se libère du sentiment de pauvreté. Elle devient consommatrice, recherche le plaisir, valorise la liberté individuelle et refuse toutes les formes d'autorité.

Beaucoup a été dit et écrit sur ces années dont les baby-boomers ont été les actrices. Ce qui me semble évident, c'est qu'elles ont contribué à enraciner des mouvements qui avaient pris naissance dans la décennie précédente, soit les mouvements écologistes, féministes, étudiants, syndicalistes et humanistes. Tout n'était pas rose et les baby-boomers ont fait beaucoup d'essais-erreurs mais on peut constater que la passion, la quête de soi et la création d'un monde meilleur ont été au cœur des années 70 ; des caractéristiques qui me semblent être, en général, douloureusement absentes de notre société actuelle.

Il m'apparaît particulier que les termes « hippie » et « *peace and love* » soient devenus à ce point péjoratifs dans notre monde. Même dans plusieurs milieux de la contre-culture actuelle, ces termes désignent des gens irréalistes, sûrement drogués et perdus, alors que ces années, inspirées par ces mouvements de la contre-culture, ont été si fertiles au point de vue du changement de conscience et de la liberté d'être pour les Québécois et Québécoises. Ces derniers et dernières se sont libéré-e-s d'années d'asservissement sous le joug des curés et des élites, ont retrouvé la fierté de leur langue et de leur culture et se sont permis de rêver grand. Ce qu'ils et elles en ont fait par la suite est une autre histoire et peut porter à plusieurs critiques. Mais il me semble important de reconnaître leur contribution dans notre histoire québécoise et mondiale.

### 4.2.3 Edward Bantey, un homme aux mille vies

Mon père Edward Benito David, naît en 1924 dans la ville de Québec, cinq ans après la Première Guerre mondiale. C'est le premier fils de la nouvelle famille de Celestina Passalacqua et de David Berger, maintenant devenus Mary DeLuce et Louis Bantey. Habitant le quartier Saint-Jean-Baptiste, en Haute-ville, il grandit en parlant anglais, alors que la communauté anglophone est très minoritaire au début du 20e siècle : en 1921, la population anglophone ne compte que 8600 citoyens, ce qui correspond à 9 % de la population totale (Harvey, 2004 p. 242). Il naît entre sa sœur Helen et son frère William. Il étudie à l'école anglaise à Québec, puis étudie en Lettres à l'université Williams, qui deviendra Concordia par la suite. Il prendra également des cours en sciences politiques à l'Université de Montréal. Il marchera sa carrière de journaliste pas après pas : à seize ans, il travaillera comme *Copy boy* pour le *Quebec Chronicle Telegraph*, un journal anglophone de Québec. Ce travail consistait à livrer, lorsque la mise en page se faisait encore de façon manuelle, des bouts d'articles d'une section à un autre. C'était souvent la porte d'entrée pour les aspirants-journalistes. De 1940 à 1946, il passera ainsi de *copy boy* à reporter et à chef de pupitre.

Son infirmité à l'œil l'empêchera de se faire enrôler comme soldat pour la guerre, ce qu'il aurait voulu. En effet, mon père naît avec le syndrome de Stargardt, ayant un œil presque aveugle et l'autre dont la vision diminuera progressivement avec le temps par dégénérescence maculaire. Il travaillera par la suite pour différents journaux et revues, dont le *Time* magazine. Dès les débuts de sa carrière il est très engagé socialement : il se fera mettre à la porte du *Montreal Herald* à cause de son implication syndicale, associée dans ce temps-là au communisme. Son nom sera d'ailleurs associé au communisme pendant longtemps. Son frère cadet William, communément appelé Bill, suivra ses traces en journalisme et deviendra le journaliste vedette de l'expo 67, très apprécié du maire Jean Drapeau, pour qui il deviendra éventuellement conseiller.

Edward maria Doris Catherine Dooley en 1948 et aura avec elle trois enfants : Karin, David et Michael, mes demi-frères et sœurs. Sa vie avec Doris sera représentative du côté



intempestif de mon père, faite de plusieurs séparations et réconciliations, de deux mariages et deux divorces. Puisque nous ne sommes pas né-e-s de la même mère, je ne vivrai jamais avec mes demi-frères et ma demi-sœur et les fréquenterai assez peu, dû entre autres, à l'écart d'âge entre nous. Ils grandiront dans la ville de Westmount et dans les environs, avec un père plutôt absent, ce qui était plus fréquent à l'époque. Il était sérieux, sévère et caractériel mais aussi affectueux, généreux et aimant. Selon les époques et les souvenirs de ces derniers, il semble que mon père ait été tout un personnage haut en couleur : difficile à vivre et distant pour certains, drôle et présent pour d'autres. À vrai dire, lorsque mes demi-frères et sœurs me parlent de mon père, j'ai l'impression de rencontrer un homme assez différent de celui que j'ai connu comme père. Est-ce que le fait de vieillir l'aurait rendu plus doux, engagé et présent ?

Ce qui est certain, c'est que mon père aura été un « *self-made man* » débrouillard, entrepreneur et engagé. À la suite de sa première carrière de journalisme, il travaillera comme agent immobilier quelques années, puis il fondera une compagnie de relations publiques : Mass Media Limited. Anglophone d'abord, il devient francophone et indépendantiste, ce qui l'éloignera de son frère Bill pour plusieurs années. Mais il se réconcilient quelques années avant leurs décès respectifs. En 1968, il ouvrira le restaurant Guinguette Les Trois, dans le Vieux Montréal, puis Bacco, qui fermeront leurs portes en 1977. C'est dans un de ses restaurants qu'il rencontrera ma mère. Après leur rencontre, il vit quelques années avec elle dans un appartement sur la rue Jeanne-Mance puis ils déménageront ensemble à Québec, lorsqu'elle sera élue. Croyant de tout son cœur à l'importance des femmes en politique (on en discutera quelques fois) et partageant avec ma mère la conviction profonde en l'indépendance du Québec, il l'encouragera à faire le saut en politique et la soutiendra de près tout au long de son engagement. Lui-même travaillera comme attaché politique de Jacques-Yvan Morin, au PQ, de 1981 à 1984. À la suite de la fin de la carrière politique de ma mère et de notre déménagement à Montréal, il retravaillera comme journaliste, devenant le chroniqueur « mouton noir » du journal The Gazette, de 1988 à son décès en 1998. C'est

au fil de cette recherche, avec l'aide de ma famille<sup>59</sup> et des archives, que j'ai réussi à élucider la vie particulière de mon père qui m'avait toujours semblé un mystère, avec ses nombreuses voies professionnelles.

Comment un anglophone né de l'immigration devient-il souverainiste ? Il aurait confié à ma demi-sœur Karin qu'il est devenu indépendantiste au début des années 60 parce qu'il s'est toujours soucié du droit des minorités. Il me semble très intéressant qu'un homme qui faisait partie d'une minorité dans la ville de Québec à son époque (anglophone, italien, ukrainien...) embrasse par la suite la cause des francophones, une minorité dans le Canada et dans l'Amérique du Nord. C'est, en tout cas, certainement la flamme souverainiste qui a fait s'unir mes deux parents, dans une relation faite d'amour, de travail d'équipe et de beaucoup de défis. J'ai ici présenté la vie de mes deux parents. L'on peut voir comment ma mère portait elle aussi un enjeu d'appartenance, tout comme une grande singularité et de nombreux talents.

Quant à mon père, l'on voit comment il s'est lui-même placé, par conviction, en porte à faux face à ses communautés d'appartenance (création d'un syndicat au travail, anglophone souverainiste), me rappelant bien mon côté rebelle.

---

<sup>59</sup> Merci à Karin et David Bantey.

#### 4.2.4 La grande rencontre de deux êtres singuliers

*Le seul pays réel est celui constitué  
d'hommes et de femmes qui se tiennent  
debout.*

*Denise LeBlanc-Bantey*

*Peuple, debout !*

*Edward Bantey (sur l'air de Minuit  
chrétien)*

Je suis fille d'une époque particulière, celle de la fin des années 70. Comme nous l'avons vu, le Québec sortait à ce moment de la Révolution tranquille et de la « Révolution des mœurs » (Piotte, 2016) : les portes s'étaient ouvertes sur de nouvelles façons de penser le monde, les baby-boomers sortaient peu à peu de l'épistémè judéo-chrétienne. Ils prenaient d'assaut le marché du travail, avec un grand sentiment de liberté et d'ouverture aux possibles. Ainsi, lorsque mes parents se rencontrent, mon père est propriétaire d'un restaurant dans le Vieux Montréal tandis que ma mère vient de terminer une mineure en politique et commence des études en droit à Montréal. Tous deux épousent des valeurs de social-démocratie et de justice et rêvent d'indépendance. C'est une rencontre improbable, puisqu'ils ont vingt-cinq ans de différence. Mon père sort de son premier mariage et a déjà trois enfants, dont la plus vieille a l'âge de ma mère. Mais l'amour a ses raisons et tous deux dépassent les « *qu'en-dira-t-on* ». Mes parents sont marginaux à leur façon et ouverts d'esprit, bien porteurs de cette vague de liberté de l'époque.

Supportée par mon père, ma mère se présente en 1976, dans la circonscription des Îles-de-la-Madeleine, comme députée pour le Parti Québécois. Éluë avec une forte majorité, ce n'est pas seulement la première femme à être élue aux Iles mais aussi la première native des Iles à être élue sur son propre territoire !

Et voilà ! La piqûre fait son effet et Denise se retrouve en pleine campagne électorale pour le Parti québécois où elle est élue députée des Îles-de-la-Madeleine. Petit bout de femme « de sur les Caps », elle défait Louis-Philippe Lacroix lors des élections de 1976. Elle devient donc la première femme députée des îles, l'une des premières

députées originaires de notre coin de pays et plus tard, la première personne des îles à occuper un poste de ministre. (**Extrait du texte de présentation pour le prix Maria Patton, La Sentin'Elle, 1997**)

Malgré le fait que René Lévesque soit réticent à sa candidature, la jugeant trop jeune et inexpérimentée pour renverser la grosse pointure que constitue le député en place, elle réussira le défi : « *Tel un David qui affronte Goliath, elle renverse l'invincible "whip" du Parti libéral, Louis-Philippe Lacroix* » (Lapointe, 2005, p.202).



Figure 5 - Journal Le Radar, élections de 1976 et 1982.

Lors de son mandat, elle occupera les fonctions d'adjointe parlementaire responsable des pêcheries auprès de deux ministres, de 1976 à 1981 et deviendra ministre de la Fonction publique de 1981 à 1984. Lors de son passage à la Fonction publique, elle tentera d'alléger la « *machine bureaucratique, immense, lourde, prisonnière de ses habitudes, jalouse de ses prérogatives qui, plus souvent qu'à son tour, ne semble pas capable de faire face à la musique* » (Lapointe, 2015, p. 204), souhaitant créer « *une véritable révolution* » (p.204) qui n'aura malheureusement jamais lieu et qui ne lui vaudra pas une grande popularité auprès des fonctionnaires ! Elle deviendra également ministre déléguée à la Condition féminine de 1983 à 1984. Ainsi, de par son engagement politique comme femme dans un milieu d'hommes et de par ses préoccupations, ma mère prend le relais de la fibre féministe de la

famille, avec deux de ses sœurs qui deviendront plus tard gestionnaires et/ou s'impliqueront en politique.

### **Petite histoire du féminisme québécois**

Le féminisme est au cœur de l'histoire politique et de la transformation de la société québécoise. Dès le début du 20<sup>e</sup> siècle, un mouvement de « droits de la femme » se crée, propagé par des journalistes féministes. Léonise Valois écrira alors : « *le vent est au féminisme* » (Dumont, M. et Toupin, L., 2003, p. 19). Vu leurs différents politiques et religieux, les Canadiennes françaises prendront leur distance de leur premier regroupement aux idées féministes, le Conseil national des femmes, qui est anglophone protestant. Elles fonderont la Fédération nationale Saint-Jean-Baptiste avec Marie Gérin-Lajoie, une militante féministe importante de notre histoire. Gérin-Lajoie fondera plusieurs syndicats et associations de travailleuses et c'est aussi grâce à elle que les filles auront accès à l'éducation supérieure religieuse, en 1908. Une université laïque, fondée par Circé-Côté et de Montreuil durera deux ans mais s'attirera les foudres du clergé. C'est que le clergé règne encore en maître, à cette époque.

Avec la virulente opposition de l'élite intellectuelle, politique et journalistique masculine au mouvement des suffragettes, qui réclament le droit de vote, le féminisme subira un recul par la suite. Le cercle des fermières aurait même été créé par le gouvernement de l'époque pour diluer le féminisme (Dumont, 2008, Cohen, 1990) ; ceci dit, ce cercle permettra à plusieurs femmes de la ruralité d'acquérir une autonomie financière grâce à leur artisanat. Les Montréalaises voteront pour la première fois aux élections fédérales de 1921, ce qui déclenche beaucoup d'opposition : le recteur de l'université Laval déclarera « *que le féminisme est un mouvement pervers, qui menace les bases de la famille et de la société* » (Dumont, 2008, p.62).

Malgré plusieurs échecs, les féministes continuent leur lutte et grâce à des émissions de radio, des chroniques dans des revues et journaux, des conférences et des pétitions, elles sensibilisent les femmes. Ces dernières obtiennent le droit de vote au provincial en 1940 et leur premier chèque d'allocation familiale en 1945, après encore une fois, bien des batailles et des négociations. Pendant la guerre, les femmes des villes travailleront massivement dans des conditions pénibles, à salaire moindre que celui des hommes pour le même travail... sans que les syndicats s'en mêlent ! En 1964, la ministre Kirkland, première femme élue au Parlement de Québec, propose une loi qui supprime la subordination légale des épouses, loi que les féministes attendent depuis plus de 60 ans, une victoire historique.

Les années soixante seront l'époque de ce que le Collectif Clio appelait « le féminisme tranquille » (Dumont et al, 1982, p.433) : plusieurs religieuses quittent les rangs, l'éducation se laïcise, plus de femmes entrent sur le marché du travail et plusieurs associations naissent. La Fédération des femmes du Québec (FFQ) – laïque et multiethnique – naîtra en 1966, portant de nombreuses revendications, en même temps que l'Association féminine d'éducation et d'action sociale (AFÉAS), au membership majoritairement rural constitué de femmes au foyer. Dans les années 70, le féminisme québécois vit un nouvel essor, à la fois nourri par le nationalisme et par les luttes sociales qui bouillonnent dans tout l'Occident. Naît alors le Front de libération des femmes du Québec (FLFQ), qui clamera : « *Pas de libération des femmes sans libération du Québec. Pas de libération du Québec sans libération des femmes* » (Dumont, 2008, p.123). Ces féministes radicales se démarquent de celles qui les ont précédées de par leur âge et leur type de féminisme et donneront naissance à plusieurs groupes de femmes. Elles feront une série d'actions choc qui porteront pour la plupart fruit au niveau légal, politique et social. Plusieurs publications féministes radicales naîtront à cette époque : *Québécoises, deboutte ! Tête de pioche* et *La vie en rose*.

Parallèlement à ces groupes, le féminisme réformiste progressera, donnant naissance au Conseil du Statut de la Femme (CSF). De plus en plus de femmes entrent dans la vie politique. Avec les militantes et les élues du Parti québécois, le Québec devient le chef de file de la féminisation : Lise Payette sera la première à se faire appeler Mme LA ministre<sup>60</sup>. Des comités femmes naissent dans les grandes centrales syndicales. Des femmes qui ne se retrouvent pas dans les positions de Lévesque face à l'avortement et la condition de la femme, créeront le Regroupement des femmes québécoises. À la fin des années 70 et début 80, la recherche féministe débute dans les universités du Québec. De nombreux regroupements voient le jour au niveau provincial. Les immigrantes, les chrétiennes et les femmes autochtones créent leurs propres groupes féministes ou joignent de plus en plus les groupes existants, pour ajouter leur contribution essentielle au mouvement féministe.

Même si je ne retrouve que génériquement le nom de ma mère dans les ouvrages qui font état du féminisme québécois, elle a contribué à l'instauration du congé de maternité et de l'égalité en emploi, mis sur pied le centre de femmes des Iles de la Madeleine – s'impliquant dans la lutte contre la violence conjugale, travaillé pour la mise en place de garderies et offert un exemple d'une mère-femme de carrière. Si elle était de type féministe réformiste, elle n'en demeurerait pas moins féministe : je le sais de par l'éducation qu'elle m'a donnée. De plus, elle a certainement offert un exemple d'un féminisme « accessible » aux femmes québécoises. Elle souffrira amèrement de la compétition entre les femmes en politique : « *Il faut surtout briser la muraille de solitude qui isole les femmes de pouvoir, (...) victimes d'une concurrence malsaine* » et dira à quel point la solidarité féminine est importante pour elle : « *La réussite de l'une d'entre nous est une victoire collective!* » (Lapointe, 2015, p.205).

---

<sup>60</sup> Voir le journal La Presse, figure 5a.

Dévouée, humaine, vaillante, «*femme de droiture, de cœur et de parole*» (2015, p.199), Denise LeBlanc devient une députée protectrice des Madelinots et contribue à leur donner un sentiment de fierté. C'est la première fois que les Iles, «*la plus petite circonscription rurale et la plus éloignée*» (Ricard, 1997, p.3) sont représentées par quelqu'un qui y est né et qui y tient. C'est réellement un passage historique pour elles. Lorsqu'on passe un peu de temps à fouiller les fonds d'archives de ma mère (Lapointe, 2015, Ricard, 1997), l'on se rend compte assez rapidement à quel point les Iles et ses habitant-e-s lui tenaient à cœur.



Figure 6 - Communications avec les électeurs et électrices

Mon père, bien aguerri dans les relations publiques, sera à ses côtés tout au long de sa carrière politique, en la conseillant et en écrivant ses discours<sup>61</sup>, tout en commençant une carrière de diplomate. Mais leur relation est intense comme peuvent l'être les relations de passion. Lorsque ma mère tombe enceinte en 1978, leur couple est fragile. Pourtant, ils se marient. Leur faire-part de mariage démontre bien le monde dans lequel ils s'inscrivaient : «*Leur "bon gouvernement" ayant duré presque cinq ans, Denise LeBlanc et Edward Bantey, ont décidé par voie de référendum, de procéder à l'étape de la souveraineté-association en concluant les accords nécessaires à "une vraie Confédération"* ». À noter que, même si ma

<sup>61</sup> Source : Entretiens avec Serge LeBlanc, David Bantey et Robert McKenzie, 2018



mère est ministre, le port de la cravate est interdit ! Voilà qui exprime bien le vent de liberté qui soufflait à l'époque et qui susciterait des débats aujourd'hui à l'Assemblée nationale...<sup>62</sup>

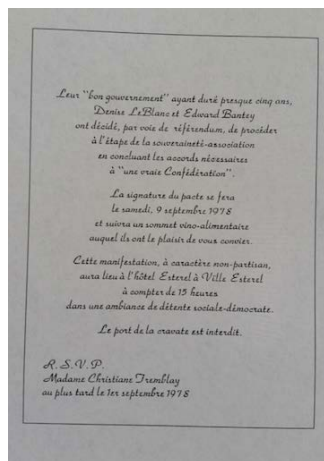


Figure 7 - Faire-part de mariage d'Edward Bantey et Denise LeBlanc

### 4.3 JE SUIS CELLE QUI SAIT PARLER AU VENT

#### 4.3.1 Le député Leblanc accouche d'une fille

*« Pressens-tu déjà pour quel destin nos égoïsmes te donneront la vie ? Dans tes jours heureux, nous pardonneras-tu d'avoir décidé pour ton corps et ton âme ? Quelle sorte d'humain seras-tu ? Quelle sorte d'humains sommes-nous ? »*  
*Extrait de notes de Denise LeBlanc, Déborde-moi la mer (2002)*

<sup>62</sup> Référence à l'habillement de Catherine Dorion, la députée de Québec solidaire, à l'Assemblée nationale, 2018

Mes parents se marieront au civil en 1978 et ma mère me mettra au monde l'année suivante. Le fait d'accoucher en cours de mandat crée un précédent historique en Amérique du Nord :

Elle devient, en Amérique du Nord, la première femme députée à accoucher en cours de mandat, amendant ainsi la loi de l'Assemblée nationale qui reconnaît, à partir de ce jour, les absences à l'Assemblée pour cause de maternité. (**Extrait du texte de présentation pour le prix Maria Patton, La Sentin'Elle, 1997**)

#### **La loi sur le congé de maternité**

Avant 1979, la femme québécoise enceinte était dépendante de l'assurance-emploi fédérale de quinze semaines, précédée d'un délai de carence de deux semaines et payant 60 % du salaire de la femme (Lepage et Lavigne, 1979). Cela la rendait financièrement précaire pendant les débuts de sa maternité et incertaine de retrouver son poste. L'ordonnance de l'instauration du premier congé de maternité québécois aura lieu le 1er janvier 1979, sous le gouvernement du Parti Québécois, dans sa Loi sur les Normes du Travail. Ce congé de dix-huit semaines garantissait à la travailleuse la protection de son poste au retour au travail, en plus d'ordonner aux employeurs qu'ils paient 93 % du salaire de leur employée durant son absence.<sup>63</sup>

Lorsque l'on cherche maternité ou congé de maternité dans les livres d'histoire féministe du Québec, l'on ne trouve rien. Pourtant, le congé de maternité, signe d'un changement de paradigme, a certainement dû faciliter la vie des Québécoises. Ce vide académique témoigne peut-être de l'ambiguïté des féministes québécoises de la deuxième vague en lien avec la maternité.

Je nais le 15 avril 1979, quelques mois après l'instauration du congé de maternité par le Parti Québécois. Mon père, qui a 55 ans lors de ma venue au monde, appelle un taxi pour conduire ma mère, accompagnée de ma grand-mère à l'hôpital lors de son accouchement...

<sup>63</sup> Repéré à : [http://archives.radio-canada.ca/art\\_de\\_vivre/famille/clips/6235/](http://archives.radio-canada.ca/art_de_vivre/famille/clips/6235/)

sans lui. Mentalité de l'époque peut-être : un homme ne voit pas sa femme accoucher ? Nous ne le saurons jamais. Ce qui est certain, c'est qu'il ne voulait pas d'autre enfant. Il a vécu cette grossesse à contrecœur, au grand désarroi de ma mère, divisée entre le rejet de son mari et la joie de porter un enfant tant désiré. Ceci dit, selon ses dires, il « *tombera en amour* » avec ma frimousse de bébé qu'il verra lorsqu'il ira rejoindre ma mère à l'hôpital.

*Une enfant à aimer de toutes ses forces  
À lui apprendre la rosée du matin  
Les longues rivières mystérieuses  
Le secret d'une musique avalée  
Le bonheur d'être trois  
À redécouvrir ensemble le monde*

Denise LeBlanc, Déborde-moi la mer, 2002

Vu le précédent historique, à quelques heures de vie, le photographe de La Presse me prend en photo dans les bras de ma mère (voir figure 5). Ce fait n'est pas anodin, il signifie le changement à l'œuvre dans notre société québécoise : non seulement ma mère est l'une des premières femmes à siéger à l'Assemblée nationale, mais elle affirme également sa capacité de pouvoir mener une carrière importante en même temps que sa maternité. En ce sens, elle est l'une de celles qui ont contribué à changer le visage de la maternité et ainsi pavé la voie à de nombreuses femmes depuis.

QUÉBEC- Le député des Iles de la Madeleine à l'Assemblée nationale a inscrit une première dans les annales du Canada et probablement dans celles de toute l'histoire du Nord en donnant naissance à un enfant alors qu'elle siège dans un parlement. Mme Denise Leblanc-Bantey a donné naissance à une fille vers 14 heures dimanche à l'hôpital Saint-François d'Assise à Québec. (...) leur fillette portera les prénoms de Sarah Maria. **(Extrait du journal La Presse, 17 avril 1979 )**

À noter dans ce texte, les mots « *le député* » utilisés pour désigner *la députée*. Cette utilisation de la langue française fait bien état d'une époque pas si lointaine où l'on ne féminisait pas encore les fonctions traditionnellement masculines.



Figure 8 - Gros plan de l'article en question



Figure 9 - Photo de la première page de La Presse du 17 avril 1979

Bébé et jeune enfant, ma mère m’amène partout avec elle, y compris à l’Assemblée nationale, où j’ai longtemps eu ma chaise haute en bois.

Mes parents racontaient en riant qu’on entendait parfois un bébé pleurer en fond sonore lors des sessions parlementaires. Ma mère m’amenait partout où elle allait et

je ne sais combien j'ai eu de « mères » : amies, tantes, collègues... qui prenaient soin de moi, me nourrissant, me catinant, me berçant, me bordant. ( **Ma petite enfance dans la politique, Journal de chercheuse, 2017**)

Mon enfance se passe dans un cadre très particulier où je deviens vite la mascotte, le bébé de tous, incarnant peut-être l'espoir d'un monde nouveau dans lequel le Québec serait un pays. En effet, à ce moment, une bonne partie de la population du Québec est portée par un vent d'espoir : que notre peuple opprimé à la culture francophone fragile puisse enfin se réapproprier son territoire et en faire un pays qui lui ressemble. Une fièvre parcourt la plupart des régions du Québec, la fièvre indépendantiste. Mais elle ne sera pas assez grande pour gagner le référendum déclenché par le Parti québécois.

### **Le référendum de 1980**

Ce référendum est le premier de deux référendums sur l'indépendance qui ont eu lieu au Québec. Cette province est la seule du Canada ayant gardé sa majorité francophone, après des années de lutte pour la conservation de sa culture et de sa langue. Le Parti québécois, qui fait la promesse de tenir un référendum lors d'un premier mandat, est porté au pouvoir en 1976 suite à la vague de nationalisme qu'a provoquée la Révolution tranquille. Lévesque, le chef du PQ, veut négocier la souveraineté avec le Canada, en parlant de souveraineté-association. Il annonce en juin 1979 la tenue d'un référendum pour l'année qui suit. La question à poser et la procédure suscitent des débats au cœur du parti, et finalement, la (longue) question posée est la suivante :

*Le Gouvernement du Québec a fait connaître sa proposition d'en arriver, avec le reste du Canada, à une nouvelle entente fondée sur le principe de l'égalité des peuples ; cette entente permettrait au Québec d'acquérir le pouvoir exclusif de faire ses lois, de percevoir ses impôts et d'établir ses relations extérieures, ce qui est la souveraineté, et, en même temps, de maintenir avec le Canada une association économique comportant l'utilisation de la même monnaie ; aucun changement de statut politique résultant de ces négociations ne sera réalisé sans l'accord de la population lors d'un autre référendum ; en conséquence, accordez-vous au Gouvernement du Québec le mandat de négocier l'entente proposée entre le Québec et le Canada ?*

Le référendum aura lieu le 20 mai 1980 et le Non gagnera : la réponse des Québécois sera non à 59,56 % et oui à 40,44 %. C'est là que René Lévesque énoncera sa célèbre réplique : « *Si je vous ai bien compris, vous êtes en train de nous dire à la prochaine fois !* ». Un autre référendum, porté par Jacques Parizeau, qui aura lieu en 1995, sera aussi perdu de justesse par les indépendantistes, cette fois-ci à 50,58 % pour le non contre 49,42 % pour le oui. (Lévesque, M. et Pelletier, M., 2005, Marsolais, C.V., 1995.)

Je vis sur les épaules de ma tante Lucienne, qui est comme ma deuxième mère dans mon enfance, le triste rassemblement historique de la défaite du référendum de 1980... j'avais un an et je peux presque sentir encore dans ma chair l'impact de cette profonde déception, suivie d'une lente désillusion, pour plusieurs Québécois et surtout, en ce qui me concerne, mes parents et leurs proches. J'ai d'ailleurs parfois l'impression de devoir dialoguer avec deux co-identités : l'une gonflée d'espoir en lien avec une situation donnée, et l'autre certaine que le projet avortera, situation qui se répète dans mes quêtes d'appartenance.

#### **4.3.2 Une enfance au cœur de la politique québécoise**

Ma vie se passe ainsi, entre Québec et les Îles, jusqu'à mes cinq ans. Je peux me rappeler de l'ambiance dans l'avion du gouvernement, alors que tout le monde fumait sans retenue, surtout René Lévesque... je peux me souvenir de ce dernier me serrant trop fort dans ses bras, m'étouffant, presque ! Je me promenais dans l'avion librement, faisant la conversation à l'un et à l'autre.

J'ai autour de 3-4 ans. Je suis dans l'avion du gouvernement du Québec, qui fait le trajet Îles-de-la-Madeleine-Montréal. C'est un avion que ma mère prend souvent puisqu'elle est députée des Îles de la Madeleine, et jusqu'à ce que j'aille à la maternelle, je la suis la plupart du temps, avec mon père. Je peux sentir l'odeur particulière de l'intérieur des avions, mélangée à la fumée des cigarettes, deux odeurs qui sont presque rassurantes pour moi. (...) J'aime quand les hôtesses passent des paniers en osier avec des petites gommages et des bonbons au café, moi je choisis toujours les bonbons au café. (...) C'est un petit avion ; il doit y avoir une dizaine

de passagers dans l'avion tout au plus, des membres du gouvernement, attachés politiques et passagers madelinots que ma mère invite pour dépanner.

Je repère un vieux monsieur aux cheveux complètement blancs, dans la rangée de gauche, je le trouve très beau. Il me semble beau mais sérieux. J'ai envie me relier avec lui, d'aller le voir et de lui chanter une chanson que je viens d'apprendre : « Souvenirs d'un vieillard ». Je me dis que ça doit ressembler à ça, un vieillard. Je marche vers lui et je m'installe debout sur les bancs devant lui, je crois que je lui demande si je peux lui chanter une chanson. Lorsqu'il me dit oui, ses yeux et son sourire sont lumineux. Je suis un peu intimidée mais j'y vais, je chante la chanson que ma mère vient de m'apprendre : « Derniers amours de ma vieillesse, venez à moi, petits enfants ! Je veux de vous une caresse, pour oublier, pour oublier mes cheveux blancs. <sup>64</sup> » Le monsieur est surpris au début, il ne sourit pas, je suis très gênée et je regrette un peu, puis il éclate de rire et tout le monde dans l'avion éclate de rire ! Quelqu'un me prend dans ses bras, je ne sais pas si c'est lui ou un autre ou plusieurs autres, mais je sens que ces gens sont heureux de ma chanson. Je sens que j'ai fait quelque chose de bien même si quelque chose m'échappe dans cette histoire, quelque chose qui fait partie du monde des adultes. (**Derniers amours, Récits phénoménologiques, 2018**)

On peut voir dans ce récit que j'ai grandi en étant le centre d'attention de tous. Quel impact aujourd'hui, dans la création de lien, peut avoir cette construction identitaire de la petite fille chouchou des apôtres de l'indépendance ? Jusqu'à l'entrée au primaire, je n'ai pas eu à travailler pour tisser des liens : je n'avais qu'à être naturelle. On encourageait ma singularité, mon intelligence et ma spontanéité : j'étais libre d'être. On peut facilement le lire dans le récit qui suit :

J'accompagne ma mère à son bureau de comté à Havre-aux-Maisons (à côté du restaurant Chez Gaspard) et je dessine, je lis, ou je suis prise de bras en bras, on me cajole, on s'émeut de mes gestes et paroles. Je suis une petite princesse dynamique, sociable, curieuse et intuitive. Même en grandissant, ma mère m'amène toujours avec elle : je m'endors la tête sur ses genoux au restaurant, je dessine sur des papiers à lettre avec l'entête du gouvernement dans ses réunions... je ne me rends pas compte à ce moment que ma vie est vraiment privilégiée. Ma mère est adulée, sa fille l'est tout autant. Je peux dire que j'ai le sentiment d'avoir vécu une petite

---

<sup>64</sup>Annexe : Souvenirs d'un vieillard par Georges Hamel <https://www.youtube.com/watch?v=Ik90-d6g1-k>  
reprise par Stéphanie Boulay et Alex Nevsky

enfance vraiment magique, heureuse, sans aucun souci. (**Ma petite enfance dans la politique, Journal de recherche, 2017**)

Ainsi, je vivrai ma petite enfance dans le cocon protecteur de la famille nucléaire et dans beaucoup de mouvement entre Québec et les Îles. On a pu voir ici comment ma naissance s'inscrit dans une période intense pour le Québec, fertile en rêves comme en désillusions, à quel point je vis de proche la vie politique de mes parents et finalement, autour de quels contextes s'est construit mon identité, lors de la petite enfance.

### 4.3.3 Quand la vie change : la crise du PQ

Je parlerai maintenant de la crise qui a secoué le PQ et de son impact dans la vie de ma famille. Lorsqu'on lit distraitement les nouvelles, l'on ne se doute pas toujours de ce qui se joue dans la vie personnelle des gens qui ont décidé de dévouer leur vie à la politique. J'ai une vision très critique des grands partis politiques. Par contre, je tente de garder à l'esprit l'humanité de ces hommes et de ces femmes qui, chacun et chacune à leur façon, tentent de changer les choses en cohérence avec leurs valeurs et j'ai du cœur pour l'impact que leur vie politique peut avoir dans leur vie personnelle et familiale. En 1983, René Lévesque amorce le virage du Beau risque, qui aura des conséquences sur la vie de mes parents jusqu'à leur décès et par conséquent sur la mienne, ainsi que pour tous les Québécois et Québécoises.

#### **Le Beau risque**

Ce qu'on appelle au Québec la politique du Beau Risque fait référence à un changement de positionnement de René Lévesque, le chef du Parti québécois, après la défaite référendaire de 1980 et le rapatriement de la constitution canadienne sans l'accord du Québec par le gouvernement libéral. Lévesque, parlant d'un «*fédéralisme renouvelé*», accepte une proposition de Mulroney, le premier ministre du Canada, de faire entrer le Québec dans la constitution canadienne – s'il soutient ce dernier dans les élections. Ce faisant, il fait fi d'une



partie importante de son parti qui est en désaccord. Dans des rencontres secrètes organisées par ma mère Denise LeBlanc, plusieurs députés et ministres importants du PQ, dont Parizeau, Laurin, Léonard et Paquette s'organisent. Ils affronteront leur chef sur cette question, dans une rencontre en novembre 1984. Mais Lévesque ne cédera pas sur le Beau risque, ce qui créera une suite de démissions en quelques jours : sept membres importants du gouvernement péquiste, dont ma mère, quitteront le parti par conviction indépendantiste, se dissociant de ceux qu'on appellera les « *révisionnistes* ». Moins d'un an après, affaibli par cette importante crise, Lévesque démissionnera comme chef du Parti québécois. (Lemieux, 2007, Lévesque, 1986, Payette, 1982).

Ma mère démissionne du PQ en 1984 avec plusieurs collègues lors du virage du Beau risque. Elle siègera un an comme indépendante et ne sera pas réélue en 1985, ce qui constituera pour elle une grande peine d'amour avec « ses » Madelinots et Madeliniennes. Je crois aujourd'hui que c'est là que commencera sa lente descente vers la dépression et la mort. Selon Lapointe (2015, p.199-200), elle « est l'archétype d'une élue qui se dévoue sans compter pour un idéal politique "national" dont elle se révèle l'indéniable victime. »

Cette crise appelée par certain-e-s « *le détournement* », aura marqué à jamais le paysage politique québécois. En effet, le chef des troupes souverainistes, adulé par tant de Québécois, jette l'éponge et se range au fédéralisme. Quelle désillusion, me semble-t-il, pour tous ceux et toutes celles qui croyaient au rêve fou de créer un pays ! Mais aussi, pour ceux et celles qui voyaient des hommes et des femmes politiques se tenir debout, porter les idéaux d'un peuple à l'intérieur d'un parti au pouvoir. Ces derniers seront contraints à quitter les rangs du parti pour continuer à se tenir debout.



Figure 10 - Journaux francophones étrangers lors de la crise du P.Q.

Ce moment du Parti québécois met également en relief les dissensions qui ont toujours été présentes entre deux franges du parti et qui sont encore bien visibles aujourd’hui. Ceux qui ont quitté le parti se feront appeler « *les purs et durs* » et formeront, avec ma mère comme présidente, le Rassemblement Démocratique pour l’Indépendance (RDI). Le discours de cette dernière fait preuve de tout l’espoir dont mes parents sont encore porteurs, à ce moment-là : « *Dites-moi : est-ce radical de placer les intérêts des Québécoises et des Québécois avant nos propres ambitions ? Est-ce radical d’insister pour que le devoir passe avant le goût du pouvoir ?*<sup>65</sup> ».

Je suis interpellée encore une fois dans mes enjeux d’appartenance, en lien avec l’assumance de sa singularité. Le fait que ma mère ait décidé de rester fidèle à ses valeurs, coûte que coûte, l’a finalement isolée du monde politique, des Madelinots et des Madeliniennes. Elle en a souffert jusqu’à la fin de sa vie. Selon son point de vue, son peuple des Iles n’a jamais compris son choix. Elle s’est sentie abandonnée par eux, comme ils se sont eux aussi probablement, sentis abandonnés par elle. Comme si le fait d’assumer ses

<sup>65</sup> BAAnQ-Q, Fonds Denise Leblanc-Bantey, P458/31, dossier 2.5.1, Denise Leblanc-Bantey, [Discours d’acceptation de la présidence du RDI], « Congrès R.D.I.30 mars 1985 », p.6

valeurs profondes avait constitué une brisure, une blessure, dans les relations « face à ses Iles ».

Quoi qu'il en soit, mes parents ne sont certainement pas les seules personnalités publiques impliquées dans le rêve de la souveraineté qui ont senti le douloureux impact du « *détournement* ». Si plusieurs d'entre eux ont relevé leurs manches et comme Parizeau, retenté d'accoucher du rêve de l'indépendance, il semble que ma mère n'ait pas réussi cet exploit, comme nous le verrons plus tard. C'est à la suite de ces chambardements que mes parents quitteront Québec et les nombreux allers-retours aux Iles, pour s'enraciner dans la vie montréalaise. J'ai fait ici état de l'impact du Beau Risque sur mes parents et du possible lien avec mes propres enjeux. Dans le prochain sous-chapitre, nous verrons les débuts de ma vie à Montréal, jusqu'à l'adolescence.

#### **4.3.4 Apprivoiser les autres enfants**

Nous déménageons à Montréal en 1985. À cette époque, je me sens encore très proche de mes parents, je ne remarque pas leurs différends ou problèmes. Même s'ils en parlent, je suis loin de prendre conscience d'à quel point une rupture importante vient de se produire dans la vie de mes parents. Je me sens particulièrement proche de ma mère, c'est ma confidente, mon alliée. Je la trouve belle, attentionnée, drôle, empathique, vive, sensible. Je vis des beaux moments de proximité, de rires et de complicité avec mon père, pour qui j'ai beaucoup de respect. Mais sa sévérité, son côté intempestif et colérique par moments et les quelques tapes sur les fesses de mon enfance, ancienne façon d'éduquer les enfants, ne favorisent pas un lien d'attachement sécuritaire stable avec lui à ce moment-là. Cela me prendra longtemps pour cesser d'avoir peur de lui.

Fille unique, je suis complètement fusionnée à notre trio familial. J'ai quelques amies proches, mais je ne connais pas la vie de groupe, à part dans les fêtes de famille. Par contre, je me sens très bien avec les adultes. En effet, on apprécie ma présence et on me le démontre

beaucoup. Je suis encore une sorte de petite vedette... en vieillissant, je participe aux soupers de mes parents, faisant des spectacles pour les adultes, tentant de m'insérer dans les discussions. Je comprends rapidement que d'être articulée et intelligente impressionne mes parents et leurs proches et constitue une façon d'être aimée. Mon sentiment d'attachement (Winnicott, 1962) se crée donc en lien avec mes parents, ma famille, leurs proches et quelques amies ou cousines.

J'entre à l'école Notre Dame de Grâce pour ma première année, et c'est le choc. N'ayant jamais connu de frère ou de sœur, ne sachant pas trop ce que c'est que de tisser des relations de groupe avec des êtres de son âge, je quitte la bulle fusionnelle familiale pour rencontrer la réalité parfois cruelle des enfants. Pour Glassey (2014, p.18), « *l'entrée à l'école est une transition qui modifie le statut de l'enfant en l'amenant à être élève* ». Pour ce dernier, le début de la scolarité se fait en trois phases : il y a « *un espace de rupture, de construction de sens, d'apprentissage et d'affirmation de soi* » (2014, p.19). Il souligne que la rupture et la construction de sens peuvent s'effectuer sur le moyen terme et s'avérer souffrantes pour l'enfant et pour la famille.

Ainsi, cette transition me sera plus ou moins facile : alors que je suis valorisée depuis ma tendre enfance pour mon originalité, ma différence et mon intelligence parmi les adultes, tout ça me semble être un handicap avec les enfants. Je me découvre aussi une timidité, je découvre que je ne sais pas socialiser dans la cour d'école. De mon point de vue de petite fille, elle est si grande, les enfants se mettent en bande et jouent au ballon, tout cela m'intimide beaucoup. J'ai envie d'appartenir, mais je me sens différente. J'ai l'impression de ne pas avoir accès aux codes culturels et de ne pas savoir comment tisser des liens. Je me sens plus proche des lilas en haut des buttes de l'école que de mes collègues de classe ! Si je réussis à construire des liens individuels avec des amies qui vivent dans des mondes proches du mien, il arrive que je m'en sente humiliée par la suite :

Je me souviens de Julie<sup>66</sup>, au début du primaire, à Notre Dame de Grâce. Elle me disait qu'elle volait. Elle me demandait si moi aussi, je volais et me disait que c'était possible. Ça adonnait que moi aussi, je me pratiquais à voler, en sautant de mon lit au plancher. J'étais certaine que des fois, j'y arrivais ! Alors on s'est mises à se pratiquer ensemble, dans ma chambre et sur une des buttes en entrant dans la cour d'école, à la gauche de l'entrée. On sautait et on se pratiquait à voler en s'observant l'une, l'autre et en s'encourageant. Ce jour-là, j'étais en haut de la butte, je crois que je l'attendais. Elle est passée avec sa gang d'amies, elles étaient peut-être trois ou quatre. Elle leur a dit : « c'est elle, qui croyait qu'on pouvait voler ! Je lui ai fait croire qu'on pouvait voler et elle me croyait ! » Et les filles de rire ou de me regarder bizarrement. Et moi de ressentir la panique à l'intérieur, le plexus se fermer, et de répondre, ayant l'air détachée : « ben non, moi aussi je faisais semblant ! » Mais à l'intérieur de moi, je me sentais humiliée, trahie et vraiment surprise. (**Tombée en plein vol, Récits phénoménologiques, 2018**)

On voit dans ce récit à quel point ma naïveté d'enfant me joue des tours, quand elle est confrontée aux codes sociaux des enfants du primaire. J'ai par la suite, mis une sorte de carapace apparente pour protéger ma sensibilité et mon imaginaire du jugement des gens. C'est ce qui me jouera des tours dans mon désir de me relier à l'autre ou aux groupes, cette apparente démonstration « *d'être au-dessus de tout cela* », dans les moments où quelque chose en moi aimerait pourtant se relier.

Cependant, mes parents entretiennent un discours positif face à l'école et font confiance à mes enseignant-e-s, ce qui est facilitant selon Glassey (2014). De mon côté, j'aime apprendre et je suis fière d'aller à l'école. Je tisse des liens d'attachement positifs avec l'ensemble de mes professeurs et je peux me reposer sur ces liens. Ces derniers ne sont pas étrangers à mes bons résultats scolaire car lorsque je ne me sens pas reliée à eux, je déprime et mes notes s'en ressentent.

Si je ne suis pas à l'aise dans les groupes scolaires, j'ai des relations en duo, de « *meilleures amies* ». Tout au long du primaire j'ai deux « *meilleures amies* » : Aurélie et Valérie, en plus de plusieurs amies d'autres cultures, grâce à mon école. Cela contribuera certainement à m'ouvrir l'esprit aux autres réalités et à me donner le goût de voyager. J'ai

---

<sup>66</sup> Nom fictif.

quand même l'élan d'appartenir à un groupe : à partir de ma quatrième année, je regarde ce que je considère comme la « *gang des populaires* » et je suis jalouse. Je ne sais pas comment faire pour y entrer : je sens que je suis d'une certaine façon respectée, mais qu'on me trouve trop étrange. Je suis à la fois trop timide pour faire des pas clairs dans la cour d'école et en même temps très extravertie dans le cadre protecteur des cours, ce qui me donne une aura de mystère, alors que c'est loin d'être mon intention. Je me tiens parfois avec quelques personnes qui sont en périphérie de ces groupes, je butine sans être véritablement satisfaite, car je sens que ma place est avec « *la gang* ».

Il m'apparaît ici un choc entre la petite fille dans l'avion, aimée de tous, presque adulée, celle qui faisait des spectacles pour les adultes et brillait de par ses commentaires et celle qui doit apprendre à faire son chemin dans la cour d'école. Cette dernière doit construire des nouveaux liens avec des gens de son âge qui ont différents codes et elle ne sait vraiment pas comment. Cette petite fille proche de la nature, qui vit dans son monde imaginaire, veut sincèrement sortir du cocon familial et appartenir au « *clan des enfants* », mais découvre l'univers parfois cruel de ces derniers. J'ai vécu cette dynamique décrite depuis le début de ce sous-chapitre à plusieurs reprises dans ma vie. Il résume bien mon enjeu d'appartenance et son paradoxe : je suis consciente de ma singularité et de mes talents et je souhaite rester telle que je suis. Pourtant, je veux tant appartenir à la gang, au clan, au monde. J'ai alors l'impression de devoir observer et analyser comment sont les codes des mondes auxquels je veux appartenir- et de m'y conformer si je veux réussir, au lieu d'agir naturellement à partir de qui je suis vraiment, ce qui me met en déséquilibre et crée de l'anxiété.

Nous avons vu dans ce passage, comment se sont créés mes liens avec les autres enfants lors de l'entrée scolaire, mettant en relief les débuts de ma quête d'appartenance aux groupes, qui se répercutent jusqu'à aujourd'hui. Nous verrons maintenant comment l'appartenance au territoire des Iles et à la nature a été importante dans la construction de ma personne.

### 4.3.5 Les Iles, mon refuge sacré

Si je passe mon temps entre Québec et les Iles de la Madeleine de ma naissance à mes cinq ans, je passerai tous mes étés aux Iles par la suite. C'est dans ce lieu particulier que se tissent, depuis toujours, mes liens avec la nature et l'invisible. Je passe des heures dans les champs à me coucher par terre, me cacher dans les longues herbes, observer les nuages, contempler les insectes, les fleurs et graminées qui se balancent au vent, humer les odeurs, cueillir les fraises des champs.

*Je suis celle qui sait parler au vent.  
Le vent, je l'entends siffler de par-dessus la mer et agiter les herbes.  
Le vent, je le vois onduler dans les mosaïques des graminées,  
Les marguerites, les trèfles rouges, les achillées.  
J'ai trois ans et je sais parler au vent.  
Je joue à cache-cache avec lui, mon meilleur ami,  
Dans les herbes hautes, je cours, je trébuche et je ris....  
Oui, je joue à cache-cache avec lui  
Jusqu'à ce que je sois fatiguée et alors,  
Je me couche au milieu du champ de fleurs,  
Tachant de petites fraises ma salopette.  
J'ai trois ans et pourtant je connais déjà tant  
Ces odeurs d'herbes chauffées au soleil,  
D'embrumes salines et de fruits sauvages.*

**(Je suis celle qui sait parler au vent, Écrits poétiques, 2018)**



Figure 11 - Sarah-Maria à deux ans dans un champ des Iles

Notre grande maison ancestrale, peinte en bleu gris, est sur le bord des falaises du Gros Cap sur l'île de Cap-aux-Meules, entourée de champs de fleurs sauvages où pousse une abondance de petites fraises des champs. À droite, une zone marécageuse remplie d'Iris versicolores et un boisé de conifères rabougris, aujourd'hui disparus. À gauche, juste avant une zone remplie de carcasses de voitures et autres objets insolites (anciennement, les gens se servaient des champs et forêts comme dépotoirs), poussent des bleuets et des camarines noires, appelées goules noires par ma mère. J'obtiens assez rapidement la permission de mes parents de traverser les champs et descendre seule des falaises de terre rouge sur la plage. Là, sur le sable blanc particulier des Iles, je marche pendant des heures sur le bord de l'eau, à cueillir les coquillages et les roches. Ou j'explore les « grottes » formées par l'eau dans les rochers. Ou je fais des constructions dans le sable.





Figure 12 - Rocher de Gros Cap + Sarah-Maria au milieu des épilobes

Après le visionnement du film «*La grenouille et la baleine*<sup>67</sup>», je prends ma flûte à bec et je m’installe sur un rocher dans la mer, jouant la mélodie du film pour communiquer avec les baleines. Je suis si bien, seule dans cet univers poétique, mystérieux et spirituel. Je perçois des visages dans les falaises, je sens bien la présence de quelque chose d’autre de plus grand et plus profond dans la majesté de la nature.

*Je suis cette petite fille couchée sur le dos  
 Au milieu des broussailles.  
 Le ciel bleu et les nuages aux mille formes  
 Me bercent alors de leurs rêves insaisissables,  
 Pendant que du haut de leur brin d’herbe,  
 L’araignée ou la coccinelle m’observent et me veillent.  
 Et moi, petite sauvageonne,  
 Moi la princesse sauvage, je m’endors en paix,  
 Au creux de mon berceau le plus précieux,  
 De ma vraie patrie, ma matrice que dis-je,  
 cette Terre qui m’émerveille déjà tant...  
 Je suis celle qui sait parler au vent.*

**(Je suis celle qui sait parler au vent, Écrits poétiques, août 2018)**

---

<sup>67</sup> Film québécois pour enfants de Roch Demers, un cinéaste qui a produit des films marquants pour toute ma génération. *La grenouille et la baleine* met en scène une jeune fille (Fanny Lauzier) qui sent un lien très fort avec les baleines.

Parfois, j'ai envie de partager ce trésor intime et j'invite des amies de Montréal dans mon monde pour quelques semaines, je les initie à mes habitudes contemplatives et à mes jeux. Ici, c'est mon monde, mon territoire et c'est dans celui-là que je les invite. Si je n'en suis pas consciente à ce moment-là, je peux proposer aujourd'hui que c'est plus sécuritaire pour moi ainsi. Dans ce cadre, je connais les repères, j'ai mes habitudes, mes jeux. J'y vis cependant de la solitude et je me fais donc une joie de partager avec mes proches ce trésor.

Comme je le mentionnerai ultérieurement, j'ai reçu tout au long de cette recherche des boîtes de souvenirs. Lorsque j'étais aux Iles pour ma semaine d'écriture, quelqu'un a envoyé chez ma tante Lucienne, qui a été ma deuxième mère, un album de photos que j'ai fait. Ce sont des photos que j'ai prises lorsque j'avais douze ans, de paysages des Iles. Au fil des pages, l'on retrouve aussi des plumes et des feuilles séchées de plantes, comme si l'album photo était aussi un herbier, tout à fait en phase avec l'herboriste que je deviendrai. Ainsi, en relisant et corrigeant ce passage sur les Iles, m'étaient données des images illustrant ce passage. Ce sont elles qui se retrouvent ici.



Figure 13 - Maison de Gros Cap vue de derrière (la plage) et de devant (le champ)

Ces étés aux Iles jusqu'à mon adolescence ont été des racines de stabilité, de sécurité et d'intériorité qui sont encore des piliers pour ma vie d'aujourd'hui. C'est en relisant successivement ce passage que je prends la mesure de l'importance de ce territoire dans ma vie. Il ne fait aucun doute pour moi que les Iles de la Madeleine sont mon territoire d'appartenance, que *mes esprits protecteurs* y vivent. Cela me fait penser à l'entretien que

j'ai eu avec Joséphine Bacon<sup>68</sup> : lorsque je lui demandais si son territoire lui manquait, elle me répondait qu'elle n'avait qu'à y aller en pensée ou en rêve. Je crois que je vis la même chose avec les Iles.

Nous venons de voir comment la nature a été fondamentale pour moi dans mon enfance et comment le territoire des Iles a été mon refuge. Dans le prochain chapitre, nous entrerons dans un tout autre monde, celui de mon adolescence.

---

<sup>68</sup> Mars 2019, Hôtel Rimouski.



## **CHAPITRE 5 - AUTO-ETHNOGRAPHIE : RITES DE PASSAGE**

### **5.1 LES PREMIERES TEMPETES**

Dans ce chapitre, l'on commence à voir se dessiner un appel pour la vie spirituelle, sur fond de crises familiales qui ont profondément secoué une enfance jusque-là plutôt tranquille. C'est dans un tel contexte que mes explorations comme adolescente vont me mettre sur le chemin de la spiritualité, la nature et la contre-culture. L'entrée dans ces mondes, les expériences que j'y ai vécues et les rencontres que j'y ai faites ont été pour moi des alliées supportantes dans ce difficile passage.

#### **5.1.1 Mon entrée dans l'adolescence**

Après la fin de mon primaire, nous déménageons de Notre-Dame-de-Grâce vers le quartier du Plateau-Mont-Royal. À cette époque, ce quartier autrefois peuplé par une population majoritairement ouvrière est encore en pleine transition, cette dernière ayant commencée à la fin des années soixante-dix. Il accueille une faune grandissante d'artistes et marginaux en tous genres, constituant le parfait quartier pour vivre une adolescence colorée. Mue par une foi toujours grandissante et par le désir de me rapprocher d'une amie du primaire qui va à cette école, je supplie mes parents de m'inscrire au Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie (PSNM). Cet établissement privé d'enseignement secondaire, situé à Outremont, a été créé en 1905 par les Sœurs des Saints-Noms-de-Jésus-et-de-Marie et est affilié à l'école de musique Vincent-d'Indy qui se trouve dans le même bâtiment, dans laquelle je poursuivrai mes études de piano classique. Je change donc d'école pour la troisième fois.

Mon père, athée qui deviendra plus tard agnostique<sup>69</sup>, est fermement opposé à ce que j'aie étudié au PSNM. Il a peur que mon cerveau soit « lavé » par des notions chrétiennes de bien et de mal, de paradis et d'enfer, dont sa génération a travaillé si fort à se défaire. Je réussis à lui cacher (je crois que j'en étais à peine consciente) mon appel intérieur confus pour cette religion et la vie spirituelle, prétextant le désir de me rapprocher de cette amie. Je porte alors le costume et passe trois années dans ce collège privé de filles, comme externe. Encore une fois, ça m'est difficile de trouver « ma gang » et je passe une première année de secondaire très difficile, mais j'y réussis finalement n'étant pas intéressée par les relations superficielles des filles « populaires ». L'été de mon secondaire un, je commence mes premières expériences de ma vie d'adolescente. (**Le début de l'adolescence, Journal de recherche, 2018**)

Ce court récit phénoménologique montre bien le clivage entre deux générations : entre mon appel pour la vie spirituelle et les luttes qu'a menées la génération de mes parents pour se libérer de l'emprise de l'Église catholique, il y a tout un fossé. Pour mieux comprendre cette rupture intergénérationnelle de valeurs, il faudrait rappeler l'exemple de la vie de ma grand-mère, prise entre ses désirs personnels d'accomplissement, sa santé et la pression du clergé. En effet, la génération des baby-boomers a lutté fort pour se libérer des notions de péché, d'enfer, de punition divine, véhiculées à l'école et à l'église, qui ont marqué « *au fer rouge* », la société québécoise. Lors de la Révolution tranquille, tout un peuple a voulu se sortir du contrôle qu'exerçait sur lui la religion catholique. Une bonne partie de nos concitoyen-ne-s semble avoir gardé un rapport trouble avec la religion et même la spiritualité. Quoi qu'il en soit, je peux maintenant reconnaître l'impact qu'ont eu sur moi ces années dans un établissement magnifique et calme dans lequel règne une ambiance dévotionnelle, féminine et studieuse. Je crois que cette période n'est pas étrangère à mon appel pour une communauté féminine spirituelle, et donc l'on pourrait voir ici se dessiner mon entrée adolescente dans l'écoféminisme spirituel.

### 5.1.2 Point de rupture 1 : La crise

Treize ans est un âge charnière dans plusieurs traditions religieuses ou spirituelles. Dans le judaïsme, religion de mes ancêtres du côté de mon grand-père David/Louis, ce sera

---

<sup>69</sup> L'athée ne croit pas en Dieu et l'agnostique ne sait pas et professe qu'il est impossible de trancher.

l'âge du Bar Mitzvah, cérémonie/rite de passage où les jeunes garçons atteignent leur majorité (religieuse). C'est à cet âge que se produira la première grande crise de ma vie. Cette dernière changera pour toujours le cours de nos existences, à ma famille et à moi.

Je reviens d'une magnifique journée avec ma mère du magasinage de ma première robe « de jeune fille » en vue du mariage d'une cousine, une journée vécue en grande complicité mère-fille. Je me précipite pour montrer à mon père la robe que nous venons d'acheter. Ce dernier est assis dans le salon, la photo de sa mère et une bouteille de scotch à moitié entamée sur la table devant lui. Il m'annonce, devant ma mère qui se décompose à vue d'œil, que cette dernière est alcoolique. Qu'il me l'annonce maintenant parce qu'il ne sait plus quoi faire pour qu'elle arrête. Si au départ je ne le crois pas, m'étant toujours sentie très proche de ma mère et loin de mon père, je vois bien qu'il dit la vérité et plusieurs scènes me reviennent en tête. Je suis sous le choc et en conflit de loyauté. En furie, le visage rougi par l'émotion, mon père jette dans la poubelle toutes les bouteilles d'alcool de leur « bar », les CD de ma mère dont « Tu m'aimes-tu » de Richard Desjardins qu'elle écoutait en boucle et je ne sais quoi d'autre, pendant que ma mère pleure. Plus tard, je suis assise sur le plancher de la cuisine avec ma mère, appuyée sur le four, en lui demandant : mais pourquoi me l'as-tu caché ? (**La crise, Récits phénoménologiques, 2018**)

Dans ce récit du moment de rupture de mon enfance, je demande à ma mère : « Pourquoi me l'as-tu caché ? ». Ce moment est important car je prends conscience que ma mère n'est pas seulement une mère mais aussi une femme, une femme dont je ne connais pas la vie. Et parce qu'elle ne m'a pas dit qu'elle était alcoolique, je me sens trahie par elle mais surtout, exclue de son monde de femme. Je réaliserai à ce moment que je ne suis pas sa meilleure amie : je suis sa fille, « *seulement sa fille* », pas assez mature pour comprendre son monde et je lui en voudrai énormément pour ça. On voit encore une fois apparaître ici un enjeu d'appartenance : je n'appartiens pas au monde de femme de ma mère. La pré-adolescente que je suis est en choc d'apprendre que sa mère est alcoolique, mais elle l'est encore plus par le fait qu'elle ne lui en a jamais parlé ! À ce moment, je comprends que je ne suis pas digne de ses confidences. Cette interprétation me donne le sentiment que je ne suis pas valable : je me sens rejetée et trahie par la femme la plus importante de ma vie en plus d'avoir honte d'elle.

Dans un premier temps, une image renvoyée par autrui est reçue avec tant de négativité et de violence qu'elle confronte le sujet au sentiment d'être nul, d'être

moins que rien, de ne rien valoir. Le Moi qui était investi comme un objet d'amour est brutalement désigné comme n'étant pas valable. La partie du Moi qui s'identifiait à cet idéal s'effondre (...) l'amour-propre se transforme en haine de soi, l'estime devient mésestime (...) Cela provoque une déchirure psychique tant la réaction est violente et douloureuse. Le sujet n'a qu'une envie, « se cacher sous terre », disparaître. (De Gaulejac, 1996, p.70.)

Effectivement, à cet instant, je veux disparaître. Ainsi, ensemencés par le sentiment de trahison, commencent à s'infiltrer en moi sournoisement, la profonde déception, désillusion et même le mépris de celle qui était auparavant la mère idéale, la déesse-mère.

Vingt-cinq ans plus tard, je réalise avec étonnement qu'à aucun moment je n'ai été fâchée contre mon père. Ce dernier m'avait pourtant volontairement – pour créer un choc chez ma mère – prise en sandwich entre les deux, moi qui n'étais encore qu'une enfant. La surprise était peut-être si grande et l'insécurité si profonde que j'ai occulté ma colère, pour garder au moins une figure d'attachement sur deux. Quoi qu'il en soit, c'est à la suite de cette crise importante que mes parents se sépareront et que je commencerai mes explorations adolescentes, dans différentes « tribus » de remplacement. Comme si le choc avait été si grand, la désillusion si profonde et le sentiment de séparation si violent, que je ne pouvais que me détacher de mon milieu familial pour tenter de trouver une autre communauté d'appartenance, plus sécuritaire émotionnellement.

### **5.1.3 Explorations diverses et appartenance à la contre-culture**

Mon adolescence commence sérieusement à treize ans avec ce point de rupture qui déstabilise totalement ma famille et m'expulse violemment de mon innocence d'enfant. Je rentre donc en secondaire deux et dans mes explorations de la vie d'adolescente. C'est à ce moment que je vais vivre mes premières explorations sexuelles, mes contacts avec l'alcool, les drogues et même les substances psychédéliques. Je peux affirmer aujourd'hui que les drogues enthéogènes (Roberts et Winkelman, 2013) comme le LSD, l'acide et les champignons, ont largement contribué à ouvrir ma conscience, m'ont rendue philosophe, m'ont permis de m'élever au-dessus des drames qui secouaient mon univers et ont confirmé



mon sentiment de reliance avec « une conscience plus grande que moi ». Ces expériences ont raffermi mon attrait pour la vie spirituelle.

Vers quatorze ans, je fais l'amour pour la première fois, je m'émancipe. Je fume de la marijuana, des bidies (sorte de cigarette indienne avec du tabac non-traité enroulé dans une feuille de kendu) et des cigarettes, j'écoute les Beatles, Pink Floyd et Led Zeppelin. J'entre peu à peu dans un besoin d'affirmer ma différence, ma non-adhésion à des valeurs rigides, je découvre et manifeste mon côté rebelle. Comme beaucoup de membres de la micro-génération « *Xenniale* », je ne me reconnais pas dans les modèles que me présente la culture populaire de l'époque.

### **Les Xennials**

L'approche générationnelle se distingue des autres approches sociologiques en ce sens qu'elle n'analyse pas tant les réalités socio-économiques que les réalités culturelles et de mode de vie d'une génération située dans le temps. Selon cette théorie, l'époque dans laquelle l'individu naît affectera la façon dont il perçoit le monde. Ainsi, les individus de générations données vont développer des valeurs, croyances et personnalités similaires. (Codrington, 2008, Lamm et Meeks, 2009, Kempf-Taylor, 2018.)

Le terme Xennial est un néologisme pour décrire la micro-génération comprise entre la génération X et la génération Y (les milléniaux). Pour Kempf-Taylor (2018, p.136), les membres de micro-génération échappent à la norme des générations plus nombreuses et forment leur propre personnalité collective. Le terme fait en général référence aux personnes nées entre 1977 et 1985, qui ont connu une enfance peu technologique mais ont été les premiers adolescent-e-s à vivre l'arrivée de l'Internet et toutes les révolutions que celle-ci a engendrées. Cette génération serait le juste milieu entre le cynisme de la génération X et l'optimisme débordant de confiance des Milléniaux.

En secondaire trois, je me promène dans le Pensionnat les cheveux teints, un bandeau de cuir à la hippie, des Doc Martens, ma chemise qui dépasse de ma jupe... et ma jupe roulée en haut des genoux, défiant les codes vestimentaires obligatoires. Je ne pratique plus mon piano et les musiques proposées par la si gentille sœur Violette me démotivent. Je consomme beaucoup de marijuana, je passe certaines journées à l'école sur les champignons magiques. Ce côté rebelle me vaudra la suspension :

Je suis dans le couloir du Pensionnat. À ce moment, j'ai les cheveux teints, mes cheveux sont tressés en de centaines de petites tresses portant chacune une perle en leur extrémité et je porte un petit bandeau de cuir tressé autour de ma tête. Dans une conversation, je dis « Tabarnac ». Une sœur m'amène au bureau de la Mère supérieure. Cette dernière me dit que je suis suspendue et qu'elle est inquiète pour moi. Que j'ai l'air d'avoir passé la nuit sur la corde à linge. Que mon style laisse à désirer, surtout la teinture dans mes cheveux, les petites tresses et le bandeau... que j'ai l'air d'une sauvage, d'une squaw. Que je dois enlever ce bandeau de cuir et défaire mes petites tresses, si je veux continuer mon année ici. Je lui demande pourquoi elle ne demande pas ça à certaines élèves haïtiennes qui portent des petites tresses. Elle me répond que c'est leur culture. Je suis choquée ! Je sors de son bureau en colère, rebelle, décidée à ne plus retourner là-bas. (**La Squaw, Récits phénoménologiques, 2018**)

On peut voir dans ce récit que je me fais encore une fois traiter de sauvage et même de Squaw, ce qui fera ma fierté, sans que je sache vraiment pourquoi à ce moment-là. Ici, le fait de vouloir à tout prix à assumer et afficher ma différence, et de refuser de me conformer au cadre proposé, me vaudra l'expulsion. Je ne peux encore une fois, que voir ici une répétition à un niveau plus léger de l'histoire de mes ancêtres et même de la démission de ma mère.

Lors de cette expulsion, mon père jouera le médiateur entre l'école et moi et il me convaincra de terminer mon année là-bas. C'est que je ferai, pour entrer en secondaire quatre à la Polyvalente Jeanne-Mance, à deux rues de chez moi, parmi tous ceux et celles qui s'étaient fait renvoyer de leurs écoles privées ! Ainsi, j'aurai connu deux écoles primaires et deux écoles secondaires. Pas évident, pour une jeune fille qui cherche l'appartenance...

À seize ans, je vais dans les « rave », des fêtes où les jeunes dansent toute la nuit sur de la musique électronique, consommant des substances comme de la MDMA qui nous mettent dans un état de grande sensualité et de grande sensibilité. La MDMA est une drogue

de synthèse, une molécule psychostimulante de la catégorie des amphétamines, parfois commercialisée dans le marché sous le nom d'ecstasy (dans ce cas, elle est souvent mélangée à d'autres molécules). Elle a été (ou est encore dans certains pays) utilisée en psychiatrie, notamment pour soigner le choc post-traumatique (Mithoefer, M. C., Mithoefer, A. T., Feduccia, A. A., Jerome, L., Wagner, M., Wymer, J., ... & Doblin, R., 2018, Schenberg, E. E. S., 2018). Cette drogue crée une désinhibition, un sentiment extatique et de détente et une exacerbation sensorielle. Je passe des nuits blanches presque toutes les semaines à danser et à vivre des moments d'exploration sensuelle avec d'autres jeunes, moments faits de caresses et de tendresse partagées. J'ai le sentiment de faire partie du mouvement révolutionnaire de la conscience de notre époque, comme les hippies dans les années 70.

Pour conclure ce passage, l'on voit de quelle façon j'ai pu vivre la rupture profonde de mes treize ans, dans une recherche de moi-même à travers la rébellion et diverses explorations adolescentes, m'inscrivant dans ma génération Xennials. Nous verrons ensuite comment se dérouleront mes relations à ma famille d'appartenance et la continuité de mes explorations sociales dans des groupes de la contre-culture moderne.

#### **5.1.4 Point de rupture 2 : Sortir de là**

Pendant mes années d'adolescence, j'habite avec mon père, ma mère ayant quitté le condo rue De Lorimier. Lorsque je la vois, à part pendant quelques merveilleuses années de rémission, je ne reconnais plus la mère que j'ai eue. Elle ne mange presque pas, boit beaucoup d'alcool et fume beaucoup. C'est trop difficile pour moi de la voir comme ça et je la vois peu. Au début, je m'organise pour fuir le lien, puis comme cela ne semble pas satisfaisant, je change de stratégie : je tente de lui écrire des lettres, de lui faire comprendre que je suis là et que j'ai besoin d'elle. Ces lettres n'auront vraisemblablement pas d'effet, dans mon expérience du moins. Je passe alors dans une phase profiteuse : je lui vole son argent et ses cigarettes, j'invite mes amis à faire des fêtes dans son appartement, je la méprise ouvertement. Je me suis sentie coupable longtemps de ces moments où j'ai été méchante et dure avec elle.

À cette époque, ma mère est directrice de *l'Atelier d'Artisanat du Centre-Ville*. Cependant, elle quitte son emploi dans une histoire triste où elle se sentira, encore une fois, trahie par ses proches. Pendant un bout de temps, elle ne travaille pas ou travaille peu, reste dans sa chambre, dans son lit. Elle devient ensuite fonctionnaire, ayant des contrats pour différents organismes gouvernementaux. À rebours, j'ai le sentiment qu'elle était en dépression sévère et ce, depuis vraiment longtemps. Je crois que cela n'a pas été reconnu, diagnostiqué et traité à temps. Lorsque je prends la mesure de la détresse qui devait être la sienne, je ne peux que me sentir profondément triste.

Mon père, quant à lui, reste en profonde peine d'amour. S'il a probablement eu des aventures et quelques béguins, il n'a jamais été capable d'être en couple à la suite de cette séparation. Dès la séparation, il me fait comprendre qu'il est presque aveugle, ce dont je n'avais jamais pris conscience concrètement. Je me rends compte de mon égoïsme et mon cœur s'ouvre. Ainsi, commence à se développer en moi le sentiment d'empathie et je commence à aider aux tâches dans la maison, arrêtant d'être cette « *princesse* » que j'ai toujours été. Lors du départ de ma mère de la maison, il se confie à moi et pleure parfois dans mes bras. Celui qui me faisait si peur, le monstre de mon enfance, est maintenant un petit garçon dans mes bras. On parle souvent, il me parle de presque tout. Je lui confie aussi beaucoup de choses, même si je me garde intuitivement une réserve. Il va en thérapie mais je joue pourtant souvent le rôle d'une thérapeute, du moins d'une amie. Aujourd'hui, je prends conscience du fait que les cadres, ces balises structurantes qui servent à délimiter ce qui appartient au monde de l'enfant et à celui de l'adulte, étaient trop flous et mal posés. Paradoxalement, c'est ce qui m'a permis de me rapprocher de lui, d'enfin vivre une relation profonde et humaine avec mon père, lui qui me semblait si distant et lointain toute mon enfance.

En fin de compte, je vis une adolescence dans laquelle tous les cadres sécuritaires s'effondrent subitement et je suis une jeune fille qui essaie de se tenir debout malgré tout. Il m'apparaît aujourd'hui que j'ai vécu, avec mes deux parents, de la parentification (Boszormenyi- Nagy & Spark, 1973 ; Karpel, 1976, Le Goff, 2005), soit :

un processus interne à la vie familiale qui amène un enfant ou un adolescent à prendre des responsabilités plus importantes que ne le voudraient son âge et sa maturation dans un contexte socioculturel et historique précis, et qui le conduit à devenir parent de ses parents. (Le Goff, 2005, p.286).

Selon Jones et Wells (1996, p.145), « *la parentification peut représenter une violation extrême des frontières de l'enfant, un renversement complet des fonctions du sous-système familial*<sup>70</sup>», favorisant chez les enfants parentifiés le développement de traits narcissiques ou auto-destructeurs. Ainsi, je chercherai dans ces années difficiles des avenues pour exprimer mon désarroi, ma rage, entre l'auto-destruction et les tendances narcissiques. Je deviens « *gothique* » : je m'habille toujours de noir, j'écoute de la musique sombre et intense, je développe une esthétique victorienne, raffinée. Je déménagerai chez ma mère et j'aurai chez elle ma chambre et une autre pièce sans fenêtres, peinte en noir par mon conjoint de l'époque... je vis dans ma bulle, dans un univers où j'explore l'ombre. Tout ce qui est triste, mélancolique, profond, ténébreux, intense et désespéré m'attire. Je m'isole dans ma relation amoureuse, intense, exploratoire et passionnée. Heureusement, je suis aussi attirée par le mysticisme, me passionnant pour les spiritualités celte et égyptienne.

### **Le mouvement gothique**

Le mouvement gothique est un courant apolitique de la contre-culture apparu au début des années 80, qui s'est popularisé au point de faire partie de la culture adolescente des courants dominants d'aujourd'hui. Il se serait inspiré du cinéma expressionniste allemand, du roman gothique, du fantastique et de la culture punk. Les groupes de musique The Cure, Sisters of Mercy, Dead can Dance ou Skinny Puppy et plus tard, Nine Inch Nails et Marilyn Manson, tout comme certains films comme Beetlejuice, L'étrange Noël de Mr. Jack ou même les récents Twilight, peuvent représenter la diversité de cette culture particulière. Ses principales caractéristiques sont l'utilisation de l'habillement comme une

---

<sup>70</sup> Traduction.

sorte de « contestation » de la société, d'un look souvent très théâtralisé, puis la référence à la mort, dans un romantisme noir. L'on trouvera à l'intérieur du mouvement des sous-groupes s'inspirant du médiéval, du fantastique, des vampires, d'un futur apocalyptique, du fétichisme et du travestissement. On note une forte influence féminine au sein du mouvement (Burger-Roussenac, 2005). Certains gothiques seront athées ou s'intéresseront à l'ésotérisme ou au paganisme, mais peu d'entre eux s'identifieront au satanisme, se différenciant ainsi de la culture « *black metal* ». Les gothiques seraient souvent interprétés comme suspects, déviants ou suicidaires par la majorité des adultes. Selon Burger-Roussenac (2005), la culture gothique est semblable aux autres tendances issues de la consommation, « *ancrée dans un univers musical, incarnée par des allures vestimentaires, des styles corporels et dansés* » (p.186). Cependant, existant depuis plus de vingt-cinq ans, elle se différencie de par sa longévité et sa capacité de renouvellement.

Dans ces années d'explorations de l'ombre, il y aura des moments d'espoir : ma mère déménagera dans le condo rue De Lorimier puis, soutenue par des anciens collègues péquistes et amis, partira faire une retraite de désintoxication dans un centre fermé. Au début, je suis remplie de confiance et mon respect pour ma mère revient. Je veux retrouver cette complicité que j'avais avec elle. C'est pourquoi l'idée de séparer le condo en deux et d'habiter avec mon conjoint dans une des parties me semble une belle idée. Mais ma mère n'aime pas ce dernier et je me retrouve prise entre ma vie d'adolescente et ma relation avec elle. Quant à sa retraite fermée de désintoxication, elle se retrouve assez rapidement en posture d'accompagnante des plus « *poqués* » qu'elle en thérapie. Elle sort avant la fin, réussissant à se convaincre et à convaincre tout le monde qu'elle est guérie, qu'elle a compris et qu'elle n'est pas à sa place dans ce lieu.

J'ai ce souvenir de quand ma mère s'est retrouvée en thérapie dans un centre de détox pour son alcoolisme ; au début elle est entrée dans un espace d'humilité mais s'est vite retrouvée en posture de supériorité : elle trouvait ridicule les fonctionnements et croyances des AA. Elle disait qu'elle n'était pas à sa place, que

les gens là-bas étaient vraiment plus maganés qu'elle. Elle s'est retrouvée dans la posture de l'accompagnante, de la presque gourou de son groupe. Quand elle est sortie c'était la crise du verglas, elle s'est mise à accueillir tout le monde chez elle : c'est devenu une arche, un havre de paix pour les maganés de la vie. Malgré le fait que c'était un moment magique et inspirant, l'ado que j'étais à moment-là la percevait sur une bulle d'ego spirituel... mais comment pouvais-je lui dire, elle qui aidait tant de gens ! Puis elle s'est mise à dire qu'elle n'était pas vraiment alcoolique, à mettre du vin dans ses recettes, puis à recommencer à boire peu à peu. (**La bulle, Journal de recherche, mars 2015**)

La relation avec ma mère devenant de plus en plus tendue, je pars en appartement avec mon conjoint. J'apprends à payer mes comptes et le b.a.-ba de la vie d'adulte à partir de mes seize ans. Avec mon conjoint, nous continuons notre bulle d'amour un peu excentrique, pendant que nous étudions au Cégep. Nous vivons avec cinq chats et leurs bébés, avec toutes les odeurs que ça comporte, ce qui embête notre propriétaire. Nous allons souper en face au parc Lafontaine, avec notre chat Edgar et nos bouteilles de vin. Nous mangeons du thon la semaine pour nous payer des soupers dans des bons restaurants. Nous nous chicanons souvent : une fois la police vient même chez nous, alertée par les voisins. Je travaille tout en continuant l'école, en télémarketing et comme serveuse dans un bar gothique. Éventuellement, nous décidons de partir dans un appartement plus grand ailleurs dans le Plateau, même si notre relation est fragile... nous avons des rêves de famille et de campagne. À ce moment, je rêve d'avoir un bureau pour étudier, pour pratiquer l'herboristerie et les rituels, que je viens de découvrir depuis l'âge de seize ans. Je passe mes nuits à faire mes travaux en Lettres, j'écris de la poésie, je me prends pour une grande poétesse sombre. C'est une belle période pour moi, le début d'une certaine stabilité. Je parle peu à mes parents, je me libère de toute cette lourdeur familiale. Je suis concentrée sur mes études et ma relation.

Il y a manifestement, dans ma quête de soi d'adolescence, une recherche non seulement d'appartenance – où est mon clan ? – mais aussi de cadre, de contenant sécuritaire. Comme si, dans l'éclatement des valeurs traditionnelles créé par les baby-boomers, tout s'était effondré et que nous étions, génération X et Xennials, laissés à nous-mêmes pour faire de l'ordre dans tout cela. Sauf qu'au contraire de la génération précédente, nous nous retrouvons isolés, sans repères, sans mouvement populaire, sans projet porteur. Plus de religion

oppressive, mais plus de rituels et de spiritualité non plus... une adolescence en errance, qui se cherche dans le vide. Si je reconnais la pertinence du changement social apporté par les baby-boomers, j'ai l'impression qu'ils n'ont pas su nous guider dans la suite. Selon Le Breton (2008), l'entrée dans l'âge adulte est un passage important parfois difficile, d'autant plus dans notre monde contemporain et notre société de consommation où le sens s'individualise, où le futur est incertain et où le simple fait d'être un individu est en soi complexe. Cet auteur écrit ainsi que :

Les adolescents ne dépendent plus de traditions, de chemins tout tracés ou d'idéologies susceptibles de donner d'emblée sens et orientation à leurs difficultés personnelles. Les aînés ont largement perdu leur autorité en la matière. Dans le contexte individualiste de nos sociétés, où chacun est livré à ses décisions personnelles pour savoir comment vivre, les adolescents sont les artisans de leur existence. Ils sont dans la nécessité, pour le meilleur ou pour le pire, d'inventer leurs croyances, leurs valeurs, leurs lignes d'orientation. (Le Breton, 2008, p. 7)

Je vois ainsi une intelligence dans ce chemin que j'ai instinctivement pris, du mouvement néo-hippie au mouvement gothique en passant par le rave. J'y ai trouvé l'appartenance tribale, de la sécurité, de l'intensité, de la liberté, du sens et des rites de passage dont mon âme avait désespérément besoin.

## **5.2 ÉPREUVES INITIATIQUES, QUÊTE SPIRITUELLE, APPEL VOCATIONNEL ET COMMUNAUTÉ D'APPARTENANCE**

Dans cette section, je souhaite revenir sur quelques épreuves initiatiques qui ont accéléré mon passage à l'âge adulte et qui ont posé les premiers jalons de ma quête existentielle, spirituelle et vocationnelle.

### **5.2.1 L'appel des sorcières : une appartenance à une lignée de femmes**

Dans l'enfance, je portais une certitude (pas très originale, j'en conviens) dans mon cœur : plus tard, je serais comédienne et chanteuse. Pourtant, au milieu de l'adolescence,



c'est un rêve important que j'interpréterai comme une vision, qui m'amènera à devenir herboriste et non comédienne comme j'avais toujours projeté :

À seize ans, en pleine exploration spirituelle et en quête de mes origines celtes, je fais un rêve symbolique : je vois une lignée de vieilles femmes, il me semble qu'elles étaient habillées en noir et en gris, elles me font penser à des belles sorcières. La dernière de ces femmes me dit quelque chose comme : c'est à ton tour maintenant, c'est ça ta mission. Quand je me réveille, j'ai la confirmation intérieure d'un sujet que j'avais commencé à aborder avec moi-même depuis quelque temps : je ne veux plus être comédienne. Non, je veux être une sorcière, plus précisément une herboriste (...) Alors je continue ma quête autodidacte : je vais à la bibliothèque du Plateau, je lis tous les livres possibles et je remplis des cahiers Canada de notes, tableaux synthèses... je suis très motivée ! Je découvre alors les guides « Fleurbec » et je commence religieusement mes cueillettes et mes séchages... (LeBlanc, 2017, p.84)

Ce moment donnera également naissance à la chercheuse, dans mon application à chercher tout ce que je peux trouver sur les plantes médicinales et en faire des résumés et des tableaux. Je me mets à expérimenter et je crée des huiles aphrodisiaques et sensuelles ainsi que des mélanges de tisanes pour dormir, que j'offre à mes ami-e-s du secondaire. Je suis en train de construire celle qui deviendra un jour herboriste-thérapeute.

### **L'herboristerie québécoise**

L'herboristerie est la plus vieille médecine du monde. L'OMS reconnaît que « *la médecine traditionnelle constitue soit le mode principal de prestation de soins de santé, soit un complément à ce dernier* » (Stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle, de 2014 à 2023, p. 6.). Depuis toujours, les humains ont utilisé les plantes pour se guérir. Souvent, c'étaient les femmes qui utilisaient les plantes pour accompagner la grossesse et l'accouchement et soigner leur famille. Les premier-e-s arrivant-e-s en Amérique ont apporté des plantes et ont beaucoup appris des autochtones, créant une médecine métissée de plantes et de méthodes euro-américaines. C'est, aux États-Unis, ce qui crée la branche des médecins « Éclectiques » au 19<sup>e</sup> siècle qui s'opposent aux saignées et pratiquent l'herboristerie. Au Québec comme ailleurs, la médecine des plantes médicinales,

considérée comme « *une médecine de grand-mère* », tombe graduellement dans l'oubli et le mépris avec la révolution industrielle et les progrès pharmaceutiques. Vers la fin des années 1970, Danielle Laberge et Marie Provost créent, chacune à leur manière, un renouveau de l'herboristerie québécoise. La première crée la formation HerbArt et l'Armoire aux Herbes et inspire plusieurs générations d'herboristes. La deuxième crée une formation, écrit un livre, mais surtout, crée la compagnie La Clef des Champs, maintenant cheffe de file américaine dans l'herboristerie. Avec l'Académie de phytothérapie, qui n'existe plus, plusieurs écoles se créeront : L'Herbothèque, Flora Medicina et l'Académie HerboListe en sont les principales. Aujourd'hui, la Guilde des Herboristes du Québec compte plus de 300 membres, et elle est membre du Conseil canadien des Associations d'Herboristes qui négocie fréquemment avec Santé Canada concernant la réglementation des produits de santé naturels. (Schneider, 1999, 2015, Lalonde, 2017). Il existe plusieurs herboristeries artisanales au Québec, des fabricant-e-s de divers produits d'herboristerie et des herboristeries qui ont pignon sur rue telles que La Bottine aux Herbes et l'Alchimiste en Herbe. De plus, les herboristes-thérapeutes ont fondé en 2004 leur association professionnelle au sein de la Guilde et créé un processus d'accréditation pour protéger leurs membres et le public, fondant les Herboristes-Thérapeutes accrédité-e-s (HTA). L'utilisation des plantes médicinales par le public canadien est toujours en augmentation et les produits de santé naturels font partie de la vie de la population : en 2011, 70 % des Canadien-ne-s disaient avoir consommé des produits de santé naturels. (Santé Canada, 2011, Gouvernement du Québec, 2014).

## 5.2.2 L'appel de la nature : une appartenance à la Terre

*Pourquoi ne comprenons-nous plus ce  
que disent les arbres, les pierres ou les  
animaux ?*

*Jacqueline Kelen*

À dix-sept ans, je m'intéresse de plus en plus à l'herboristerie et à la nature. J'ai un bureau dans notre appartement dans lequel j'étudie les plantes et l'ésotérisme et je fais mes travaux en Lettres. Je lis *Mater Materia* de Jacques Languirand et je découvre l'hypothèse d'une ancienne civilisation honorant la Déesse-Mère, ce qui me bouleverse profondément. Je vis dans un univers de magie, de sorcières. Cet été-là, je pars aux Iles de la Madeleine avec ma mère. Il m'arrive alors un des moments les plus importants de ma vie, ce que Galvani (2004) définit comme un *Kaïros* : un moment intense d'auto-formation.

Proche de chez ma tante, il y a un chemin que j'aime marcher, depuis que ma mère me l'a fait découvrir, en début d'adolescence : le chemin des amoureux, comme elle l'appelait, communément appelé le chemin des buttes (...). Je pars vers le chemin des buttes, habitée par un roman de Han Suyin que je suis en train de lire, dans lequel le personnage principal, auquel je m'identifie, a un lien très fort avec la nature et les corbeaux. Je marche, devant moi il y a des corbeaux et je me sens dans un espace de grande synchronicité avec la vie, de grande connexion, de présence à ce qui est.

J'arrive dans un espace que je connais un peu, où il y a des petites clairières entourées de forêt, de l'autre côté du chemin. J'y ai campé avec mon amoureux de l'époque, à l'âge de quinze ans. Je me sens de plus en plus dans un espace de reliance au Tout et de sensibilité, voire même de sensualité, sentant le vent doux sur ma peau, le soleil, les odeurs de champs de fleurs et de graminées, mélangées à celles des conifères et de l'air salin. C'est si bon, je me sens bien. Je vois un long bâton par terre, je le soulève. Dessus, il y a des centaines de petits chemins que les insectes font sur le bois, mais je ne sais pas à ce moment que c'est ça, je ne vois que des écritures magiques... je sais qu'il y a quelque chose d'écrit sur ce bâton, une écriture de la Vie, que je ne peux déchiffrer mais qui me semble très puissante. (...)

Au moment où je le soulève et contemple ses écritures, une énergie puissante se déploie dans mon corps, je la sens circuler (...) Je me sens dans l'extase, c'est comme si mon corps flottait quand je me déplace. J'enlève mes souliers, je marche nu-pieds, avec le bâton magique dans les mains, dans la totale présence. (...) j'ai l'impression d'être seule dans mon monde, j'ai l'impression en fait, d'être

complètement invisible. Je me passe la remarque que même si un fermier passait avec ses vaches sur le chemin juste à côté, il ne pourrait pas me voir car je suis invisible, je suis fusionnée à la nature (...) Quatre heures ont passé... qui m'ont paru une demi-heure, une heure. (**Chemin des amoureux, Récit phénoménologique, 2017**)

Ce moment est un moment charnière dans ma vie. Il m'a ouverte pour toujours à un ressenti difficile à exprimer en mots, qu'il existe plusieurs niveaux de réalité qui coexistent et qu'il m'est possible, en tant qu'humaine, de les vivre, sans substance psychotrope quelconque. J'ai vécu une telle relation sensuelle à la nature, une telle fusion avec tous les êtres de la nature, végétaux, minéraux, animaux, éléments, c'est comme s'ils étaient devenus ma communauté profonde. Je résonne ici avec les mots de Bureau (2009) lorsqu'il écrit :

Que je puisse vibrer d'une douce volupté devant un jardin fleuri, une congère de neige, une caverne ténébreuse, un îlot sauvage, une colline ombragée (...) n'atteste-t-il pas que le monde est plein de résonances et d'échos ? Qu'un désir diffus, lancinant, ubiquiste s'exhale aussi bien de la nature qui m'entoure que de moi-même ? Que je suis, en conséquence, organiquement lié aux arbres et aux autres plantes, au soleil et à la neige, à la terre et aux pierres, au serpent et à la marmotte, aux étoiles filantes ? (Bureau, 2009, p.8)

En fait, selon ce dernier « *notre relation à la Terre et au monde est fondamentalement une relation de désir, de sensualité, d'amour diffus* » (2009, p.9), ce que Macy (1993) propose également dans son ouvrage « *World as lover, world as self* ».

Je pense que j'ai toujours cherché à revivre cette puissance dans mon corps et mon être. J'appelle ce moment mon « *éveil* ». Mon lien à la Terre a complètement modifié la trajectoire de ma vie et ma vision du monde. Elle m'a amenée à prendre de l'autonomie par rapport au chemin familial, à me singulariser. Elle est venue de mon ressenti, de mes besoins, de mon corps, de mes ancêtres... et d'aucune introjection familiale ou de ma société. C'est la présence en lien avec la Terre qui m'a sauvée et me sauve encore. C'est mon refuge et je dirais même, c'est ma communauté d'appartenance. Lorsque je me sens bien dans une forêt, dans un territoire naturel, je me sens appartenir à ce territoire.

C'est ainsi que, même si je n'y ai jamais vécu et que je n'ai pas un grand réseau social, je me sens appartenir aux Iles de la Madeleine, au-delà de mes relations familiales... parce

que j'appartiens à sa nature, à sa terre. Cicognani (2015, p.67) dit qu'une « *connexion à la nature entraîne la connexion avec soi et les autres. On apprend à ouvrir un espace intérieur plus vaste, générateur de réceptivité, de calme et de paix, qui nous relie naturellement avec tout ce qui existe* ». Ce n'est pas pour rien que l'écothérapie (Chalquist, 2009) fonctionne : la marche lente en nature, le « *shinrin-yoku* » (qui signifie « *bain de forêt* » en japonais) est de plus en plus prescrite par les médecins japonais pour diminuer la pression artérielle et la sécrétion de cortisol (Park, Tsunetsugu, Kasetani, Hirano, Kagawa, Sato & Miyazaki, 2007). Je me sens donc très proche de ce qu'écrivent le Mawiowi Mi'gmawei de Gespe'gewa'gi (2018, p.78), qu'il nous est impossible d'avoir « *une compréhension approfondie de nous-mêmes et de notre monde intérieur sans avoir accès à la forêt* ».

Depuis ce jour de « *l'éveil* » sur le chemin des buttes, je tenterai, de diverses façons, de retoucher à cet espace de reliance au Tout et surtout à la nature. C'est comme si ce moment avait scellé mon pacte d'amour avec le monde végétal, avait confirmé – sans que je ne m'en rende compte sur le moment, mon appel de devenir herboriste et de garder un pied dans le monde spirituel. Ce moment me donnera aussi de la force pour affronter les bouleversements qui surviendront dans ma vie un an plus tard.

### **5.2.3 Point de rupture 3 : Mort de mon père**

L'été suivant – celui de mes dix-huit ans, je pars dans un voyage initiatique en France. Ma quête est de me reconnecter aux cultures anciennes celtes, de visiter les monolithes mais surtout de trouver un-e « maître », une vieille sorcière ou une druidesse qui pourrait m'enseigner l'art des plantes médicinales et de la sagesse. Je comprends maintenant que j'étais à la recherche de la sagesse des ancien-ne-s. Je passerai en France un voyage magique, apprenant, dans lequel je ne trouverai pas de « maître », mais ferai des rencontres significatives et dans lequel je me rencontrerai, en premier lieu. Lors de la dernière semaine, je ferai un jeûne et commencerai à méditer, tout en ayant un vif sentiment de plus en plus oppressant que je dois appeler mon père. Toutes mes tentatives de le rejoindre seront vaines. Dans la

ville de Galway en Irlande, je réussirai enfin à joindre par téléphone mon conjoint de l'époque, qui m'annoncera une nouvelle bouleversante.

... je trouve une cabine téléphonique et j'appelle mon père, encore pas de réponse. J'ai vraiment un pressentiment : j'appelle mon conjoint Francis, qui m'annonce que mon père est décédé la veille. Je ne sais plus si je hurle ou si je reste muette au téléphone. Je vais chercher mon sac en hâte dans les vieilles ruines de la veille, je cours en pleurant dans Galway, à contresens d'un gros défilé médiéval et des fanfares, pour aller prendre l'autobus avec l'argent que j'ai gagné la veille avec des tatouages au henné, puis l'avion Dublin-Montréal.

Dans l'avion, je demande à lire *The Gazette*, pour y lire la dernière chronique de mon père, un verre de scotch à sa santé. Dans cette dernière chronique de sa vie, il racontera qu'il est presque aveugle, et que c'est pour cette raison qu'il ne salue pas personne dans la rue, mais il invite les gens à le saluer quand ils le croisent... j'ai l'impression de lire un aveu de solitude. Je pleure en lisant et relisant sa chronique, en sentant en même temps que c'est juste, que je l'ai senti très fort me faire des signes et donc qu'il était sûrement bien. À ce moment, j'ai un sentiment que tout est juste, en accord avec la Vie, que tout se passe comme il doit. J'arrive et mon père est déjà dans son cercueil. Habillée d'une robe blanche, je chanterai un Ave Maria aux funérailles. Ma mère arrivera elle aussi en blanc, sous l'effet de l'alcool, ce dont j'ai honte et je suis infiniment triste. (**Mort de papa, Journal de chercheure, 2017**)

À ce jour, personne n'a pu m'expliquer clairement les raisons et les circonstances de la mort de mon père. À la suite de son décès, je resterai quelques mois dans son appartement de Westmount, à lire tout ce qui se trouve dans son ordinateur, à éplucher ses dossiers, à vivre dans ses choses, à faire ses boîtes, à vivre doucement le deuil d'un père que j'ai aimé de tout mon cœur. Ce temps dans son appartement, dans ses choses, s'avérera soignant pour l'adolescente que j'étais encore. Pour Vanotti et Pereira (2004, p.3), le deuil s'articulerait entre liens d'attachement et liens d'interdépendance entre humains. Pour eux, si le décès nécessite un travail intérieur d'analyse et de création de liens, il manque souvent le contexte social qui serait nécessaire à l'endeuillé-e pour « *comprendre, valider et organiser ses perceptions cognitives et ses relations sociales* ». Je n'ai pu partager et vivre mon deuil avec des proches : je ne me sentais pas en sécurité avec ma mère ni avec mes demi-frères et ma demi-sœur que je ne fréquentais pas. Par contre, le fait d'avoir habité dans l'appartement de mon père m'aura permis de réorganiser ma structure psychique et de m'ajuster à la transformation de ma réalité. Malgré le fait que je m'ennuie encore souvent de lui et que

plusieurs questions soient restées sans réponse, je me suis toujours sentie en paix avec son décès.

#### 5.2.4 Ultime tentative de reliance

En quittant l'appartement de mon père, je prends une chambre comme locataire et je termine mon DEC en Lettres. Je m'implique de plus en plus dans le mouvement étudiant : je suis dans la radio-étudiante, dans le comité de mobilisation, dans le comité femmes du Mouvement pour la démocratie étudiante (MDE) et de toutes les manifestations. À cette époque, ma mère est hospitalisée. Elle souffre de crampes immondes aux intestins, que je prends pour une maladie imaginaire, avec mon arrogance de l'époque. Quand je vais la voir, je vois bien qu'elle ne mange presque pas – elle dit qu'elle ne digère rien, boit, fume et fond à vue d'œil. Les médecins font une batterie de tests et ne trouvent rien. C'est encore douloureux pour moi lorsque je pense à la façon dont cette femme qui s'est tant donnée pour sa société a été traitée par le système médical québécois. Ce n'est d'ailleurs certainement pas étranger à ma vocation d'herboriste-thérapeute. J'ai un souvenir très fort de quelques heures passées avec elle à l'hôpital :

Je suis à l'hôpital, venue visiter ma mère. Nous allons ensemble dans la même toilette, comme quand j'étais petite. Elle est sur le cabinet et me dit : « Sarah, quand je vais sortir d'ici, je vais recommencer ma vie ». Je suis touchée et remplie d'espoir d'entendre ça. Elle me confie qu'elle veut écrire un recueil de poésie, je lui propose d'écrire un recueil de poésies mère-fille et ça l'enchant. Elle me propose de faire un voyage en Europe ensemble quand elle sera sortie et d'aller au Portugal, d'où viendrait peut-être mon père. Je lui dis un gros oui, si elle me promet d'arrêter de boire et de recommencer sa vie. Elle me dit que c'est ce qu'elle souhaite profondément. Je la crois. **(Dans les toilettes, Récits phénoménologiques, 2018)**

Elle sort avec un diagnostic de côlon irritable. Nous donnons suite à notre rêve de voyage mère-fille et partons au Portugal ; elle loue même une voiture, elle qui n'a pas conduit depuis des années. Au début, nous sommes toutes deux portées par un vent d'espoir et de renouveau mais plus le temps avance, plus elle boit. Je recommence à la juger et à me fermer,

me sentant encore une fois trahie et prise au piège. De plus, elle ne souhaite pas faire d'activités ou de visites et ne sort presque pas dehors, restant toute la journée dans notre condo en Algarve... elle a mal au ventre et je me permets maintenant de faire l'hypothèse qu'elle fait probablement de l'anxiété sociale, due à sa dépression. Parfois, elle a des crises de douleur. Je la vois crier, se lamenter.

*Je me rappelle au Portugal. Dans l'appart que t'avais loué en Algarve. Là où on avait naïvement imaginé qu'on écrirait un recueil de poésies ensemble. Tu es sur le lit, et tu cries. Tu as tellement mal dans ton ventre. Tu cries, tu gémis et ça m'est insupportable. (...). Je me dis que tu fakes, que tu cries trop fort. Je me dis, j'ai pas de mère. C'est moi qui dois faire la mère. J'ai pu le goût d'être sa mère. Je veux ma maman ! Elle est où ma maman, la vraie, celle que j'avais avant ?*

**(extrait du slam Maman, Écrits poétiques, 2016)**

Nos efforts pour tenter de se rapprocher l'une de l'autre échouent. Je la sens loin de moi, je me sens coupée d'elle. Nous nous chicanons souvent et elle me reproche ma dureté. À rebours, elle a raison : je me sens incapable de l'aimer, de la respecter, d'apprécier notre voyage tel qu'il se présente. Nous avons parlé, un ami de la radio-étudiante du Cégep et moi, de nous retrouver possiblement à Paris, vers la fin du voyage et je suggère à ma mère d'aller plus rapidement que prévu chez son ami dans le sud de la France pour que je puisse le rejoindre. Nous traverserons les Pyrénées, en Espagne, pour nous y rendre. Les routes européennes dans les montagnes ne sont pas les plus faciles à conduire, pour des Nord-Américain-e-s. Il y aura même une tempête de neige, vers la fin ! Ma mère n'a pas conduit depuis des années, elle est anxieuse, elle panique sur l'autoroute. Elle boit du scotch le matin pour se donner le courage de continuer cette trop folle aventure dans laquelle nous nous sommes embarquées elle et moi.

Je suis avec ma mère, dans une chambre d'un petit motel en Espagne, dans les Pyrénées. Il y a deux lits, l'un à côté de l'autre. Ma mère est sur le lit de droite, couchée. Il y a une bouteille de scotch et un verre sur sa table de chevet. Elle pleure et me dit qu'elle n'a pas le courage de conduire sans boire. Qu'elle ne peut pas le faire sans ça, que c'est trop difficile, qu'elle a trop peur. Qu'elle sait que c'est difficile pour moi de comprendre ça, mais que c'est ça, la réalité. Pour la première fois, je me sens touchée de la voir comme ça. Je ressens de la compassion mélangée à de la pitié. Quelque chose en moi est touché et quelque chose d'autre est dégoûté,



se ferme et abdique. Mon plexus se coince, mon corps est lourd, je sens une grande lassitude. Je me dis que j'ai juste hâte d'arriver dans le sud de la France, de quitter ma mère et d'aller rejoindre mon ami à Paris. **(Dans le motel, Récits phénoménologiques, 2015)**

À ce moment, je sens que je dois fuir pour ma vie, que je ne suis pas capable de passer tout le reste des vacances avec elle de cette façon. Je dois laisser ma mère chez son ami dans le sud, puis aller rejoindre mon ami et aller avec lui à Londres. Ça lui fait de la peine, l'angoisse et la fait se sentir rejetée. Évidemment, l'ami de ma mère et tout le monde dans la maison me font savoir comment je suis « *sans cœur* » d'abandonner ma mère. Je me sens à la fois coupable et en survie, cela m'est insupportable de voir ma mère ainsi.

Nous nous rejoindrons la veille de notre départ, dans une chambre d'hôtel de Lisbonne. Elle me demandera alors si ça me ferait beaucoup de peine, si elle mourait. Je lui dis que oui, bien sûr. Je lui dis aussi que si c'était ça qu'elle voulait vraiment, si c'était sa seule solution pour arrêter de souffrir, je tenterais d'être heureuse pour elle et de comprendre son choix. Quand je lui en reparle le lendemain matin, elle me dit d'oublier ce qu'elle m'a dit. Je n'en serai jamais capable, surtout quand je comprendrai qu'elle m'avertissait probablement de sa mort prochaine. Nous reprendrons l'avion le lendemain matin, complètement bouleversées.

Nous sommes en avion, nous retournons vers le Québec. Ma mère est assise du côté du hublot, moi du côté passager. Elle a mal au ventre. Elle me demande si elle peut coucher sa tête sur mes genoux. Je lui dis oui, même si j'ai le goût de dire non. J'ai envie d'une proximité avec elle, mais je ne me sens pas confortable avec elle sur mes genoux. Je ressens de la honte. Elle a les cheveux sales, grichous. Elle est maigre, décharnée, elle n'a que la peau sur les os. Sa peau est blanche, diaphane, ses veines ressortent de ses bras et ses poignets. Elle sent l'alcool. Je sens son poids frêle sur mon corps. Je la regarde et je me sens dégoûtée. Je me passe la remarque que je ne ressens pas de l'amour, que de la pitié. Je repense à ce qu'elle m'a demandé hier : que si elle mourrait, est-ce que je lui en voudrais ? Je me sens coincée. **(Dans l'avion, Récits phénoménologiques, 2015.)**

Je suis consciente en écrivant ces lignes autour de ma mère, que je lance une bombe. C'est en partie pour cette raison que j'ai gardé le silence sur cette question longtemps. Je ne voulais pas trahir la mémoire de ma mère. Cette femme si intelligente, si sensible, généreuse, cette femme qui a tant donné à son monde des Iles et au peuple québécois, a terminé sa vie

dans la dépression, le désarroi et une grande souffrance. Si grande, qu'elle n'a pas pu être présente pour sa fille parce qu'elle ne l'était plus pour elle-même. J'ai vu ma mère tomber, lentement puis intensément, dans un gouffre de noirceur duquel elle n'a pas pu s'extirper. J'ai été aux premières loges de son mal-être existentiel.

Au cœur de ma crise d'adolescence, en sentiment total d'abandon par ma mère et en insécurité permanente non conscientisée, je n'ai pas su trouver l'espace de compassion en moi pour son vécu. Lorsqu'elle se relevait, j'étais toute là, prête à faire n'importe quoi. Mais lorsqu'elle retombait, je lui en voulais pour sa faiblesse et j'étais dure, tranchante et ingrate comme les adolescent-e-s peuvent l'être. J'ai hésité à publier dans ce mémoire ces extraits qui montrent ma mère dans sa chute. Ce sont des discussions avec ma directrice de maîtrise qui me donnent le courage de le faire, pour plusieurs raisons. Premièrement, il m'importe d'exprimer un autre visage de la politique, afin d'humaniser cette politique qui trop souvent écrase la sensibilité de ceux et celles qui s'y engagent :

Comment ai-je pu me laisser déposséder à ce point de mon hypersensibilité aux paysages, nourrie aux horizons des Îles ? Qui est cette madelinienne, québécoise, montréalaise que je suis devenue, réincarnée nulle part, aux émotions contrôlées ?  
Denise LeBlanc-Bantey<sup>71</sup>

Il m'importe également d'honorer une autre part de la mémoire de ma mère : son combat contre ses démons intérieurs. Car je crois que si les crises politiques ont été les catalyseurs de ces derniers, j'ai le sentiment en lisant sa poésie que ma mère a toujours été à la fois habitée d'une joie profonde et d'un émerveillement et à la fois d'une sorte de mélancolie, du mal-être des poètes : « *j'ai mal dans ma peau, j'ai le cœur en bandoulière sous un arc tendu, mes os craquent (...) la solitude qui n'en finit plus d'être seule, s'épuise dans son écoulement (...) d'où me vient ce terrifiant besoin d'éclater ma tête sur les ombres de mon parcours* » (LeBlanc, 2002). Avec cette vie intérieure si profonde, sa vie sociale et

---

<sup>71</sup> Bibliothèque et Archives nationales du Québec, Centre d'archives de Rimouski, Fonds Denise Leblanc-Bantey, P458/31, dossier 2.5.1.

politique est une inspiration de parcours de « *guerrière de la lumière* » vers la joie et l'accomplissement.

Ceci dit, la principale raison qui me fait écrire sur « *sa chute* », c'est que personne d'entre nous, surtout dans notre monde hypermoderne où la productivité devient la valeur maîtresse, n'est à l'abri d'une chute personnelle ou professionnelle, de la dépression, du burn-out, qui amènent dans la spirale du gouffre sans fond. Personne. Je souhaite sincèrement que le parcours de ma mère Denise LeBlanc puisse être une petite semence qui nous inspirera à aller chercher de l'aide si/lorsque nous en aurons besoin.

*... On a quand même essayé toutes les deux, maman. On s'aimait tellement, mais on savait plus comment. Moi j'étais blessée, en besoin de sécurité... et toi t'étais tellement pas capable de m'en donner. Six ans à te voir tomber en enfer, toujours plus bas que la dernière fois. Puis te voir remonter, vouloir sauver la planète puis retomber d'encore plus haut et te faire encore plus mal. Retomber sans jamais pouvoir accéder là où tu n'avais jamais pu aller : dans l'accueil de ta vulnérabilité. Retomber sans jamais pouvoir accéder à l'endroit qui t'aurait sauvé : l'amour de toi.*

**(extrait du slam Maman, Écrits poétiques, 2016)**

Ce qui est certain, c'est que j'ai vu ma mère souffrir d'un sentiment de séparation d'avec le monde. J'ai vu une lente autodestruction d'une femme due, entre autres, à une peine d'amour d'avec son peuple québécois, d'avec son peuple des Iles, d'avec plusieurs amitiés et d'avec ses amoureux. J'ai très probablement internalisé dans ma chair ce sentiment de séparation, de méfiance, de ne pas pouvoir compter sur ceux et celles en qui on avait placé notre confiance et cela joue certainement dans mes relations aux autres.

### 5.2.5 Point de rupture 4 : Mort de ma mère

*L'un des liens les plus mystérieux de  
l'existence vient de basculer.  
Hélène Dorion*

Deux semaines après notre retour, l'annonce que ma mère m'a faite la veille de notre retour d'Europe deviendra réalité. En rentrant chez elle, je verrai un ancien étudiant de l'Atelier d'Artisanat du Centre-Ville que ma mère a gardé comme allié, partir rapidement l'air traumatisé, sans m'expliquer ce qui se passe.

*C'est quand je suis arrivée, ce jour-là, rue Maisonneuve, deux semaines après notre voyage qui avait mal viré. Je venais te quêter de l'argent... pour faire changement. Richard le bizarre m'a regardé d'un drôle d'air, m'a dit qu'il allait au dépanneur... et n'est plus jamais revenu. J'ai senti une drôle de vibe dans la place. Je t'ai appelée : maman ? J'ai monté les escaliers en courant pour me rendre à ta chambre. T'étais couchée dans ton lit. T'avais la main sur ton ventre, le visage crispé par la douleur... et la peau froide. Presque verte.*

*Maman ? Maman ? Réveille-toi ! Aaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaah !*

*J'ai appelé ton amie Caya. Puis je me suis peut-être couché la tête sur toi, j'ai pleuré, prié, je crois... elle est arrivée à un moment donné. Elle avait un verre d'eau dans la main. Pour chasser les mauvais esprits, qu'elle a dit. Oui, oui, il faut chasser les mauvais esprits, rester dans la vie, je suis sur terre, j'ai dix-neuf ans, ma mère est devant moi, morte, dans l'amertume, le désespoir et l'auto-destruction.*

*Et quelque part dans ce monde de fous, moi je dois survivre, réussir à ne pas me sentir coupable, apprendre la leçon, retrouver l'espoir. Oui maman, moi, je vais rester ici, enracinée dans ma force... et je vais te laisser partir. Allez, si c'est la mort qui te libère de la vie, allez, vas-y !*

**(extrait du slam Maman, Écrits poétiques, 2016)**

On peut sentir dans cet extrait de mon slam tout le désarroi qui m'envahissait. On ne se prépare jamais assez bien à un deuil, mais quand celui-ci survient subitement, comme celui de mon père six mois auparavant, le choc est terrible. De trouver ma mère décédée dans son lit, morte en souffrance (d'une péritonite), m'a envahie d'une profonde culpabilité. Cette

dernière, je la vivrai par moments toute ma vie jusqu'à la fin de ce mémoire, qui m'en a peut-être guérie. Pour Zanotti et Pereira (2004, p.6), « *Les proches peuvent se sentir coupables de certains actes ou de certaines paroles échangées avant le décès* » et « *la culpabilité est d'autant plus prononcée que les sentiments qu'éprouvait le proche envers le défunt étaient ambivalents* », ce dont j'ai tenté de rendre compte de par mon récit.

Son décès est le 18 février 1999. Des funérailles ont eu lieu aux Iles, dans l'église de Lavernière, dont mon grand-père a autrefois réparé le clocher. Elle est enterrée dans le cimetière de cette dernière. L'église sera remplie lors des funérailles. Des anciens collègues politicien-ne-s du PQ, qui n'étaient pourtant pas ses proches allié-e-s, sont présent-e-s et insisteront pour faire un discours à la dernière minute – ce que j'interpréterai à l'époque comme une façon de se faire du crédit politique sur son dos. J'organiserai également des funérailles à Montréal pour ceux et celles qui ne peuvent se déplacer aux Iles. Les proches de ma mère viendront à ces funérailles, mais personne du milieu politique – ce qui est assez parlant.

Quant à moi, je n'ai jamais été capable de pleurer lors de ces funérailles ni à aucun moment lors de sa mort. Dans les réactions normales du deuil, Zanotti et Pereira (2004, p.4) soulignent que parfois, « *le sujet vit une sorte de sidération affective qui le fait paraître comme quelqu'un de vide, détaché ou d'indifférent* ». Edelman (1994, p.35) quant à elle, nous apprend que « *les femmes qui ont perdu leur mère à cette époque-là de leur vie disent souvent qu'elles n'ont pas pu pleurer sur le moment, ni même pendant les mois, voire les années qui ont suivi* ». Il me faudra ainsi plusieurs années pour la pleurer et malgré mes efforts, ce n'est qu'au décès de ma grand-mère, dix ans plus tard, que j'en serai réellement capable.

### **5.2.6 L'acci-dent**

Après le décès de ma mère, je me mets à m'impliquer très intensément un peu partout, cherchant sans le savoir une voie de passage pour ce qui m'arrive. Ainsi, l'automne suivant, après un été au Mexique en quête spirituelle, je suis encore au Cégep... pour la cinquième année. J'ai terminé mon DEC en Lettres, mais très impliquée dans la politique étudiante, j'en

ai commencé un autre en sciences humaines. Je suis maintenant dans le comité exécutif de l'association étudiante de l'école, la Sogecom.

### **Le mouvement étudiant au Québec**

Le mouvement étudiant, qui prend naissance lors de la Révolution tranquille, désigne l'ensemble des luttes sociales et politiques liées à la condition étudiante, au niveau collégial et universitaire. Il s'adressera principalement aux frais de scolarité, à la démocratisation de l'enseignement supérieur ainsi qu'à l'orientation des institutions. L'idée à la base du mouvement est que toute personne a droit à l'éducation :

*Nous considérons le droit à l'éducation comme un droit démocratique aussi fondamental que la liberté d'expression ou d'association. En effet, l'accès à la connaissance - surtout dans un monde où l'information et le savoir prennent une importance sociale et économique croissante - est un préalable à l'exercice des autres libertés. Le fait de réserver ce droit à une élite quelconque signifie que la majorité de la population est privée d'une des principales sources de pouvoir. (Recueil de textes sur l'histoire du mouvement étudiant québécois de l'ASSÉ, 2005)*

Ainsi, la gratuité étudiante permettrait à quiconque le veut de pouvoir accéder à cette éducation. Si le mouvement prend naissance en 1958, on doit possiblement à la première grande mobilisation étudiante de 1968, la création du réseau des Universités du Québec et du régime de prêts et bourses ! Des associations naîtront, seront dissoutes et d'autres se recréeront au fil des ans. Des clivages institutionnels et idéologiques se créeront, entre concertation et syndicalisme de combat, permettant une diversité de syndicats étudiants. Mis à part la concertation, leurs principales stratégies seront les manifestations, les grèves et les occupations. Plusieurs batailles menées par le mouvement étudiant seront gagnées et porteront fruit. Selon Marc Simard (2013, p.3), ce mouvement « n'est pas progressiste en soi, puisqu'il vise d'abord la défense des droits et des intérêts des catégories sociales surreprésentées à l'université, la classe moyenne supérieure et les diverses bourgeoisies, et des individus qui aspirent à en faire

*partie* ». Pourtant, la poursuite de la gratuité scolaire pour tous et toutes est un objectif qui vise à permettre aux personnes défavorisées d'accéder à l'éducation supérieure.

J'ai vécu des belles années dans mon implication dans le mouvement étudiant, connu l'euphorie, la solidarité et la rage des manifestations et enraciné l'espoir de changement au plus profond de moi. Cependant, quelques mois après le décès de ma mère, je prends de plus en plus de distance intérieure face à ce type de militantisme, croyant de moins en moins en une politique « *de combat* ». Ce qui me pose à contre-courant de plusieurs de mes collègues, qui me traitent de « *hippie* ». Même si mes idées sont radicales – dans le vrai sens du terme d'aller à la racine, je crois au dialogue, à la collaboration, à la discussion... les germes de la future praticienne psychosociale ! Mon été au Mexique m'a effectivement transformée, a fait ré-émerger en moi celle qui croit qu'il faut agir par le changement de conscience avant tout. Mais je veux honorer mon engagement dans l'exécutif de l'association étudiante, je crois en la diversité des stratégies pour changer le monde et je reconnais l'importance de notre travail dans la lutte étudiante, je continue donc malgré tout. Pourtant, vers la fin de l'hiver, la Vie me ramènera de façon brutale et un peu comique à mes réels besoins.

Alors que je suis en train de poser des affiches pour une assemblée générale en chantant "Mourir pour des idées" de Brassens à moitié juchée sur une table mal installée, cette dernière se renverse, me faisant tomber à plat ventre sur le sol de ciment. Des dents d'en avant se brisent, j'ai la bouche en sang. Il est proche de minuit, je file chez un dentiste d'urgence. Mais suite à l'opération, je développe une infection qui me gonfle la bouche, me donnant des bajoues d'écureuil. C'est à ce moment-là que je comprends que je dois tout arrêter, que je ne dois pas « mourir pour des idées » et que je me réfugie pour deux semaines chez ma mère adoptive.  
**(L'acci-dent, Journal de recherche, 2018)**

Ce type de situations dans laquelle notre volonté veut quelque chose mais notre corps et les circonstances ne semblent pas aller dans ce sens m'est familière. J'appelle cela être à l'écoute de l'intelligence de la Vie, être en co-création avec elle. À ce moment, ma loyauté envers ma communauté d'appartenance ne m'aurait pas permis de m'arrêter, comme c'est le cas bien souvent, et il a fallu que mon inconscient agisse pour que je comprenne le message.

Dans l'extrait de journal qui précède, je parle d'Aurélie ma tante maternelle et **mère adoptive**. Elle qui a toujours soutenu sa sœur et qui lui a juré sur son lit de mort qu'elle s'occuperait de sa fille. Face à cette responsabilité, elle « *imposera* » au sein de sa famille nucléaire ma présence comme si désormais, elle allait de soi.

Cela provoquera parfois des remous dans l'ensemble du système familial, qui réanimeront mon enjeu d'appartenance au sein de cette famille qui est devenue mienne, depuis maintenant vingt ans. Tout au long de ces années, je n'ai jamais vécu vraiment avec eux, puisque je ne vivais plus avec mes parents non plus. J'ai été parfois plus présente, parfois moins, selon mon lieu géographique et mes expériences du moment, mais à tout moment ma seconde mère n'a jamais quitté son poste. À mesure que les années passent, les liens s'approfondissent et mon sentiment d'attachement à ma famille et de sécurité affective gagne en stabilité. Parfois, je me dis en souriant que les anges, d'en haut, ont vu comment ma vie allait être intense et ils ont décidé de m'offrir deux familles. La présence stable et bienveillante d'Aurélie et de toute ma famille font partie sans aucun doute des conditions qui m'ont permis de garder un pied dans le monde tel qu'il est, de m'offrir non seulement un cadre sécuritaire quand tout s'effondrait autour de moi mais aussi une famille d'appartenance sur le long terme

### 5.3 LA NOUVELLE VIE

*Et ce lien fondateur, fusionnel et tissé de dépendances m'invite désormais par son absence à nommer ce que je suis pour moi-même, à devenir ce que l'enfant ne peut réaliser qu'au-delà de cette rupture définitive qu'accomplit la mort de sa mère.*

*Hélène Dorion*

Dans la section suivante, je tente d'examiner comment l'adolescente éprouvée que j'étais s'est reconstruite à travers une diversité d'expériences, de rencontres, d'appartenances et d'inscription dans différentes communautés et à travers sa quête spirituelle. Nous verrons



également comment la vision reçue à seize ans de devenir herboriste continue à faire son chemin et comment naîtra la formatrice et la facilitatrice de rituels que je suis devenue. Nous verrons ainsi se dessiner les conditions qui m'ont permis de m'intégrer et de sentir une appartenance à ces différentes communautés.

### 5.3.1 Une communauté au cœur de la forêt

Suite à « *l'acci-dent* », je décide de quitter l'école. Je me sens de plus en plus anxieuse et inconfortable avec la ville : les odeurs et bruits des usines de mon quartier Hochelaga-Maisonneuve m'agressent, je me sens en réaction épidermique et presque en danger psychique. Je ressens un besoin urgent de nature et de forêt profonde. Je suis prête à vivre dans le fond des bois, à manger des racines, à vivre de ce que je peux trouver dans la forêt. Je donne mes livres, mes vêtements et plusieurs meubles et bibelots de mes parents, j'ai un élan viscéral de détachement de mon matériel et de tout ce qui m'encombre. Une connaissance du Cégep me parle d'une communauté de *hippies* qui vivent dans le Bas-Saint-Laurent, au Témiscouata. Même si j'ai des préjugés à ce moment-là sur les *hippies*, je suis curieuse et je vais avec elle passer quelques jours. Je découvre une terre magnifique, des jeunes qui prennent des repas ensemble, qui vivent dans des autobus, tentes de prospecteur ou maisons, de façon simple et en harmonie avec la nature. Ces gens font partie de la communauté internationale des Rainbow Gathering et de la *famille québécoise Arc-en-ciel*, que je définirai plus tard dans ce chapitre.

Malgré mes réserves, je tombe sous le charme de cette communauté inspirée par le mouvement Arc-en-ciel et par leur mode de vie du style retour à la terre communautaire. Je leur demande donc si je peux venir vivre avec eux et ils acceptent. Deux semaines plus tard, début avril, j'aménagerai dans une tente de prospecteur dans laquelle je vivrai quelques mois, en triant des boîtes que mes parents adoptifs sont venus me porter avec des papiers appartenant à ma mère, dont plusieurs écrits poétiques. Dans ces mois, je me rappelle m'être reposée et avoir beaucoup dormi, comme si j'étais en épuisement des épreuves émotionnelles que j'avais vécu toutes ces années. Malgré que tout ne soit pas parfait dans la communauté,

nous avons une belle vie de groupe : nous faisons des réunions hebdomadaires, prévoyons ensemble des actions, comme l'achat de semis pour un jardin communautaire, les tâches à la ferme, la récolte et transformation de l'eau d'érable. J'apprends à connaître les plantes printanières et toute la flore de l'été. J'aime la vie de groupe. C'est là que j'apprends l'art du cercle de parole, l'accomplissement de tâches manuelles en collectif et que j'entre dans mes premières loges de sudation (définies à la p.271). Si ces loges ne sont pas toujours guidées par des personnes ayant reçu les enseignements et permissions pour le faire, elles sont menées avec bonnes intentions, cœur et sacré. À ce moment, je suis impressionnée par cette « médecine » que je respecte beaucoup et je suis loin de pouvoir même imaginer qu'un jour, je verserai l'eau sur les pierres moi aussi.

L'été suivant mon arrivée dans la communauté dans une forêt de cent acres, je me fais un campement de fortune dans une magnifique cédrière remplie de mousse, qui me rappelle les forêts enchantées des histoires de Tolkien. Mon petit paradis est situé sur une pointe à la confluence de deux ruisseaux, avec une seule bâche comme toit. Je dors et me réveille au son de l'eau et des oiseaux. Plusieurs visiteurs et visiteuses de partout au Québec viennent passer du temps en camping avec nous durant l'été, c'est vivant et magique. Nous faisons la cuisine sur le feu dans une cuisine d'été aménagée dans un grand pit de sable donnant sur la cédrière. Tous les soirs, nous chantons et faisons des « AUM <sup>72</sup> » aux étoiles, autour du feu. Dans le récit qui suit, je partage un peu de mon expérience estivale particulière dans ma communauté.

Je vis plusieurs moments très spéciaux où j'ai l'impression d'être entre les mondes, d'être connectée au monde invisible, et même, à plusieurs moments, d'apercevoir des êtres de la nature. Nous avons une cuisine extérieure dans un grand « pit » de sable à l'orée de cette forêt-là, nous cuisinons sur le feu tous les jours, et terminons nos soirées en chantant tous les soirs. Chaque soir, je reviens « chez moi » dans la forêt dans le noir, apprenant à « mettre mes yeux dans mes pieds », à regarder le haut des arbres pour me repérer et à faire confiance que mes pas me mèneront à bon port. Je me rappelle d'une fois, c'est soir d'orage, il vente et pleut beaucoup et je me perds. Je suis fatiguée et je m'assoupis dans le creux d'un vieil arbre qui m'offre

---

<sup>72</sup> Le « AUM » est un Bija, soit une syllabe/son sacré issu des spiritualités hindouistes et tibétaines et présent dans plusieurs mantras.

un peu d'espace au sec. Quand je me réveille, je me rends compte que je suis perdue. Il pleut moins, c'est plus comme de la petite bruine. Je vois alors une luciole devant moi et je décide de la suivre. Je marche dans la forêt, des petites lumières s'allument et s'éteignent et je les suis, décidant d'écouter mon intuition. Je me retrouve alors juste à côté de mon campement, de l'autre côté d'où j'arrive d'habitude ! Les lucioles m'ont guidée à mon lit ! (**Les lucioles au Témis, Journal de recherche, 2017**)

Dans cet extrait, l'on peut voir à quel point je suis en relation symbiotique avec la nature et l'invisible et comment je me laisse guider par la magie et par mon intuition. Cet été-là est un des plus beaux de ma vie. J'ai l'impression d'avoir enfin trouvé un mode de vie qui me ressemble, proche de la nature, du vrai, des relations authentiques, avec comme mode de partage relationnel principal les chants, les mantras, les prières, le travail au jardin... je ne parle pas beaucoup, je préfère concentrer mon esprit dans la contemplation et me relier aux autres par des pratiques dévotionnelles ou actives. Mais je me sens dans une famille, reliée. Je remarque ici à quel point les pratiques de reliance spirituelle ou le travail de groupe sont des façons de me relier aux autres, dans lesquelles je me sens habituellement confortable et libre.

Cet été-là, je passe du temps avec un nouvel ami qui a posé un teepee à l'autre bout de la forêt. Ensemble, nous méditons, jouons du bol tibétain et chantons des chants improvisés. Il me dit que selon lui, mon totem est la chouette. J'adore les hiboux depuis toujours et je me mets à partir de ce moment à les écouter et à réfléchir sur la symbolique de la chouette : celle qui voit dans le noir. Cela fait sens pour moi et j'adopte cette alliée dans ma vie à partir de ce jour-là.

L'automne arrive et avec lui le froid : je me fais offrir d'habiter dans le teepee d'un membre de la communauté qui se prépare à la quitter. Un teepee (mot qui vient du Dakota thipi), est une habitation de forme conique qui était utilisée par les autochtones des Plaines des États-Unis. Le mien est « de luxe » car même s'il est en toile, il fait 26 pieds, il a un plancher de bois, un poêle à bois et une cuisinière et une mezzanine. Dans l'automne, je récolte ce que j'ai planté, je fais mes premières conserves, mes premières transformations de plantes médicinales. Je guide un rituel pour la première fois : celui du Samhain, un rituel

*Wicca*. Lors de ce rituel, nous passerons avec les enfants de maison en maison dans la communauté, porter les braises du feu que nous avons entretenu tout l'été dans le « *pit* » de sable. Je prends conscience aujourd'hui que j'avais seulement dix-neuf ans à ce moment-là... pourtant, dans le souvenir que j'en ai, j'ai guidé ce premier rituel en groupe simplement, comme si j'avais fait ça toute ma vie.

Dès la fin de l'été, un mouvement se passe dans les membres : mes amis proches quittent la communauté et des nouveaux membres arrivent. J'ai encore des allié-e-s mais moins proches de cœur... je deviens peu à peu ermite, dans mon teepee aux confins de la cédrière. Il n'y a presque plus de réunions et quand il y en a elles sont tendues et chaotiques : je me retire. Je vais peu souvent à la maison principale. Je rénove par moi-même le teepee, en rajoutant une couche d'isolation au plancher et en refaisant le plancher, de l'isolant intérieur aux murs de toile, en achetant des balles de paille pour isoler le dehors. La neige tombe et je me familiarise avec le chien de traîneau que l'occupant du teepee m'a laissé en partant. Avec le froid, ma vie est occupée par la survie : chauffer beaucoup pour garder le teepee chaud, faire mon pain, briser la glace du ruisseau pour aller chercher mon eau, faire chauffer l'eau sur le poêle pour prendre mon bain. Vers la fin de l'hiver, lorsque je n'aurai plus de bois accessible, j'irai dans la forêt couper du bois mort à la sciote et le ramènerai en chien de traîneau.

Puis monte en moi l'élan de recommencer à m'ouvrir au monde et de m'impliquer. Avec quelques membres de la communauté, je chante dans la chorale de l'église du village et je m'implique dans un organisme communautaire. Environ un an après le décès de ma mère, le besoin intérieur de travailler sur mon deuil se fera sentir et je me sentirai prête à l'aborder de front. Je porte en moi un sentiment de devoir : publier un recueil de poésie mère-fille, comme ma mère voulait qu'on fasse juste avant sa mort. Je tente donc, à travers ma vie de survie, de travailler un peu là-dessus. Mais les conditions ne sont pas idéales : je le fais le soir à la chandelle, ou le jour quand il fait trop mauvais pour sortir et accomplir les tâches quotidiennes nécessaires à ma survie. Je réalise que la vie artistique et mon mode de vie sont

difficilement accordables. Je quitterai la communauté un an après mon arrivée, avec mon nouvel amoureux de l'époque.

Si, au début de mon écriture, j'ai pu constater à quel point la nature et la spiritualité m'avaient « *sauvée* » lors du décès de mes parents, je réalise en terminant cette partie l'importance viscérale qu'a pris pour moi la vie en communauté. Plusieurs choses me semblent importantes à retenir : les relations humaines focalisées vers l'action, ou la célébration tournée vers le sacré, la vie en nature qui mobilise nos instincts de survie, la présence guérisseuse de la nature, la solitude tout en faisant partie d'une tribu. Il me semble que mon intuition m'a guidée ici vers une année qui m'aura été thérapeutique, constituant une année d'écoformation (Pineau, 2001, 2015, Galvani, 2008, Contré-Migwans, 2008) et peut-être même d'autoformation existentielle (Galvani, 2014) : « *l'autoformation existentielle désigne le processus de prise de conscience émancipateur par lequel chacun se forme dans la compréhension de sa vie* » (p. 216). Constatant le manque de rituels de passage et de contact avec la nature des jeunes de notre société (Hervieu-Wane, 2012, Van Genep, 2013) il me semble qu'il serait intéressant de considérer l'écoformation en communauté comme une voie porteuse pour les jeunes qui vivent des difficultés et qui se retrouvent souvent marginalisés et isolés.

### 5.3.2 La rencontre avec le mouvement Arc-en-Ciel

Je terminerai cette auto-ethnographie tournée vers la construction de mon être en lien avec ma quête d'appartenance en parlant de ma rencontre du mouvement Rainbow un an plus tard, en 2001, qui a été formateur et important dans ma quête d'appartenance.

#### **Le Rainbow Gathering**

Le *Rainbow Gathering* est un mouvement de la contre-culture né dans les années soixante-dix aux États-Unis. Les créateurs du Rainbow se sont inspirés des enseignements et pratiques autochtones, dans un syncrétisme avec les philosophies orientales et des idéaux d'autogestion. Les rassemblements

Rainbow sont présents internationalement depuis ce temps. Ces derniers consistent en l'organisation d'une communauté autogérée impermanente en forêt, le plus souvent dans une forêt publique, pour un mois. Si aux États-Unis et dans certains pays d'Europe ils peuvent rassembler 30 000 personnes, au Québec ils rassemblent autour de 500 personnes par été. La « Rainbow Family of Living Light » est sujet de dissension au cœur des communautés autochtones, particulièrement aux États-Unis. Certains y voient une appropriation culturelle et un vol de leurs territoires, quand d'autres sont heureux de pouvoir partager les enseignements d'une manière juste à des personnes sincèrement intéressées. Les Rainbow des États-Unis sont, par ailleurs, beaucoup plus gros qu'au Québec et de nombreuses problématiques en lien avec la drogue et des abus sexuels ont été rapportés.

Des gens de tous les âges, de toutes les classes sociales et horizons assistent aux rassemblements Rainbow :

*Le mouvement Arc-en-ciel, bien qu'il constitue un regroupement par affinités, comprend des gens de milieux socioculturels différents. Un professeur peut y côtoyer un décrocheur, alors qu'un acupuncteur ou un sexologue peut fraterniser avec un artisan ou un musicien bohémien. Certains proviennent de familles aisées, d'autres de milieux plus humbles (Vallières, 2003, p.11).*

Il reste que souvent, les personnes marginalisées de notre monde y trouvent enfin une terre d'accueil. S'il est vrai que les ressources ne sont pas toujours là pour les personnes qui ont véritablement besoin d'aide psychologique, de mon point de vue expérientiel, ces cas font figure d'exceptions. Vallières (2003, p.6) offre un éclairage intéressant sur ce mouvement :

*Le mouvement Arc-en-ciel étant caractéristique des métissages et des formes composites de la contre-culture occidentale, cette construction culturelle émerge à une époque où les voies politiques semblent monopolisées par les partis traditionnels, les discours officiels axés sur la production, l'économie et le capital, et la nature envisagée comme une ressource à exploiter.*

Quelques règles de base s'appliquent dans ces rassemblements et sont en général respectées : pas d'alcool, de drogues dures ou d'armes, végétarisme. Le reste du cadre consiste en des lignes directrices consensuelles, dites et redites lors des cercles de parole avant les repas, par des hommes et femmes qui ont fait plusieurs rassemblements appelés des « *ancien-ne-s* » ainsi que par des leaders naturels.

Toute personne intéressée à s'impliquer et à utiliser son leadership est invitée à le faire, en autant qu'elle agisse au service de la communauté. Il est intéressant de constater en premier lieu que malgré quelques écueils, ces rassemblements fonctionnent très bien. Les gens vivent de quelques jours à un mois en nature sauvage, mangent à leur faim et tout s'organise d'une façon fluide. Différentes installations coexistent : la cuisine principale, la cuisine des familles, le lieu central de rassemblement, mais aussi le café, le salon de thé, un camp musical, puis différents espaces pour des ateliers spécifiques selon qui est présent, ainsi que les camps personnels ou en petits groupes. Vallières (2003, p.7) propose le concept de « *tribu écotopique* » : « *le mouvement est porteur d'un projet communautaire de réharmonisation avec les éléments de la nature.* »

Ces rassemblements sont pour plusieurs personnes, comme ils l'ont été pour moi et plusieurs ami-e-s de ma communauté, la porte d'entrée vers la spiritualité autochtone. Sans dire que ce qui est pratiqué là-bas respecte toujours les enseignements traditionnels, et sans dire non plus que la famille Arc-en-ciel Kwebekwe, comme elle se nomme elle-même au Québec, est reconnue et respectée par les communautés autochtones en général, il est juste de dire que plusieurs porteurs et porteuses de la tradition, engagé-e-s dans le chemin rouge<sup>73</sup>, font un travail sincère et dévoué dans ces rassemblements. Au Québec, des grands-pères et grands-mères Anishinabe et Attikamek sont venus à quelques reprises offrir des enseignements et cérémonies traditionnelles dans ces rassemblements. Grand-père William Commanda, qui a travaillé toute sa vie

<sup>73</sup> Le chemin rouge (the red road) signifie, l'engagement dans la spiritualité autochtone et ses valeurs.

pour soutenir les autochtones du Québec à se réappropriier leur spiritualité, à unir toutes les nations et à rapprocher les autochtones des non-autochtones, a d'ailleurs reconnu en 2004 la famille Rainbow comme une nation à part entière<sup>74</sup>, après six ans d'accueil de ses membres dans la loge d'enseignements spirituels appelée la loge Medewin (Vallières, 2003, p.63).

Ce rassemblement *Rainbow* changera ma vie. C'est une révélation pour moi d'être là. Les jeunes que je côtoie lors de ce rassemblement sont exactement le genre de personnes avec qui j'ai rêvé de tisser des liens. Je décris dans le prochain passage, mon état d'esprit de ce moment important de ma vie.

À ce moment-là, j'étais convaincue que nous étions très peu de jeunes de mon âge qui partageaient les mêmes valeurs profondes, idéaux, façons d'être et de vivre. J'en avais connu quelques-un-e-s dans ma communauté qui me ressemblaient mais je croyais que nous étions des oiseaux rares, parmi les seuls survivant-e-s encore vivant-e-s d'un monde d'humain-e-s déconnecté-e-s, seuls « vrais humain-e-s ». Mes vrais ami-e-s en dehors de ceux-là étaient- encore une fois- des adultes plus vieux que moi. Lorsque j'arrive dans ce rassemblement, je découvre des centaines de jeunes qui portent les mêmes valeurs que moi. Bien sûr, je suis aussi troublée par certaines choses comme l'omniprésence de la marijuana ou les enfants qui me semblent parfois laissés à eux-mêmes. Mais je suis charmée par l'île sans fumée, le salon de thé où l'on philosophe et la gang que je découvre, qui deviendront mes ami-e-s : le « Shanti camp », où l'on joue et chante des chants sacrés à longueur de journée. C'est là que je poserai ma pyramide d'élixirs floraux et j'en donnerai au besoin aux « frères et sœurs » qui me demandent. Je fais de la tisane de feuille de fraisier pour la digestion, m'improvisant guérisseuse pour l'occasion. J'ai aussi la chance de donner un atelier de méditation et de yoga, le tout début de ma vie de formatrice ! Bref, je trouve enfin ma tribu, ma vraie famille de cœur, celle qui me comprend et m'accepte telle que je suis et qui honore mes talents et ma singularité, avec qui je peux être en reliance dans un espace de prière et dévotion. De plus, je m'expérimente comme guérisseuse, formatrice, et tout ce que je désire offrir et être !  
**(Mon premier Rainbow, Journal de recherche, 2017)**

Je trouve cet extrait très intéressant, car il parle de la genèse d'une façon d'être, de savoir-faire, d'amitiés et même de ma professionnalisation. Au tout début, je fais part de mon émerveillement lorsque je prends conscience que je ne suis plus seule, qu'il existe plusieurs

---

<sup>74</sup> L'auteure de ce texte était présente lors de ce moment.



gens de mon âge qui partagent les mêmes valeurs et aspirations. Ici on peut bien sentir la dualité qui existe entre « moi et le monde » : *je croyais que nous étions des oiseaux rares, parmi les seuls survivants encore vivants d'un monde d'humains déconnectés, seuls « vrais humains*, laissant entendre qu'il existerait des vrais humains, avec des idéaux et des valeurs similaires aux miennes, et des faux. Force est d'admettre qu'encore aujourd'hui, lorsque j'investigue mes croyances, quelque chose en moi a de la difficulté à comprendre que des humains ne comprennent pas l'urgence de prendre soin de l'environnement et de nos liens profonds et je me sens encore parfois en résonance avec ces mots de Richard Desjardins dans sa chanson Les Yankees, plus actuelle que jamais, que je chantais dans mon adolescence : « *nous les derniers humains de la terre...*<sup>75</sup> ».

Il est certain que cela ne contribue pas à mon sentiment d'appartenance à la communauté humaine, tout en favorisant un sentiment fort d'appartenance à ceux qui partagent ma vision du monde. Ensuite, tel qu'écrit dans l'extrait, je n'échangerai pas beaucoup de discussions avec mes nouveaux amis, à ce moment-là, *la gang que je découvre, qui deviendront mes amis chers : le « Shanti camp », où l'on joue et chante des chants sacrés à longueur de journée*. La plupart de nos échanges se feront sur le mode du chant et de la méditation, nous reliant par la joie, la célébration et la communion spirituelle. Ces marqueurs semblent se révéler importants dans mon sentiment d'appartenance à une communauté. Ici, je ne peux m'empêcher de penser à trois branches ancestrales : le peuple juif, qui a une culture de la communion spirituelle à travers la célébration, notamment lors des « *Shabat* », jour de « congé » avec prières, chants et partage de nourriture, puis le peuple acadien, très chrétien et pieux avec une culture d'adoration de la Vierge Marie et enfin le peuple Mi'gmaq pour qui, comme les autres peuples autochtones, les chants, la prière et la célébration font partie intégrante de la vie. Ainsi, la célébration sacrée s'avère être importante dans mon sentiment de reliance à une communauté donnée.

---

<sup>75</sup> Pour entendre cette magnifique chanson : <https://www.youtube.com/watch?v=Kv67u9l-3KQ>

En troisième lieu, je constate que c'est ici que je commencerai à officialiser ma vocation de « *guérisseuse* » et de formatrice, avec mes élixirs floraux<sup>76</sup> et la tisane de fraisier, puis avec des ateliers de méditation et de yoga. Je me permets de suggérer ici que la contribution au monde serait un marqueur dans ce qui contribue à mon sentiment d'appartenance. Enfin, je rencontre « une famille », qui m'accepte telle que je suis dans toute ma singularité, ce qui me semble important dans mon sentiment d'être différente des autres, et qui me reconnaît.

### 5.3.3 Que dire du Nouvel Âge ?

Dans ce dernier passage de mon auto-ethnographie, l'on retrouve côte à côte des mots comme yoga, guérisseuse, méditation, chants sacrés et élixirs floraux. L'on a le parfait exemple de ce que peut constituer un syncrétisme spirituel dans le monde contemporain. En effet, dans ma quête de reliance à l'invisible, à « ce qui est plus grand que moi », et dans celle de mieux me connaître, de trouver la paix et de devenir une humaine plus consciente, j'ai découvert le yoga à l'adolescence et je l'ai pratiqué de façon quotidienne pendant vingt ans. J'ai également exploré trois principales voies spirituelles au cours de ma vie : la Wicca, le bouddhisme tibétain et les enseignements du chemin rouge. J'ai tenté, tout au long de ces années, de créer des liens entre toutes mes pratiques, dans un besoin de cohérence et d'intégrité. Ceci est le reflet de mon époque, dans laquelle la religion est devenue suspecte aux yeux des Québécois-e-s et n'exerce plus aucune emprise sur le peuple et par conséquent, ne joue plus son rôle d'assurer la cohésion sociale. Je suis entrée dans l'adolescence à un moment où la génération de mes parents s'était éloignée de l'Église catholique et leurs enfants, comme moi en quête de sens, de transcendance et de communion, comme j'en fais état précédemment, sont laissé-e-s à eux-mêmes et elles-mêmes dans leurs tentatives de trouver une voie spirituelle pour contenir leur démarche existentielle. On a utilisé et on utilise souvent encore le terme Nouvel Âge pour désigner cette forme syncrétique que prennent les

---

<sup>76</sup> Préparation de type homéopathique prenant comme base des fleurs, les plus connus étant les « Fleurs de Bach ».

démarches spirituelles multiples ou les nouvelles formes du religieux, dans les sociétés post-moderne et hypermoderne.

### **Le Nouvel Âge**

Ce mouvement culturel et social post-moderne, qui s'est particulièrement développé dans les Amériques, en Australie et en Europe, a été théorisé la première fois par Marilyn Ferguson en 1980 dans son livre « *Les enfants du Verseau* ». Pour cette dernière, ce mouvement amenait un changement radical paradigmatique. Comme le dit Kubiak (1999), le Nouvel Âge est un sujet d'étude délicat en recherche. Pour cette auteure :

*Avec le Nouvel Age, nous sommes face à un mélange embarrassant de discours de niveaux culturels différents, et, par conséquent, à une population d'adhérents qu'il est difficile de cerner et de caractériser. Certains adeptes appartiennent en effet à l'élite traditionnelle et sont issus du monde académique, tandis que d'autres sont de simples consommateurs de la culture de masse. (Kubiak, 1999, p.138)*

Ainsi, les définitions du terme et la période définie par ce dernier varieront selon les chercheur-e-s. Quant à ses composantes, elles proviennent d'horizons variés et disparates comme les traditions orientales, différents courants de la psychothérapie, les spiritualités centrées sur la Terre et la physique contemporaine, pour ne nommer que ceux-là. Kubiak (1999) propose tout de même plusieurs caractéristiques pour définir le mouvement New Age, qui est indissociable selon elle de la culture post-moderne. Ces caractéristiques sont : l'absence d'une définition claire du sujet et son manque de balises spatio-temporelles, le caractère imprévisible de son réseau et l'autonomie des différentes composantes de ce dernier, la volonté de transformation de la conscience, la vision holistique des choses, l'importance du principe féminin et le rapprochement entre science et religion, culture populaire et culture

intellectuelle. Geoffroy (1999), quant à lui, parlera de quatre dimensions principales à ce mouvement, soit sociale, culturelle, ésotéro-occultiste et biopsychologique.

Quoi qu'il en soit, le Nouvel Age suscite les critiques. Ainsi, Van Hove (1999) parle d'un grand « marché de la spiritualité » et Champion (1995), d'une « nébuleuse mystique ésotérique ». Pour cette auteure, la vie sociale est maintenant régulée par la consommation et la spiritualité ne fait que suivre cette tendance. C'est ce qui entraînerait une dissolution des liens sociaux et un effritement des systèmes de sens, qui deviendraient de simples objets de consommation. C'est pourquoi elle parle d'un marché de la spiritualité, dans lequel les croyances seraient magasinées par des « chercheurs-consommateurs » selon leurs besoins, et ne seraient donc pas intégrées ou vécues en profondeur par ces derniers et dernières. Les traditions n'échappent pas à ce marché, devenant consommées superficiellement de façon utilitaire et souvent sans respect pour les peuples d'où ces traditions proviennent. On rejoint ici mes questionnements éthiques autour des Premières Nations telles qu'exprimées dans mon deuxième chapitre et je pense également à la façon dont la culture du yoga a été complètement commercialisée et éloignée de ses enseignements d'origine.

Parfois, comme le dit Kubiak (1999, p.138), cette vision du Nouvel Age « fait penser à une forme de “spiritualité express”, mise au service de bons sentiments qui s'expriment par des formules telles que : “Je suis fondamentalement bon” ». C'est d'ailleurs une autre critique qui est apportée face à ce mouvement, celui de nourrir une sorte de narcissisme post-moderne qui n'a rien à voir avec la transformation profonde de l'humain, dans laquelle se développe un « ethos du bricolage » (Van Hove, 1999, p.166) individualiste. Heelas (1994) la définit comme une spiritualité du « self », dans laquelle la personne se demande surtout : « qu'est-ce que ça pourrait m'apporter ? » (p.104).

Urban (2015) propose quant à lui que le Nouvel Age est, à plusieurs égards, une réinterprétation moderne d'un long courant d'idées religieuses alternatives auxquelles l'on réfère en parlant d'ésotérisme occidental. Selon lui, ce qui distingue les nouveaux mouvements religieux n'est pas tant le contenu de leurs croyances et pratiques que les façons dont ils s'expriment et s'adaptent de façon particulière au monde moderne. Dans un sens, ils ont été réfractés à travers le prisme de la pensée moderne, colorés par des aspects de la science contemporaine, de la technologie, de la culture populaire et, dans certains cas, de la société de consommation. (Urban, 2015, p.13 ).

Pour Geoffroy (1999), le réseau du Nouvel Age serait un rassemblement social informel de personnes ou de groupes qui partagent « une appartenance ou une sensibilité commune, soit, dans le cas qui nous occupe, une forme d'affinité spirituelle et émotionnelle » (p.15). Lee (2008) propose que le syncrétisme propre au Nouvel Age, malgré son caractère fonctionnel, soit une voie de déploiement pour une « quête de potentiel humain » et ce qu'il appelle le « réenchantement du monde » (p.72).

Je rejoins la pensée de Kubiak (1999) lorsqu'elle parle de l'importance de voir le New Age comme une expression de notre société post-moderne. En ce sens, l'hypermodernité ne peut qu'aggraver cette tendance de tout vouloir rapidement et à moindre effort, même lorsqu'il s'agit des enseignements et expériences spirituelles. J'ai embarqué avec une grande joie dans le bateau de la culture du Nouvel Age dans la vingtaine. Par contre, à mesure que mes pratiques spirituelles s'approfondissaient et devenaient enracinées, je suis devenue de plus en plus allergique aux discussions spirituelles qui me semblent souvent tissées de « *prêt-à-penser métaphysique* ». Si le fait de me faire répondre, à titre d'exemple, que j'ai tel défi « *à cause d'une incarnation passée où j'étais méchante* » ou que les personnes vivant des inégalités sociales « *ont choisi leur destin* » m'a au départ profondément énervée, cela m'a été salutaire. En effet, cela m'a forcée à amorcer une réflexion sur les croyances véhiculées dans le Nouvel Age et à prendre une distance de ce mouvement. Dans les dernières années,

j'ai de plus pris conscience de la récupération à outrance de symboles, pratiques et croyances des Peuples Premiers à des fins commerciales ou égotiques et je tente du mieux que je peux de marcher un chemin d'intégrité et de sensibilité face à ces enjeux.

J'ai toujours eu un profond respect (et même une certaine rigidité) pour les traditions ainsi qu'un désir d'aller puiser à la source. Chemin faisant, mon engagement grandissant dans le chemin rouge m'a amenée à comprendre l'importance de prendre le temps d'intégrer les enseignements et de faire confiance en la sagesse des Ancien-ne-s pour me guider dans ma marche. En ce sens, je crois que le Nouvel Age comme le mouvement Arc-en-ciel, malgré leurs aspects « *melting pot* » et par moments superficiels et utilitaristes, donnent la possibilité d'avoir accès à des enseignements traditionnels de grande valeur. Il ne tient qu'aux personnes de poursuivre plus en profondeur leur engagement dans un chemin spirituel, en respectant ses traditions.

**En guise de conclusion**, il semble essentiel de rappeler ici que dès le début de cette recherche j'avais envie de revenir sur mon histoire personnelle, familiale et ancestrale et celle de mon inscription socio-historique et culturelle en vue de pouvoir mieux m'apercevoir.

Rondeau (2011, p.54) parle de l'auto-ethnographie comme d'une :

expérience créatrice de sens, de prises de conscience qui réussissent le pari à la fois de la complexité de la mise en mots du vécu et de son analyse, renouvelant sans cesse une compréhension et une cohérence entre la connaissance, l'action, la perception que l'on a de soi, du monde et l'interprétation que l'on peut en faire.

Je suis d'accord avec elle sur le renouvellement de la compréhension de mon vécu, de l'interprétation nouvelle que l'auto-ethnographie m'a permis de faire. Cette auto-ethnographie arrête au début de ma vie d'adulte, car ce qui m'importe à cette étape de ma démarche de recherche et de formation est d'examiner les effets de cette histoire sur la vie actuelle, sur le plan personnel, spirituel, relationnel et professionnel. Le chapitre suivant a comme mission de m'aider à faire ce type d'exploration en vue de mieux me comprendre, me transformer et renouveler mes pratiques.

## CHAPITRE 6 - COMPRÉHENSION : RAPATRIER LES MORCEAUX DE COYOLXAUHQUI

*Il me semble avoir passé une partie de ma vie à me demander quelle était ma place, que faire de ces informations de l'intérieur me paraissant parfois si étrangères à la culture dominante de laquelle je suis issu ? Que suis-je fait pour être dans la vie ? Écrivain, mystique, enseignant et quoi encore ? Peut-être est-il possible d'être tout cela à la fois.*

*Dany Héon, 2014*

### 6.1 INTRODUCTION

Ce chapitre tentera de créer une cohérence entre mon histoire de vie et ma pratique professionnelle et spirituelle sous l'angle de ma quête d'appartenance, afin de laisser apparaître des pistes de renouvellement de mes pratiques, mais surtout de ma façon d'être au monde et en relation. Mon intention est à la fois, de continuer « le rapatriement de mes morceaux » en passant de mon histoire de vie à une observation de mon enjeu dans mes pratiques actuelles, et à la fois de laisser émerger des tissages de reliance entre ces morceaux de moi-même. Comme cela a été mentionné lors de ma problématisation et dans mon auto-ethnographie, mes origines parlent déjà de marginalité et de différence et je ressens depuis l'enfance un sentiment d'étrangeté face au monde qui m'entoure.

Je me sens proche de la nature et de l'invisible mais j'ai, dans certains contextes, de la difficulté à tisser des relations humaines simples et fertiles. Pourtant, quelque chose en moi

sait être en relation avec les humains. Lorsque certaines conditions sont réunies, je peux ressentir un grand sentiment d'appartenance à une communauté.

Dans l'intime, j'ai toujours ressenti de la fluidité et dans les groupes, j'ai su muscler ma façon d'être en relation. Quand le cadre est clair et que je suis dans une action de contribution, je me sens habituellement confortable, en lien, ancrée. Ainsi, j'ai su trouver dans ma pratique de formatrice ou de thérapeute, un rôle qui me permet d'être en relation avec les humains/les groupes d'une façon qui me soit fluide.

Au cours de cette recherche me sont venues les sous-questions suivantes : quelles sont les conditions qui facilitent mon intégration et mon sentiment d'appartenance à des communautés et quelles sont celles qui me font sentir séparée ? Comment entretenir ce sentiment d'appartenance en moi ? Comment nourrir mes liens et me sentir reliée en dehors du cadre professionnel ? Et surtout, pourquoi veux-je tant appartenir ?

Après de nombreuses réécritures, j'ai choisi ici d'y aller avec simplicité, en séparant ce chapitre par thèmes principaux, en lien avec mes objectifs de recherche. Les moments de pratique choisis sont des moments en communauté, la création de Rythmes Féminins, certaines pratiques spirituelles en nature, des moments à l'UQAR, comme étudiante ou formatrice et un spectacle de notre collectif Les Tisserandes.

Dans ce type de recherche qui tente d'accéder au cœur de nos enjeux vécus dans nos pratiques, nous prenons peu à peu conscience que « *Tout est dans Tout* », comme le disait le philosophe Anaxagore : que chacun de nos récits phénoménologiques, à titre d'exemple, contient une multitude de possibles pistes en lien avec l'enjeu étudié. Ainsi, après l'analyse de nombreux récits, j'ai tenté de ne laisser que ceux dont l'analyse me permettait soit d'intégrer des parts de moi, soit de me renouveler dans mon rapport face à l'appartenance.

## **6.2 DÉMEMBREMENT : CE QUI ME FAIT SENTIR SÉPARÉE**

Au cours de cette recherche, j'ai pris conscience que le sentiment qui m'habitait lorsque je ne me sentais pas appartenir était celui d'être séparée des humains.



Pour Mutel (2015) :

Parler de séparation dans le langage courant, c'est évoquer un événement qui informe que la séparation fait acte objectivement, comme par exemple pour signaler une frontière géographique ou un état de fait, quand deux éléments qui étaient ensemble sont à présent séparés. On parle aussi de séparation quand les effets d'une séparation (de quelque nature qu'elle soit) durent dans le temps et qu'un processus est en cours, comme c'est souvent le cas dans la séparation amoureuse. (2015, p.17)

L'auteure mentionne que ce mot peut se décliner en de multiples teintes et prendre plusieurs significations. Elle parlera ainsi de ce qu'elle nomme le « *sentiment de séparation souffrant* », un ressenti de profonde solitude, ce que Desjardins (2015) appelle quant à elle « *l'esseulement* ». Ce sentiment sera décrit comme de la solitude à certains moments dans ce chapitre. Si je choisis en premier lieu le terme « *sentiment de séparation* », même s'il implique de la solitude ou de « *l'esseulement* », c'est que lorsque je suis aux prises avec ce sentiment, c'est avant tout de moi-même que je suis séparée, comme nous le verrons plus tard.

### **6.2.1 Loupe sur le sentiment de séparation**

Au cours de cette recherche, j'ai tenté de comprendre de quoi était fait ce sentiment de séparation. Ainsi, j'ai voulu appréhender mes processus internes lors de ces moments qui s'avèrent souffrants pour moi et me coupent du lien. Au fil de mes investigations avec le *Focusing de la Relation Intérieure* (FRI), j'ai pris conscience de nombreuses co-identités, appelées subpersonnalités (Assagioli, 1996, Salberg, 1997) en psychosynthèse. Salberg (1997) définit ces dernières comme des schémas énergétiques qui sont en relation avec nos états intérieurs, qu'ils soient d'ordre mentaux, émotionnels, physiques ou spirituels. Selon lui, l'expérience qu'on fait du monde extérieur et les perceptions que l'on en a s'expriment à travers ces subpersonnalités. Cet auteur postule également que chacune d'entre elle a sa polarité, qui s'exprimera de façon consciente ou inconsciente. Rugira (2016, p.42) propose ainsi la pratique du dialogue intérieur afin d'effectuer « *un travail conscient d'identification, de désidentification, d'intégration et d'harmonisation des différentes forces en présence à l'intérieur de chacun* ».

Plusieurs de ces co-identités me semblent souvent reliées les unes aux autres par des mécanismes d'alliances complexes, comme par exemple dans ma triade intérieure que je nomme : *les juges, la petite fille et l'amazone*. *Les juges* sont des figures d'autorité diverses que j'ai introjectées et qui sont extrêmement sévères à mon endroit (et parfois à l'égard des autres également), ne permettant aucune faille, aucun échec. Ils jugent particulièrement mes espaces vulnérables, ceux de *la petite fille*. Cette dernière a peur d'eux et peut devenir figée en leur présence, ce qui se manifeste par une anxiété, une difficulté à se poser ou une incapacité à prendre action. En ce sens, *l'amazone* est là pour la défendre. Dès qu'elle sent à l'extérieur tout ce qui pourrait ressembler à des jugements, ou lorsqu'elle sent à l'intérieur cette anxiété de *la petite fille*, elle réagit avec une attitude d'attaque ou de défense, ce qui indique à l'entourage un autre état que celui qui est réellement là, derrière la carapace de cette guerrière. Je constate que ma singularité fait partie des éléments qui réveilleront les *juges intérieurs*. Au cours de mon processus de formation à la maîtrise, j'écrirai dans mon journal :

C'est comme si mon intensité dérangeait, j'ai l'impression que je ne peux pas être qui je suis : qui je suis dérange, est étrange, est incompréhensible pour les autres. (...) je ne sais pas comment faire autrement, comment penser autrement ! **(Je ne sais pas comment penser autrement, Journal de recherche, 2016)**

On voit bien ici la perception d'être jugée extérieurement de par ma singularité ou mon intensité. Je peux reconnaître une dynamique familière abordée dans l'auto-ethnographie, soit la singularité vs le sentiment de séparation. Ma singularité sera parfois perçue comme un « *empêchement à appartenir* » par mes *juges intérieurs*. Mes subpersonnalités racontent ainsi en moi une histoire de non-appartenance teintée d'une couleur d'auto-jugement. Cette dernière crée en moi de l'anxiété et me fait sentir séparée, même s'il m'arrive de projeter extérieurement ma co-identité *amazone* en guise de protection.



Figure 14 - Triade Amazone-Petite fille-Juges, Cartes *Soul Collage*

Il m'est facile de voir le moment de la crise de mes treize ans, lorsque mon père m'a annoncé que ma mère était alcoolique, comme une cristallisation de cette triade de subpersonnalités. Il me semble qu'ici, le père pourrait très bien jouer le rôle du juge, la mère de la petite fille prise en faute et l'adolescente, de l'amazone. Ce moment de crise a créé une scission entre la vulnérabilité et la fierté, entre la honte et l'inclusion sociale, entre le masculin et le féminin en moi. Ainsi, lorsque j'appréhende le jugement (comme avec mon père) ou que je juge l'autre (comme je le fais avec ma mère), je me coupe intérieurement de la relation. Lorsque je fais cela, je ne suis certainement pas au service de mon besoin d'appartenance, car *la séparation crée la séparation*. Je veux dire par là qu'il me semble que le sentiment d'esseulement perçu de quelqu'un n'engendre pas de relations fluides et fécondes, créant un cercle vicieux de solitude. Cacioppo, Fowler et Christakis (2009) ont étudié le sentiment de solitude dans les groupes. Ils ont constaté qu'en effet, "*la solitude d'une personne contribue ou cause la solitude chez les autres*" (p.978), ce qu'ils appellent l'induction. Nos perceptions mentales intérieures et nos émotions en lien avec la solitude nous amèneraient à poser des actes avec moins de confiance et plus d'hostilité. L'induction créée amènerait donc moins de satisfaction dans les relations sociales, créant ainsi encore

plus de solitude et nourrissant le cycle de l'induction. En ce sens, Hatfield, Cacioppo, & Rapson (1994) parleront de « *contagion émotionnelle* ». La contagion émotionnelle serait la transmission de la gêne, de l'anxiété, de l'hostilité et/ou de la faible estime de soi des personnes vivant de la solitude, à travers les expressions faciales, la voix, la posture et les mouvements. Cette transmission créerait chez l'autre une résonance du même ressenti que les auteurs appellent la « *convergence des émotions* ».

La figure qui suit nous démontre comment le sentiment de solitude, d'insécurité ou d'anxiété sera perceptible dans la voix, les expressions faciales ou les actes, créant chez l'autre cette contagion émotionnelle et perpétuant le sentiment de solitude, la perte de complicité et le sentiment de séparation.

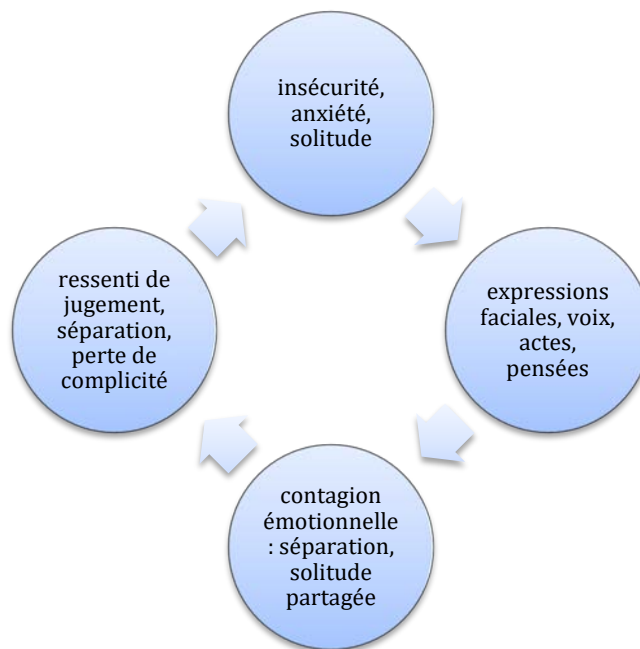


Figure 15 - Le cycle de la contagion émotionnelle

Lors de ces moments dans lesquels la triade Juges-Amazone-Petite Fille est en action, je me coupe de la Présence en moi. J'utilise le P majuscule pour ce mot afin d'utiliser la définition de Brown (2012, p.5) qui la définit comme « *être pleinement conscient [pour l'individu] du moment dans lequel il se trouve ou être présent dans l'instant* ». Quand je suis coupée de la Présence, je m'identifie à la petite fille, qui est sous la prise d'un sentiment

d'anxiété. Je ne suis plus présente à moi-même et aux autres, étant dans une sorte de pièce de théâtre perçue et rejouée de la vie de mes ancêtres, de mes parents, de mon enfance. Prendre conscience de cela m'amène à avoir du cœur pour l'adolescente que j'ai été et l'adulte que je suis aujourd'hui. Je me rappelle ces moments des premières années de mon primaire où je faisais des crises d'hyperventilation le soir dans mon lit ou même à l'école. Je me rappelle la panique viscérale qui s'emparait de moi lors des alarmes de feu à l'école. Je vois bien d'où sort la petite fille anxieuse qui vit à l'intérieur de moi. Heureusement, la vie et mes pratiques m'ont rendue beaucoup plus calme et sereine. Quoique je puisse être une boule de nerfs par périodes de fatigue ou de surcharge, je ne me ressens pas comme une personne anxieuse : je n'ai pas de pensées obsessionnelles, ni d'inquiétudes sur tout et rien. Je suis positive et j'ai une sorte de confiance inébranlable en la vie. Et pourtant... j'ai en moi des co-identités avec qui je dois composer depuis toujours.

Lorsque je tente de relier cette découverte à ma quête d'appartenance, je pense à mes ancêtres qui ont vécu dans des situations où leur rapport au temps était déformé par la crainte de l'expulsion, de la violence. Il ne serait pas surprenant que ces derniers aient vécu dans une hypervigilance profonde. Je pense à mon grand-père paternel qui faisait des cauchemars et criait en *yiddish* la nuit. Je pense également aux premières années de ma vie dans lesquelles je vivais au diapason de la vie politique intense, chargée et stressante de mes parents, dont ce fameux moment du référendum de 80. Je pense à la parentification, aux troubles familiaux intenses, aux importants deuils successifs que j'ai traversés à une époque où j'étais encore en construction identitaire. Il m'apparaît que tout cela a construit un rapport au temps dans lequel je sens, bien inconsciemment, que je dois « *vivre intensément* », « *courir pour ma survie* » (Singer, 2001, p.12). Ce que je comprends, c'est que j'ai répondu par l'hypervigilance (*l'amazone*) aux situations stressantes de ma vie, ce qui m'a servi de moteur pour rebondir dans tous les moments difficiles de mon existence. Dire que dans mes fonctions de thérapeute en santé des femmes, je parle à mes clientes de l'importance de ralentir pour calmer notre système sympathique, relié au stress, afin de passer plus souvent au mode parasympathique, relié à la détente ! Et dire qu'il a fallu toutes ces années pour que

je prenne conscience que je vivais moi-même un stress profond, qui nuit à mes relations et à ma santé !

Ainsi, mon sentiment de séparation serait fait d'une identification à certaines parts de moi : juges, petite fille et amazone, créant un état anxieux qui m'empêcherait de me relier à moi et aux autres. Il s'agit donc, dans ma quête de relations fécondes et d'appartenance, de trouver des façons de ralentir, de rester en relation avec la Présence en moi, pour apercevoir cette pièce de théâtre de mes ancêtres et de mon histoire lorsqu'elle se présente dans mes relations et pouvoir me désidentifier de celle-ci. Il me semble opportun de mentionner ici que Cacioppo (2017) soutient que le sentiment de solitude est important pour l'humain. En effet, ce ressenti aurait la même importance sur la survie de l'espèce que la faim, puisqu'elle nous alertera sur l'urgence de créer du lien social. Il me semble que de voir la chose ainsi me permet de changer de regard sur ce sentiment de séparation, en le voyant comme une invitation à me relier à l'autre.

### **6.3 DE LA SEPARATION A L'EMPUISANCEMENT : TRANSFORMATION**

Après avoir tenté de comprendre de quoi était fait mon sentiment de séparation, j'ai voulu savoir comment je réussissais à traverser mes moments d'ombre. Me rappelant de comment ma mère n'avait pas su traverser ce qui aura été son épreuve finale, j'ai voulu voir de quoi étaient faites mes traversées victorieuses. Considérant que malgré tout, j'ai une vie sociale bien vivante, remplie d'amitiés profondes et nourrissantes et que je gravite dans plusieurs communautés, il m'a semblé pertinent d'observer ce que j'ai mis en place à date au cours de ma vie pour me sentir appartenir.

Commençons par définir ce que j'appelle l'ombre. Pour Jung, l'ombre serait un ensemble de complexes, d'énergies refoulées ou un matériau réprimé (Montbourquette, 1997, p.27-29). On verra dans la figure suivante inspirée de Montbourquette, comment Jung représente notre psyché.

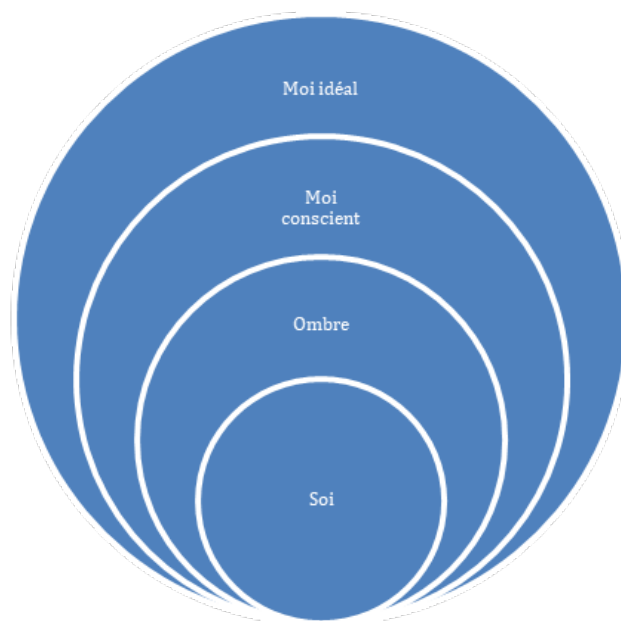


Figure 16 - Conception du psychisme chez Jung

Pour ce dernier, le moi idéal représente notre personnalité sociale, notre masque, qui « s'efforce de s'adapter à la société ambiante » (Montbourquette, 1997, p.42), tandis que le moi conscient est celui que nous sommes (ou que nous pensons être) réellement. Le moi conscient s'identifiera de moins en moins au moi idéal à mesure qu'il intègre son ombre et a accès à son Soi, part de nous reliée au Tout, au plus Grand.

Pour Jung (1971, p.45), « l'ombre est une partie vivante de la personnalité, aussi veut-elle participer à sa vie sous une forme quelconque » et tant qu'on l'ignore, elle agira dans l'invisible à travers nous. Ce dernier a porté dans son travail et ses recherches la conviction que l'humain doit rencontrer sa part sombre, le miroir caché sous son masque, pour être réellement vivant. Lorsque j'applique cette connaissance à mon intériorité, l'ombre serait les juges intérieurs, la petite fille vulnérable au jugement de ces derniers, qui se sent différente, et l'amazone qui tente de la défendre. Si je n'en suis pas consciente, je projeterai ces personnages sur ceux et celles qui sont à l'extérieur, ou ces personnages ils agiront à travers

moi. Pour Whitmont (1991, p.17), « *lorsqu'on refuse de voir l'ombre ou que l'on tente de la combattre avec notre volonté, nous reléguons cette énergie dans l'inconscient, où elle exerce son pouvoir d'une façon négative, compulsive et projetée.* <sup>77</sup> » Il explique que, même si nous ne sommes pas capables de le voir, nos projections vont transformer notre environnement en miroir de nous-mêmes, ce qui crée des relations illusoire avec le monde devenu menaçant par les projections de notre ombre. C'est ce qui crée le sentiment de séparation et d'isolement. Ainsi, parce que nous projetons nos ombres sur les gens, cela crée une prophétie auto-réalisatrice dans laquelle nos peurs se réalisent, ce qui me rappelle le processus de « *contagion émotionnelle* » de Cacioppo (2017).

Robert Bly (1991, p.9) dit quant à lui que « *chaque partie de notre personnalité que nous n'aimons pas nous deviendra hostile.* » Il mentionne que cette co-identité pourra déménager dans un espace éloigné de nous-même et fomenter une révolte (agir à notre insu), ce qui me semble proche de l'auto-sabotage. Whitmont (1991, p.17) nous met en garde : même si notre moi idéal le voudrait bien, il n'est pas possible de seulement décider de combattre son ombre, il nous faut plutôt l'accueillir avec conscience pour qu'une réelle transformation puisse avoir lieu. C'est ainsi que selon Jung (1971), l'humain doit mourir à soi-même et se rencontrer. C'est là qu'il pourra découvrir cet « *espace sans limite rempli d'une indétermination inouïe* » (p.45), qui nous relie au monde d'une façon inattendue.

Nous verrons ainsi dans le prochain extrait, comment je suis passée du sentiment de séparation à « l'empuissancement », en réussissant à créer une brèche intégrative dans les frontières de ma psyché.

### **6.3.1 Du 40 jours à Rythmes Féminins**

Dans cet extrait de mon auto-ethnographie, je parle d'un moment d'inconfort dans ma communauté spirituelle d'une retraite *Vajrayana*. Le *Vajrayana* veut dire : véhicule de la

---

<sup>77</sup> Traduction.



foudre, ou du diamant. Cette branche du bouddhisme, considérée comme certains par la voie rapide pour atteindre l'éveil, s'inscrit dans la voie du mahayana, le « véhicule de la compassion ». Par des pratiques yogiques et méditatives, de la récitation de mantras, des transmissions de maître à disciple et la pratique de rituels (sadhana), la personne pratiquante pourrait atteindre l'état de vacuité et détruire ses attachements. Je découvrirai cette voie au début de ma vingtaine, apprenant auprès de Pierre B. (entouré de plusieurs allié-e-s), qui sera un père spirituel pour moi. Je pratiquerai le *Vajrayana* pendant cinq ans. Si j'ai mis sur pause mon engagement dans cette voie puissante et adopté d'autres chemins spirituels par la suite, j'y ai appris à méditer, à aiguiser mon esprit, à me connaître et à déconstruire de façon radicale mes croyances et préconceptions. Je continue aujourd'hui de façon personnelle plusieurs des pratiques que j'y ai apprises. Lors de la dernière retraite de cette *sangha* (terme sanskrit pour communauté spirituelle) dans laquelle j'animerai, je vivrai des moments difficiles dans lesquels je me sentirai séparée.

La dernière retraite dans laquelle je serai formatrice sera difficile pour moi. Il s'agit d'un 21 jours plus traditionnel, plus proche des enseignements de base du Mahayana et du Vajrayana. Pierre nous répète souvent qu'il va mourir un jour et que nous devons nous préparer à prendre la relève. Il nous demande donc, à mon ami et moi, de préparer le matériel et de se préparer à co-enseigner cette retraite, pour que lui n'y joue qu'un rôle secondaire. Je ne me sens pas ferrée du tout pour enseigner ces notions. Pierre m'encourage et me pousse, et mon ami aussi... jusqu'à ce qu'on se retrouve au Mexique. Là, la dynamique change. (...) Je ne me sens pas prise au sérieux par les plus aguerris du groupe et je suis bien d'accord avec eux : je me demande vraiment ce que je fais là. Je suis en détresse intérieure. Je ne me sens pas cohérente d'enseigner dans ces conditions.

À un moment, Pierre me fait remarquer que je viens de vivre un avortement et que c'est normal que je sois troublée... je prends alors conscience de ma situation. Je suis émotionnellement instable, je me sens insécure, fragilisée : j'ai vécu tant d'épreuves rapidement, l'avortement m'a fait très mal à tous niveaux et l'attitude violente de mon ex m'éprouve profondément. À partir de ce moment, j'ai de la compassion pour moi-même et je me détache de la situation. Je me rends compte que dans cette retraite, je suis la seule femme enseignante de l'équipe (...) Mon ami dit même à un certain moment que pour lui, la seule voie spirituelle de la femme est d'avoir un enfant ! Je me sens bien seule, incomprise et loin de mes valeurs de sororité et spiritualité féminines. Je rêve

d'une sangha féminine et féministe. (**Les 40 jours et le 21 jours, Journal de recherche, 2018**)

À plusieurs reprises, je fais état ici d'un sentiment de séparation. Je parle de « solitude et de la difficulté de me sentir appartenir au groupe », alors que pourtant je suis entourée de gens. Cacioppo (2017) nous le rappelle ainsi : « *Être avec les autres ne veut pas dire que vous allez vous sentir reliés.* <sup>78</sup>» Que pourraient être les facteurs qui, dans cette situation, créent chez moi ce ressenti de séparation ? Je repère un manque d'estime de moi, un sentiment d'incompétence ( *Je ne me sens pas ferrée*) et de vulnérabilité ( *je me sens insécure, fragilisée*). Je dis que je ne me sens pas prise au sérieux, que je me demande ce que je fais là. On reconnaît bien ici la polarité *juges intérieurs* et *petite fille*. On peut également émettre l'hypothèse que j'avais un besoin d'auto-empathie pour ce qui m'habitait, tout en ressentant un besoin de contribution cohérente, de trouver ma juste place dans ce groupe.

Ce qui est certain, c'est que si j'applique ici le principe de contagion émotionnelle de Cacioppo (2017) aux émotions que je ressens et aux pensées qui m'habitent dans cet extrait, il ne serait pas surprenant que j'aie créé autour de moi à ce moment-là un sentiment d'induction de la solitude, contribuant à un cercle vicieux d'isolement. Selon Christophe André (2018), l'expérience de la solitude se présenterait dans les moments où l'on ne se sent pas soutenu-e par notre entourage ou que l'aide reçue ne nous convient pas. Il se demande si nos attentes trop élevées de la part d'une relation donnée, peut faire partie des sources de ce sentiment. Il est vrai que les attentes que j'ai envers mes relations, comme celles que j'ai autrefois pu avoir envers ma mère, contribuent souvent à me faire sentir séparée en fin de compte et que la solitude, en m'invitant à traverser l'ombre, m'amène à habiter mon intériorité plus profondément.

En second lieu, il faut mentionner que je suis dans une retraite de méditation dans laquelle j'alterne entre moments de grâce et retour dans le monde profane (Eliade, 1965).

---

<sup>78</sup> Traduction. Repéré à : <https://www.theatlantic.com/health/archive/2017/04/how-loneliness-begets-loneliness/521841/>

C'est le sentiment de distance entre ma capacité, en état de méditation, d'être détachée de mes émotions et pensées – dans une joie lumineuse, puis le choc de retomber après dans mes ressentis d'anxiété et de séparation, qui m'amènera à percevoir mes ombres. Estès apporte un éclairage intéressant sur cette dichotomie, qui approfondit mon étude sur l'ombre et me donne des réponses claires face à ce que je vivais alors. Elle écrit (1995, p.89) :

Lorsqu'on éclaire au maximum l'obscurité de la psyché, les ombres n'en paraissent que plus noires là où la lumière ne porte pas. (..) Il en résulte que lorsque nous illuminons une partie de la psyché, nous devons affronter une obscurité encore plus profonde.

Il va sans dire que cette expérience de traversée de l'ombre est une expérience transformatrice, dans laquelle nous n'avons d'autre choix que de nous adresser à ce qui nous rebute. Gauthier (2015) appelle conversion un choix d'embrasser le voie que nous offre une expérience transformatrice. Il reconnaît que ce processus ne se fait pas sans défis : « *la plupart du temps, la conversion, tout en ouvrant le sujet à une expérience d'intensification du sentiment d'exister, le plonge dans une sorte de perte de repères, qui fait qu'il peine à se reconnaître.* » (p.182). Il est intéressant pour moi de me rappeler ceci, alors que mes tendances naturelles sont de laisser mes parties *Juges* me reprocher de ne pas être à la hauteur de mes capacités spirituelles, ce qu'il semble que j'ai fait plutôt violemment, lors de cet épisode, jusqu'à la détresse intérieure.

Enfin, je souhaite me rappeler ici de comment je vis à ce moment, comme dans plusieurs moments de ma vie de nomade passionnée, une période de transition. Même si, sur le coup, je suis trop dans l'auto-jugement pour avoir du cœur pour ce que je vis, il reste que je viens de vivre plusieurs épreuves rapidement, juste avant cette retraite. Bridges (2006, p.85) nous parle de l'importance de conscientiser nos transitions. Il nous explique comment se déroulent les processus des transitions et nous parle d'une nécessaire « *zone neutre* », dans laquelle nous devons en premier lieu nous abandonner au vide, « *cesser de lutter pour s'en extraire* ». Le vide est essentiel selon lui, parce que le processus de transformation est un processus de mort/renaissance dans lequel la « *désintégration-réintégration* » est nécessaire

au changement. Ainsi, le vide permettrait de prendre un recul sur ces étapes et mieux vivre la transition.

Dans la situation précédente, j'étais donc en période de transition, vivant de l'anxiété/désarroi reliés à un avortement récent et un sentiment de séparation avec la communauté dans laquelle je me trouvais. Je vivais également des états élevés de conscience et de reliance au plus Grand et à la nature, dans une sorte de dichotomie esprit/émotions. Une fois l'ombre (Jung, 1971, Montbourquette, 1997, Whitmont, 1991) accueillie, une fois le choix de la conversion (Gauthier, 2015) réalisé, il émergera une certaine *intelligence pratique* dans le tissage de ces conditions réunies. Galvani (2016) définit cette *intelligence pratique* comme « *un savoir émergeant de l'interaction entre une personne singulière et une situation spécifique* » (p.149). Ces conditions seront le terreau dans lequel germera ma formation Rythmes (éventuellement devenue Rythmes Féminins), moment important de ma vie :

C'est sur une plage déserte du Mexique, sentant la présence des esprits, honorant mes ancêtres femmes qui ont marché le chemin, que je reçois la vision de Rythmes. Un cercle de femmes pour les aider elles aussi à marcher vers leur plein empuancement. Un chemin pour unir mes différentes voies spirituelles, dans la roue naturelle des cycles. Un espace de diffusion de mes recherches sur la Déesse-Mère, sur les sorcières, sur les rites de lunes. Une façon de me mettre au monde moi, dans tout ce que je suis, tout en aidant d'autres femmes à se mettre au monde ! La création d'une communauté de femmes qui comprennent et honorent tous leurs aspects, lunaires comme solaires, une sororité spirituelle féminine, pour travailler à la réémergence du féminin sacré sur la Terre ! (LeBlanc, 2012, p.35)

Je pourrais appeler ce moment un *kairos*. Pour Galvani (2015, p.166), « *les kairos sont des concentrés de sens, ils sont aussi les révélateurs du métier intime, ils sont enfin (...) des moments de silence mental où des nouvelles formes d'intuition peuvent naître.* » Ce moment de créativité est né comme un cadeau de traversée de l'ombre, tout de suite après un moment de désarroi. Je m'y sentais séparée d'une communauté que j'interprétais comme phallocratique, tout comme le reste de la société dans laquelle j'évoluais... et je rêvais d'une communauté féminine. Une phrase me frappe du précédent extrait : *Un cercle de femmes*

*pour les aider elles aussi à marcher vers leur plein empuissancement. S'il est vrai qu'en général, je me sentais déjà dans mon pouvoir de femme à cette époque, je ne l'étais pas du tout au moment où j'ai reçu cette vision. Au contraire, je me sentais vulnérable, séparée des autres et même démembrée :*

... je venais de subir une profonde séparation à l'intérieur de moi-même avec l'expérience de l'avortement : celle de la femme vs la mère, celle du corps qui veut garder l'enfant vs la tête qui ne veut pas, l'amoureuse éperdue-peu-importe-l'homme vs la femme libérée qui souhaite le meilleur pour sa vie...  
**(Démembrement, Journal de recherche, 2018)**

Comme si, avec cette vision remplie de promesses de ma contribution au monde, je retrouvais mon propre pouvoir, pour m'aider à retrouver mes morceaux suite à cette *profonde séparation à l'intérieur de moi-même*. Comme si je créais une œuvre à l'extérieur, en lien avec mon besoin d'appartenance, pour actualiser celle que je ne pouvais créer à l'intérieur. Ici, mon sentiment intense de séparation avec l'extérieur fait suite à un moment où je me sens séparée de moi-même. Le *je* dont je parle ici est probablement celui de mon âme, qui souffre de la division entre la tête et le corps et qui se retrouve donc séparée d'elle-même. Je suis comme la déesse démembrée Coyolxauhqui, la tête séparée du tronc, le tronc séparé de l'utérus, les membres séparés du centre... serait-il possible que je perçoive ainsi une séparation d'avec le monde extérieur lorsque je me sens moi-même morcelée ?



Figure 17 - Coyolxauhqui

Enfin, dans ce moment douloureux de séparation, je vois comment la voie de la création, de la mise au monde d'une vision qui m'était donnée suite à un appel de mon âme vers une communauté spirituelle féminine a constitué ma porte de sortie. Le fait de me sentir appartenir aux communautés spirituelles de femmes passées et à venir a créé de la force et de la stabilité en moi. Ainsi, l'appel vers l'écoféminisme spirituel a constitué une voie de reliance et donc d'appartenance pour la femme que j'étais à ce moment-là, comme il l'a fait bien des fois auparavant et par la suite.

Galvani (2016) parle de l'importance pour le praticien de conscientiser ses savoirs-en-action (Schön 1996), d'articuler « *la théorie incorporée qui structure l'expérience* » (Galvani, 2016, p.151), afin de pouvoir offrir sa singularité au monde. Quand j'ai eu la vision de Rythmes, je donnais des ateliers en lien avec le cycle menstruel et les plantes depuis quelques années déjà, mais à la suite du moment décrit plus haut, je lançais cette formation transdisciplinaire pour femmes dans laquelle j'unissais toutes mes médecines et je prenais soin de mes besoins de contribution, d'appartenance et de reliance avec les traditions spirituelles féminines. Inspirée par les retraites de méditation que j'avais vécues et à l'écoute de mon intuition, il m'a semblé que la combinaison de connaissances théoriques et d'expériences était une façon idéale d'y parvenir. L'intention de cette formation était de soutenir les femmes, incluant moi-même, vers ce que j'ai appelé à ce moment, *l'empuissancement* (traduction littérale du mot anglais empowering).

*L'empuissancement* signifie la transformation intérieure vers plus de puissance et de liberté d'être. Je choisis d'utiliser sciemment ce terme manquant dans notre vocabulaire français, au point où l'on emploie fréquemment le mot anglais « *empowerment* », même dans les publications scientifiques. *L'em-puissance-ment* constitue pour moi l'action de passer de la non-puissance à la puissance, donc de la mort à la vie, pour reprendre les termes d'Estès et de Bridges. Le em implique qu'il y avait un avant, le ment implique l'après. C'est donc un terme indiqué pour parler d'une transition effectuée vers plus de liberté d'être. Au moment où j'ai reçu cette vision, j'ai su intérieurement que ce que j'avais récolté comme connaissances, savoir-faire et savoir-être me permettrait d'offrir une formation qui servirait

ces intentions d'*empuissancement* personnel et collectif. Dans la figure qui suit, j'ai tenté de conceptualiser mon parcours de transformation, du sentiment de séparation à l'empuissancement.

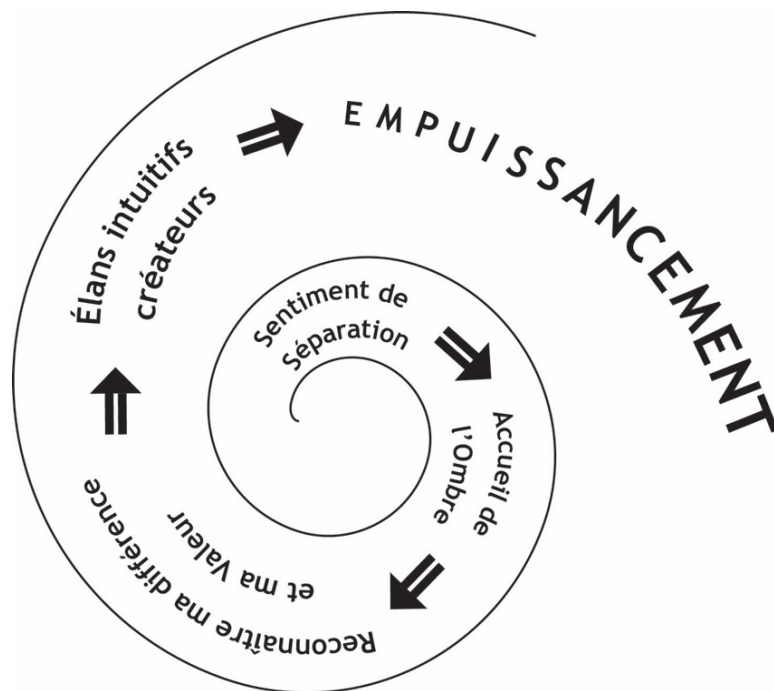


Figure 18 - Spirale du sentiment de séparation à l'Empuissancement

Né au cœur d'une tempête intérieure, Rythmes Féminins, qui a treize ans maintenant, se donne à divers endroits du Québec et en France depuis. Il semble vraiment se dessiner pour moi, dans cette recherche, une information importante en lien avec mes élans créateurs intuitifs : ils sont toujours porteurs. Ils m'aident à traverser les moments où je me sens séparée. Ils me permettent de m'appartenir moi-même et ce faisant, d'appartenir à la communauté. Mais pour les ressentir, il me faut traverser l'ombre, accueillir ce qui est vivant en moi et reconnaître ma singularité.

### 6.3.2 Redonner vie aux vieux os

Toujours dans cette idée de *l'empuissancement*, du passage de la mort à la Vie, un autre moment a attiré mon attention. Issu de ma démarche de recherche, ce récit fait état de mon passage à Maria, en Gaspésie. À ce moment, je vis dans une sorte de petite communauté estivale que nous avons créée avec deux couples d'amis. Cet été-là, nous vivons de peu, mangeons les légumes que nous cultivons, préparons la nourriture ensemble et bénissons nos repas. Je vais quelques fois faire des loges de sudation dans la communauté Mi'gmaq de Gesapediag.

#### **La loge de sudation**

Aussi appelée suerie, la loge de sudation est un sauna spirituel à l'ancienne, pratiqué par plusieurs peuples premiers des Amériques et d'ailleurs. En Amérique du Nord, il s'agit d'une hutte construite avec des jeunes arbres qui sera recouverte de couvertures ou de canevas (traditionnellement de peaux), au milieu de laquelle est creusé un trou, que l'on appelle parfois « l'utérus ». Dans le trou du centre, des pierres, que l'on appelle grands-pères ou grands-mères selon la tradition, seront chauffées par le feu jusqu'à ce qu'elles soient rouges. Le sol sur lequel les participant-e-s seront assis-e-s pourra être couvert ou non de sapin ou de cèdre. L'on déposera des herbes médicinales (cèdre, sauge blanche, copal, génévrier, foin d'odeur...) sur les pierres, puis l'on versera de l'eau, créant ainsi une vapeur thérapeutique. Il fait complètement noir à l'intérieur de la hutte, excepté les pierres rouges en son centre. La loge représente l'utérus de la mère-terre, et la matrice de laquelle nous sommes sortis. Ainsi, chaque loge représente l'opportunité de renaître à soi, à la vie, à toutes nos relations. Des variantes de cette cérémonie seront trouvées dans les diverses communautés autochtones des Amériques comme dans plusieurs autres premiers peuples du monde.



Jamais à ce moment-là ne m'effleurerait l'idée que j'ai des racines Mi'gmaq ! Je fais état dans le prochain extrait de deux moments importants de ma vie, celui de la réception de mon tambour et le hululement de la chouette.

Cet été-là, un ami vient jusqu'à Maria pour me porter un tambour qu'il a fabriqué lui-même, avec un homme Mi'gmaq qui vit dans son coin. Ce tambour deviendra non seulement un outil de médecine important pour moi, mais mon meilleur ami. Lorsque j'en joue, je trouve une voix que je ne connaissais pas de moi, différente de ma voix cristalline habituelle : une voix de ventre, qui chante des sonorités autochtones, ou ancestrales. L'automne qui suivra sera très éprouvant pour moi : je tombe enceinte de mon amoureux, qui refusera d'assumer l'enfant que nous avons pourtant désiré tous les deux. Je veux cet enfant plus que tout au monde... mais je me sens inquiète face à l'idée de l'élever toute seule, pour moi comme pour l'enfant. Je tiens à ma relation amoureuse et à mon compagnon. Pourtant, je vois bien que cette relation s'effrite dans cette épreuve difficile. Je me sens seule et perdue. Dans tous ces chamboulements, mon tambour restera un fidèle allié. Le fait de préparer le conte de la Loba - celle qui recrée de la vie avec la mort – avec mon tambour et mon chant, me donnera de la force (...). Une nuit douloureuse de doute, j'entendrai la chouette hululer tout proche de la yourte, derrière le mur du lit, juste derrière ma tête. Au même moment, j'entendrai en moi quelque chose qui dit : « *Ne t'en fais pas. Ton chemin pour l'instant c'est d'être une prêtresse et non une mère. Suis ton chemin de femme-médecine et un jour l'enfant viendra. Mais tu as du travail à faire sur la terre avant.* ». (Été à Maria, Journal de recherche, 2017)

Ces deux moments, la réception de mon tambour et le hululement de la chouette, sont deux autres *kairos*, des moments forts de ma vie. Je parle dans cet extrait d'un *automne éprouvant* et d'une *nuit douloureuse de doute*. Pour honorer la mère invisible en moi, il me semble important d'aborder ici brièvement mon lien face à la maternité, que j'ai décidé par souci de cohérence, de ne pas aborder en profondeur dans ce mémoire. Le chemin vers la maternité est un pan important et très initiatique de mon histoire de vie. Lors de ce moment décrit précédemment, je suis en grande souffrance en lien avec la perte d'une vie possible dans mon ventre, un enfant que j'avais voulu et espéré de tout mon être. Lorsque j'entends *ton chemin pour l'instant c'est d'être une prêtresse et non une mère* j'interprète cela comme un message de la chouette qui hulule, et cela constituera une bouée de sauvetage dans un moment profondément douloureux.

Comme j'écris plus tôt dans mon auto-ethnographie, je me suis identifiée à la chouette depuis que j'ai dix-huit ans, sentant que c'était mon totem, mon animal allié. D'ailleurs, depuis ce temps, j'entends la chouette à des moments particuliers de ma vie. Ainsi, le fait d'entendre quelque chose comme *Suis ton chemin de femme-médecine et un jour l'enfant viendra* m'a complètement rassurée, dissipant mes doutes et mes peurs. Comme le dit Kelen (2015, p.99) « *il y a un lien étroit, indissociable, entre le monde visible et l'univers invisible, entre la réalité matérielle que perçoivent les sens et le domaine surnaturel, métaphysique, auquel conduit la spéculation ou la contemplation* ». Cette dernière parle d'un dialogue permanent entre les deux mondes, exprimé à travers la nature : « *la Nature offre des traces, des signes, des reflets de multiples manifestations de Dieu, voire des preuves patentes de son existence.* ». Dans ce cas, il semble que la chouette ait été une de ces manifestations, qui a eu comme effet de me faire sentir en confiance, reliée, dans la grande trame du mystère.

Le fait que mon ami m'ait fait un tambour, qu'il ait fait la route des Laurentides jusqu'en Gaspésie pour me l'apporter, me semble aujourd'hui assez extraordinaire et inusité. Il me parle de combien, au fond, la reliance est quelque chose de mystérieux : même au creux de la Gaspésie, à l'Est du Québec, un homme du Nord vient me trouver pour me porter un présent. Si j'ai été très touchée et honorée sur le coup, aujourd'hui j'en ressens beaucoup d'émerveillement et de gratitude, à la fois pour mon ami et pour le mystère de la Vie. Un tambour est fait de peau d'animal, du bois d'un arbre et du savoir-faire attentionné d'un humain. Il représente le cœur de la Terre-Mère et portera la « médecine » de l'animal et de l'arbre desquels il est fait. Il *est* nature. J'écris que ce tambour deviendra *mon meilleur ami et un fidèle allié*. Un fidèle allié pour moi est celui qui est là dans tous les moments, heureux comme malheureux. Ainsi cet outil d'empuissancement, qui vient de la Terre, libère ma voix de ventre, me fait sentir reliée à elle et à mon pouvoir de femme et m'enracine, ce dont j'ai besoin pour ne pas me laisser emporter par les courants *éprouvants* dans lesquels *je me sens perdue*. Il n'est pas sans rappeler le tambour de la protagoniste du conte que je conterai alors, La Loba (Estès, 1995, p.47).

Cette dernière, la femme sauvage, chante pour ses vieux os, leur redonnant vie :

*Et les os se couvrent de chair.*  
*Et la chair se couvre de peau.*  
*Et la peau se couvre de poil*  
*Et le regard de l'animal s'allume.*  
**(Conte de La Loba, écrits poétiques, 2004)**

Ainsi, le tambour pourrait constituer un outil dans ma quête de reliance et d'appartenance. Tout comme la Voix, le Chant qui naîtra de ma rencontre avec lui : j'écris que lorsque je jouerai de ce tambour, je découvrirai une voix inconnue à ce jour pour moi, une voix de ventre aux sonorités ancestrales. Pour Estès (1995, p.50) « Chanter, c'est se servir de la voix de l'âme ». Avec le tambour et le chant, il y a aussi le conte qui nourrit mon âme... le fait de lire et relire et nommer les mots de cette histoire initiatique m'a certainement aidée à transformer la mort en vie, à faire de l'alchimie. Estès (p.53) parlera de la « *Rio Abajo Rio* », la rivière sous la rivière, constituée de pratiques qui nourrissent l'âme. Dans cet extrait, le tambour et le chant qui l'accompagne, donnant chair au conte de la Loba, seraient cette « *Rio Abajo Rio* ».

Ici, le tambour, le chant et la pratique du conte ont nourri mon âme, me permettant de m'ouvrir aux messages de mon alliée la chouette et de retourner mon énergie vers l'intérieur, ce qui m'a donné beaucoup de force pour passer à travers un moment de transition. Ce n'est pas anodin que le conte en question soit celui de La Loba, qui transforme la mort en vie.

### **6.3.3 Solitude féconde et assumance de mon identité**

Lors du prochain moment examiné, j'avais un besoin personnel d'entrer dans ma loge de sudation (je définis cette pratique plus haut). J'ai donc lancé une invitation à tous mes contacts susceptibles d'être intéressés par la cérémonie, la première que je faisais sur le territoire dans lequel j'avais déménagé l'été d'avant. Je n'ai reçu presque aucune réponse à part deux réponses négatives, ce qui m'avait laissé sur un malaise par rapport à mon sentiment d'appartenance dans la communauté. J'ai choisi de ne pas entretenir ce malaise et

de faire une loge tout de même, en partie seule et en partie avec mon conjoint gardien de feu, car j'en avais besoin pour ma propre vie. Cette loge me permettra d'achever un processus de guérison en lien avec une fausse-couche que j'ai fait cinq mois auparavant. L'entretien, qui m'a permis d'intégrer d'une façon surprenante mon vécu dans cette cérémonie, porte sur un moment en solo dans cette dernière.

**Loge de sudation 1, extrait du verbatim d'entretien d'explicitation, 2016)**

A : ... J'trempe le bol de bois dans la chaudière, pis j'mets l'eau sur les pierres, c'pas facile parce que le bol y est petit pis, ça m' brûle un peu. Pis je vois rien, donc euh j'essaie de sentir euh... où j'mets l'eau tsé comme... si j'me rends à... haa... (chuchoté)... (rire grandissant) ha ha ha ha ha !!

B : Qu'est-ce qui se passe ?

A : Je sais pas, ça me donne une joie de... je sais pas, je suis comme joyeuse là, de sentir où est-ce qu'elles sont les pierres, j'éclabousse personne, j'éclabousse personne, je n'ai personne à me soucier, je suis toute seule puis je m'en fous si moi je m'éclabousse, je suis la seule à être éclaboussée et je suis la seule à avoir des brûlures mais je n'ai pas à gérer les autres là... je suis juste bien d'être comme toute seule dans le sweat à faire ça... j'ai de l'émerveillement là quand je réalise ça. (...)

B : Tu mets de l'eau sur les pierres... est-ce que tu fais autre chose ?

A : Ouais. Ouais, j'prends mon tambour pis j'me mets à chanter. (Mime avec ses deux mains jouer du tambour) je chante... je chante une langue inventée en fait, j'me mets à... à laisser aller les sons qui viennent pis eum... pis ça devient comme une espèce de prière, de lamentation euh... pis j'parle en... tsé en langue inventée pis... j'me mets finalement à pleurer pis à crier... pis en même temps y a comme un méta-regard, j'chuis émerveillée comme de... parce que... oui c'est ça chuis émerveillée de... de pouvoir me laisser aller comme ça toute seule parce que

juste avant, j'me disais j's'rai pas capable euh tsé chuis juste en train d'penser aux choses techniques, genre euh... j'sens pas la présence des esprits pis... chuis comme trop dans... pis là finalement j' suis en train d'faire ce chant-là pis là chuis comme... ah c'est cool finalement là j'sens vraiment une connexion, chuis reliée là tsé... à moi-même pis à... ce qui m'entoure... j'finis d'chanter pis j'pose mon tambour pis j'entends le son du feu qui crépite à l'extérieur.

B : Comment tu sais que t'es en connexion ?

A : (Silence) C'est vraiment euh... parce que je... chuis juste dans le faire... chuis juste dans l'acte de jouer du tambour puis de chanter pis les émotions viennent pis y a comme... le mental est plus dans l'chemin... chuis juste en train d'faire l'action (silence)... chuis toute investie dans mon action, c'est comme si tout mon corps était investi... dans l'action tsé c'est... (silence)

B : L'action de chanter...

A : L'action d'chanter pis de pleurer pis de... (se met à chanter, avec les gestes de jouer du tambour) Yaweyaaa eyaaaa aayaya... pis tsé ça... ça sort (voix qui tremble) pis j'ai l'impression d'faire une prière pis de raconter mon histoire par rapport à Ulysse tsé pis euh... (pleure) de parler aux étoiles !

B : Qu'est-ce qui se passe en ce moment ?

A : Chu comme touchée parce que... c'est comme si j'me fais mon rituel toute seule par rapport à Ulysse... (silence)... pis j'ai un peu d'colère par rapport à... à la Vie pis euh pis de.. je l'exprime comme si j'étais comme... d'la tristesse... j'me donne la possibilité de l'vivre toute seule dans mon espace sacré... (silence) toute seule... Ahaahahaahahahaaha !!!! (grand éclat de rire, qui continue)  
Hahahahaaa !

B : Qu'est-ce qui t'a fait rire ?

A : Ben... c'est... en fait j'ris comme... une libération... j'ai l'impression... pour l'instant, j'avais juste goûter...

Dans ce moment présenté, la solitude semble jouer un rôle important dans ma capacité de présence à ce qui est dans l'instant. En effet, on peut lire dans l'entretien d'explicitation que je réalise à quel point je suis contente de vivre la solitude, de n'avoir pas à prendre soin des autres, juste de moi : *je suis juste bien d'être comme toute seule dans le sweat à faire ça*, à quel point c'est ajusté pour moi, finalement, de vivre ce rituel en solo, afin que je puisse en retirer pleinement les bénéfices. Cela me fait penser à la vision de Christophe André (2018, p.44) qui propose de voir la solitude comme féconde, étant « *une voie d'accès à la vie intérieure et à la connaissance de soi* ». D'ailleurs, pendant l'entretien d'explicitation, j'ai l'impression d'avoir intégré encore plus profondément ma joie d'être seule. Cela s'est transformé en immense joie dans mon plexus, une sensation extatique, qui m'a fait éclater de rire : *en fait j'ris comme... une libération...* Cette solitude, même si elle n'est pas choisie au départ, je la vis finalement comme un cadeau précieux, une façon « *d'entrer en amitié avec soi-même* », pour utiliser les mots de Pema Chödrön (2000), qui me relie à la Présence. En fait, je constate que la liberté que me donnait le fait d'être seule dans la loge a été très apprenante. N'avoir qu'à prendre soin de moi était libérateur. Comme si l'Esprit m'avait apporté un cadeau, de par la non-réponse de ma communauté à l'invitation de cette loge, pour me permettre de la vivre en solo. Et seule, je me suis sentie reliée, jusqu'aux étoiles. Ce moment me rappelle toutes les portes que j'ai crues fermées, au cours de ma vie, qui m'amenaient plutôt à diriger mon attention vers d'autres portes qui s'étaient ouvertes. Ainsi, de croire en l'intelligence mystérieuse de la Vie et de porter attention aux récoltes que peuvent receler des situations en apparence négatives me semblent aussi des voies de sagesse à écouter.

C'est intéressant que l'on m'ait posé la question de comment tu le sais que tu es en connexion, puisque ça me permet de comprendre à quel point je suis, à ce moment-là, dans la présence attentive et totale à ce que je fais et à ce qui se donne. Le fait d'être dans la Présence, m'amène dans un état de transe qui me permet de libérer ma blessure restante de

la fausse-couche que j'ai vécue, quelques mois auparavant. Ici, il serait pertinent de penser que ce qui favorise la Présence soit le lien avec les éléments : le feu, la terre, l'eau, la vapeur, lien rendu encore plus puissant du fait d'être dans un espace sacré, protégé, au cœur de mon territoire, en sécurité. Le fait d'être dans le noir, en relation avec les éléments, en nature, dans un espace cérémonial, me permet de me relier à moi-même, à mon intériorité, même avec la présence de mes pensées qui vont et viennent. Je retrouve cet état de Présence lorsque je suis en lien avec les éléments, en lien avec la beauté du monde. C'est dans cette reliance avec la Terre que je sens la reliance avec le Tout : quand je contemple les feuilles dans le vent, le vol des oiseaux. Lorsque j'analyse mon auto-ethnographie, je réalise que la Terre m'a sauvée bien des fois, qui m'a ramenée dans la vie lors de la mort de mes proches... c'est la Terre qui me guide. Il m'apparaît ainsi que le terme *éco* de l'écoféminisme prend racine dans ma relation profonde que j'ai avec la nature. Dans cet état de Présence, je deviens cette « conscience par laquelle je connais l'univers » et par laquelle « l'univers me connaît dans mon ipséité », comme l'écrit Jean-Yves Leloup (2015, p. 129).

J'amène l'interprétation de ces données dans une autre direction, celle de l'identité. En lisant et relisant cet entretien en liaison avec l'extrait précédent intitulé « *Redonner vie aux vieux os* », je prends conscience de comment le chant et le tambour se sont intégrés dans ma vie depuis cet épisode de la chouette, faisant maintenant partie de mes pratiques personnelles, spirituelles et psychosociales. Cela me ramène à un questionnement qui m'habite depuis le début de cette recherche : *Comment nommer qui je suis et ce que fais ? Suis-je une femme-médecine (est-ce éthique) ? Comment est-ce que je réagis lorsque je suis appelée ainsi par les personnes de mes communautés ? Et pour terminer : est-ce que mes pratiques spirituelles nuisent à mon intégration sociale, dans des communautés non-initiées à ces pratiques ?* Cela me fait revisiter les paroles de Joséphine Bacon, Donald Parent et grand-mère Francine, qui s'amusaient un peu de mon questionnement éthique et existentiel autour du terme « femme-médecine », me disant que cette *femme-médecine* était à l'intérieur de moi et dans mes pratiques, que je le souhaite ou pas. Joséphine Bacon me disait :

Dans la vie, il y a des choses qui nous appellent. Et ces choses qui nous appellent, c'est parce qu'on est dû pour les faire. C'est accepter de les faire sans tout analyser.

Parfois les gens analysent trop et ça diminue ce qu'ils auraient fait. (...) Moi je dis qu'on est tous des humains d'abord. Chaque nation a sa force et ses faiblesses, peu importe la couleur du cercle. Moi je pense on a chacun notre force et puis on est tellement un peuple ancien, les humains, qu'au départ on avait tous les mêmes forces et les mêmes faiblesses, et puis that's it...<sup>79</sup>

Grand-mère Francine, quant à elle, a abondé dans le même sens lorsqu'elle m'a dit que souvent, l'on sait qui on est à l'intérieur, mais on n'ose pas le dire, par peur du jugement. Selon elle, mon questionnement parle de questions identitaires et d'*assumance* de qui je suis, dans toutes mes facettes. Elle dira : « À un moment donné faut arrêter d'avoir peur des jugements. Faut dire : ok. C'est ça que je suis, pis c'est ça ! Peu importe ce que les gens vont dire, moi je sais qui je suis. »<sup>80</sup>

Il me vient ici la prise de conscience que malgré mon besoin d'appartenance, il me faut veiller sur l'*assumance* de ma singularité. Peu importe comment l'on me définit ou je me perçois moi-même, je sais que ce qui, en moi, veut plus que tout appartenir, aura tendance par moments à nier des parts d'elle-même, pour répondre aux injonctions des *juges introjectés*. Non seulement cela ne marche jamais puisqu'il semble que ma singularité se lit sur mon visage, mais cela vient probablement créer du « *bruit* » dans mes relations. Encore une fois, il s'agira d'écouter mes élans créateurs intuitifs et de faire confiance en l'intelligence de la Vie pour marcher une vie perlée de moments alternés entre solitude féconde et reliance aux autres, toujours en relation profonde avec moi-même et l'invisible.

#### **6.4 J'APPARTIENS : CE QUI ME FAIT SENTIR RELIÉE**

Pour terminer cette triade Séparation-Transformation-Appartenance, j'examine des moments dans lesquels je me sens appartenir à la communauté, pour tenter de percevoir de quoi ils sont faits. Nous verrons un moment d'assistantat auprès d'une chargée de cours à l'UQAR puis un moment dans mon collectif écoféministe Les Tisserandes.

---

<sup>79</sup> Entretien avec Joséphine Bacon, Hôtel Rimouski, 2019.

<sup>80</sup> Entretien avec grand-mère Francine, 2019.



### 6.4.1 Renouveau et contribution : je suis le groupe

En deuxième année de maîtrise, je proposerai mon aide à madame Monyse Briand, alors chargée de cours au baccalauréat en communication relations humaines à l'UQAR. Cette expérience d'assistantat d'enseignement m'a permis de passer deux années formidables avec un groupe d'étudiant-e-s, dans les cours Atelier d'Intégration 1 et 2. Cet extrait relate la dernière journée de ma première année comme assistante dans ce cours.

Je suis dans une classe de l'UQAR, le K-440. C'est le jour, en fin d'après-midi, il fait gris dehors. Je suis avec les étudiant-e-s du groupe de première année du Baccalauréat en psychosociologie, dans leur cours d'Intégration. J'assiste Monyse pour la dernière journée de l'année de ce cours. (...) Puis je lis le Kasàlà que j'ai écrit à travers l'après-midi, pour clôturer notre année ensemble, au groupe. (...) Je tente de respirer, de prendre des pauses, de sentir mes pieds sur le sol, ce qui calme un peu ma fébrilité. Quand j'arrive à : « Je suis le groupe », ça m'est plus facile et je suis capable d'habiter mon texte. J'ai plus confiance en moi. Je regarde tout le groupe, sans poser mon regard sur personne en particulier et ma lecture est plus facile. Puis je le termine en présence, bien ancrée et je m'assois. Le groupe m'applaudit, me remercie. Puis C me dit, Sarah-Maria, j'ai une question : « est-ce que tu vas continuer à assister Monyse dans le groupe intégration ? » (...) S dit : « Ben oui, c'est pas parce qu'on a une marraine de notre groupe qu'on peut pas en avoir deux ! » Le groupe opine de la tête en souriant et quelques personnes disent : « ben oui, c'est vrai ! ». Je sens mon corps se détendre et mon cœur fondre... je lui dis : « Ooh ! Je suis touchée ! » Intérieurement, je me sens satisfaite, fière d'avoir traversé ma timidité. À ce moment, pendant qu'on remet la classe en ordre, je me sens remplie de gratitude pour Monyse qui me permet de vivre cette expérience et la Vie qui m'amène sur des chemins que je n'aurais pas pensé emprunter. J'ai le sentiment d'ensemencer le Bac d'un peu de ma médecine et aussi de trouver d'autres voies d'intégration de toutes ces années d'animation. (**Je suis le groupe, Récits phénoménologiques, 2017**)

Dans ce récit, je fais en premier lieu le constat de plusieurs verbes exprimant de la nervosité : j'utilise les mots *adrénaline* et *fébrilité* et je dis que *je tente de respirer* ou que j'ai *plus* confiance en moi, suggérant que j'étais auparavant un peu timide. En effet, cette situation d'assistantat et même de co-formation vécue dans l'année, dans un cadre universitaire, mixte, s'est révélée nouvelle et ce moment de lecture d'un Kasàlà pour chacun-e des membres du groupe est en quelque sorte un rituel de passage, pour moi comme pour eux probablement. L'on peut aussi se rappeler de ma découverte sur un stress profond qui

m'habite. Puis, je note que mon corps se détend, que mon cœur fond, que je suis touchée, satisfaite et même fière, lorsque j'entends de par leurs mots, que les étudiant-e-s ont apprécié ma contribution et souhaitent ma présence pour l'année qui suit. Je constate à quel point la contribution, la participation à ce qui se passe sont importantes dans mon sentiment d'appartenance à une communauté, cette fois-ci la psychosociologie de Rimouski. Je retrouve ici la pensée de Guilbert (2005, p.9) abordée dans mon univers conceptuel, pour qui

le sentiment d'appartenance d'un individu à une collectivité se développe de pair avec la capacité qu'il a de pouvoir exprimer ses besoins, ses attentes, ses suggestions et le sentiment d'être reconnu dans la contribution qu'il peut apporter quelque chose à cette société.

C'est comme si, lorsque je peux contribuer avec justesse à ce qui est à l'œuvre dans une communauté, je me sens tout à coup faire partie de cette communauté. Dans le cas étudié, j'utilise le Kasàlà, « *poème-récit, cérémoniel* » (Kabuta, 2015, p.12), présenté dans mon chapitre méthodologique, dont voici un extrait.

*Je suis le groupe de première année du Bac  
En Communication/Relations Humaines  
Je suis né au cœur d'un deuil d'un des fondateurs de mon programme  
On dit de moi que je suis un beau groupe, que dis-je,  
Un magnifique et surprenant groupe  
Je suis en fait, une œuvre d'art,  
Je suis un éléphant !  
C'est au cœur d'une crise que j'apprends à me parler  
Je suis une métaphore  
Je suis une situation dehors  
Qui est une situation dedans  
Je suis un groupe artiste, je suis un groupe poète,  
Je manie les mots, je parle avec mon cœur  
Je suis la promesse et le pardon.  
Je suis un ami des vagues  
J'apprends à apprivoiser les vagues (...)  
Je suis une forêt.  
Je suis des bouleaux, des érables, des aulnes, des cèdres  
Je suis des canards, un ours, des maisons,  
Je suis une forêt habitée*

*Je suis des cercles de fin, des zones neutres, des nouveaux départs,  
 Je suis Transition habitée, je suis complicité,  
 Je suis singularité assumée  
 Je suis une bouée d'amarrage dans l'océan de la vie (...)  
 Je suis le groupe, notre groupe.  
 Un groupe qui se fait écho  
 Un groupe qui est là, ensemble  
 Je suis une histoire... notre histoire !*

*Kasàlà d'Intégration, 2017, Écrits poétiques*

Le Kasàlà, tout en honorant les héros et héroïnes de la salle de classe pour leurs traversées respectives (Gauthier, 2015) me permet de me renouveler, autant dans mon rapport à l'écriture qu'en ma qualité de formatrice. Comme l'écrit Gauthier (2015, p.277), « *la pratique du kasàlà constitue un médium à la fois pédagogique et poétique d'une force incontestable* ». Ainsi, je me renouvelle autant dans le contexte (UQAR) que dans la façon (le Kasàlà). Je propose ainsi que le renouvellement, en agissant comme maïeutique de soi, puisse être une autre façon de tisser des liens de reliance et d'appartenance, puisqu'il ne réfère pas à d'anciennes façons d'être, de penser et d'agir.

Je constate ici à quel point la contribution permet de me sentir appartenir, ce qui éclaire l'observation selon laquelle il m'est plus facile de relationner avec les humains dans une posture professionnelle. Cependant, le fait de découvrir l'apport du renouvellement, au cœur de mes pratiques relationnelles, me donne une prise pour me relier aux autres dans les moments où je me sens séparée.

#### **6.4.2 Maïeutique de la lenteur**

*Seule la lenteur permet d'être à la  
 hauteur des choses et dans le rythme du  
 monde  
 David Le Breton, 2012*

Dans mes objectifs, je voulais comprendre de quoi était fait mon lien à la nature et comment je pouvais m'en inspirer dans mes liens avec les humains, dans ma quête

d'appartenance. Dans mes données en lien avec cette dernière, tout comme dans celles en lien avec mes relations, un résultat est apparu à de nombreuses reprises : la lenteur. En effet, il semble que j'aie besoin de muscler une pratique de la lenteur dans mes relations aux autres, pratique qui m'est pourtant familière dans ma relation à la nature ou dans des moments de reliance au Grand Mystère. Ainsi, non seulement je peux vivre par moments de l'impulsivité qui m'amène à m'autosaboter dans mon lien à moi-même et avec les autres, mais je suis également impatiente. Impatiente de créer des nouveaux liens, intolérante au temps que peuvent prendre les gens pour accomplir des actions, ou impatiente en général... moi qui dénonce l'hypermodernité et son exigence de rapidité, je peux devenir par moments une despote de cette rapidité ! Ainsi, j'écrirai dans mon journal de recherche :

La lenteur, en fait la maïeutique de la lenteur, c'est pour moi-même, c'est moi-même qui a besoin de lenteur. J'ai besoin de lenteur pour faire les choses. **(Maïeutique de la lenteur, Journal de recherche, 2016)**

La maïeutique est un terme qui nous vient de Socrate, dont la mère était une sage-femme, et il parle de l'art de faire accoucher l'autre de lui-même. Le terme est utilisé aujourd'hui autant en philosophie, en psychologie qu'en psychosociologie et parle du processus de transformation d'une personne (Galvani, 2004, p.100). Lorsqu'on parle de maïeutique de soi, on parle d'accoucher de soi-même (Lavoie, 2014, p.2). Lorsque je parle de maïeutique de la lenteur, je parle de savoir apprivoiser la lenteur comme une pratique de Présence. Pour donner chair à cette révélation, nous verrons ici la grâce d'un moment de lenteur au cœur du spectacle «Je suis la Terre», de notre collectif écoféministe Les Tisserandes. J'aimerais en premier lieu introduire la lectrice/le lecteur à ce collectif :

Les Tisserandes est un collectif de création écoféministe qui organise à chaque année, à l'occasion de la Journée Internationale de la Femme, un spectacle multidisciplinaire (...) Parallèlement, nous étions préoccupées face à la destruction par l'humain de son propre habitat, entraînant dans sa course la mort de milliers d'espèces de tous les règnes à chaque année. Nous étions également concernées par la situation des femmes dans le monde, les rapports d'oppression, les violences sexuelles et de non-consentement en tous genres, l'effritement des liens entre les individus et les communautés et les inégalités entre l'homme et la femme. Il nous semblait impossible de demeurer insensibles face à ces réalités, et pourtant nous nous sentions impuissantes devant tant de défis de notre époque. Ainsi, la création

du spectacle des Tisserandes pour la Journée Internationale de la Femme à Sutton, a constitué une voie de passage pour unir à la fois nos besoins de création et d'expression artistique et nos besoins de contribution au monde... (LeBlanc et Blanchet, 2018)

Avec Rythmes Féminins, le collectif les Tisserandes est la deuxième grande réalisation de ma vie, à la différence que cette réalisation est une co-crédation. Dix ans à co-créditer, à vivre plusieurs processus de groupe et à produire des spectacles de qualité, qui impliquent la communauté et transforment le monde une personne à la fois, en commençant par nous. J'ai choisi ici de livrer un extrait de récit phénoménologique concernant le côté plus spirituel de notre engagement, quoi qu'il puisse se décliner en des teintes humoristiques, dramatiques ou politiques. Bien ancré dans l'écoféminisme spirituel, cet extrait raconte mon vécu dans « *la Cérémonie de l'Eau* », lors du spectacle « *Je suis la Terre* » (2017).

Je suis sur la scène, j'avance avec la cruche d'eau sur la tête, c'est le début de la Cérémonie de l'Eau. Je marche lentement en regardant devant moi, mes mains posées sur la céramique fraîche du pot d'eau. Je sens chacun de mes pas, je sens la grâce m'habiter. J'ai l'impression de marcher du fond des âges, de m'approprier à reproduire des gestes que je connais intimement depuis toujours, de faire partie d'une grande et ancestrale communauté féminine sacrée. (...) Patricienne prend mon deuxième pied avec douceur et le met lentement dans le bassin. Je prends conscience que j'ai manqué de présence pour le premier pied. Puis elle me lave les pieds, très lentement. Je sens de la présence et de la tendresse dans ses mains. Je suis profondément touchée. Je sens les deux autres femmes autour de moi, leurs mains sur mes épaules. (...) Arrivée dans la loge, je réalise (...) que j'ai besoin d'accueillir seule ce que je viens de vivre avec la cérémonie de l'eau, alors je me recroqueville dans un coin et je pleure. Je sens les larmes qui me traversent en soubresauts, en spasmes. Ça fait du bien, je ne sais pas ce que je pleure mais je sens que ça me nettoie, que je dois continuer, que quelque chose de plus grand que moi passe à travers moi... (**Cérémonie de l'Eau, Récits phénoménologiques, 2016**)

Dans cet extrait, j'ai vécu avec intensité, reliance et Présence la Cérémonie de l'Eau, malgré qu'elle ait été au cœur d'un spectacle. Je me suis sentie en appartenance à la fois à mes collègues et sœurs de cœur Tisserandes, à une grande communauté ancestrale féminine ainsi qu'à la communauté de Sutton, présente comme spectatrice silencieuse et attentive, vibrant au même diapason que nous. Ici, les pleurs sont vécus comme des bénédictions, des guérisons de quelque chose qui m'échappe et me dépasse. Le fait d'être en performance sur

une scène joue un rôle important dans mon sentiment de reliance. La scène a toujours été un espace sécuritaire pour moi, tout comme l'enseignement ou le travail rituel, espaces dans lesquels je me sens reconnue et en confiance, ce qui contribue certainement au sentiment d'appartenance. Brais (1999, p.128) nous dit que « *La création, comme la thérapie, transite par l'expression pour tenter d'accéder à la représentation symbolique qui permet la libération et l'émergence de formes nouvelles* ». Ce dernier nous explique que Winnicott (1975) voyait l'acte de création comme une piste de renouvellement face à l'angoisse de séparation.

Je remarque à un moment que j'ai manqué de présence pour quelques secondes, laissant entrevoir au final ma qualité de Présence générale. Qu'est-ce qui favorise la Présence, dans ce contexte ? En plus du fait de la performance en soi, de la contribution, de la nature (l'eau) et de l'intention de sacré déjà posée, il semble que la lenteur soit un élément de réponse important. En effet, l'on peut lire le mot lentement revenir trois fois. Comme je l'écrivais précédemment, la lenteur est revenue souvent dans mes données au cours de cette recherche, m'amenant à prendre conscience de l'importance de la lenteur dans mon processus de reliance à moi-même et à l'invisible, mais aussi aux autres. Dans mon désir d'observer la nature et voir comment m'en inspirer, j'ai pu constater à quel point la Terre est lente, rythmique, dans sa façon d'être. Les animaux peuvent être rapides mais ils vivent eux aussi dans une temporalité beaucoup plus lente. Les végétaux ont un cycle très lent, de la graine à la fleur... certaines plantes de notre forêt Laurentienne comme la Clintonie Boréale, prennent douze ans à faire leur première fleur (Leboeuf, 2007) ! Les minéraux expriment bien la lenteur de la Terre : les nodules de manganèse, par exemple, croissent d'un peu moins d'un centimètre à chaque million d'année (Bonnati, E. et Rammohanroy Nayudu Y., 1965). C'est une croissance d'une temporalité différente de la nôtre, qui nous renseigne sur les différents rythmes de notre si précieuse planète... ainsi, la Terre bouge, évolue, lentement.

En observant ma pratique à la lumière de ces informations, j'ai pu constater à quel point ma vie manquait de cette lenteur, de cette patience, de cette rythmicité. Cela me fait sourire de constater cela, alors qu'une de mes plus grandes réalisations de vie s'appelle

Rythmes Féminins et que j'écrivais dans *Sagesse et Pouvoirs du Cycle Féminin* (2017, p.66) : « *peut-être avons-nous oublié que la lenteur, elle aussi, guérit ?* »

## **6.5 CREER DE LA STRUCTURE : SYSTEMATISATION**

Ce chapitre présente les résultats de ma démarche de recherche en lien avec ma question et mes objectifs de recherche, confirmant ou éclairant ceux qui s'étaient donnés dans mon auto-ethnographie. J'ai voulu commencer par y présenter une systématisation, dans l'intention de faire du sens avec les apprentissages faits en relation avec moi-même. Quels sont les principaux résultats de toute cette recherche ? Y aurait-il un processus qui me permettrait d'être et d'agir de façon à favoriser le sentiment d'appartenance et l'appartenance dans les communautés et le monde ? Car si la recherche transforme la praticienne-réflexive de l'intérieur, il reste qu'il nous faut trouver des façons de récolter les fruits du labeur et de savoir planter leurs graines pour que continue le cycle de fertilité de la vie. Gauthier (2015), parle ainsi de l'importance de « *fidéliser* » les expériences, prises de consciences, apprentissages afin qu'elles puissent s'intégrer dans notre vie : « *Parfois, malgré la puissance de la révélation, l'étape du choix s'opère difficilement, car la fidélisation demande forcément une transgression des anciennes fidélités* » (Gauthier, 2015, p.311).

### **6.5.1 Mes apprentissages**

Dans cette intention de fidélisation, j'ai commencé par créer une simple liste de ces apprentissages : ce que j'ai appris de nouveau - soit les révélations, mais également les choses sur lesquelles j'ai pris conscience que je pouvais m'appuyer pour ma vie, ce qui était aussi en soi une révélation, une intégration révélatrice en quelque sorte. En faisant cette liste, j'ai eu l'impression de faire les premiers pas vers la fidélisation de mes apprentissages. J'ai ensuite tenté de répondre à mes sous-questions du début de ce chapitre avec les révélations de cette liste, que j'ai placées dans le tableau qui suit :

<b>Pourquoi vouloir appartenir ?</b>	Histoire de mes ancêtres, grands-parents, parents	Pour me sentir en sécurité	Pour être unis dans cette période hypermoderne déshumanisante	Parce que je connais le sentiment de faire partie	Lorsque je me sens séparée à l'intérieur (dehors est dedans)
<b>Conditions qui facilitent ma reliance en communauté</b>	Contribution	Célébration sacrée partagée	Suivre mes élans créateurs	Acceptation de la lenteur et des rythmes	Honorer ma singularité
<b>Conditions qui me font sentir séparée</b>	Hyper-vigilance anxiété profonde	Auto-jugement	Auto-sabotage	Manque de présence, de bienveillance	Identification à des parts de moi blessées
<b>Comment entretenir en moi le sentiment d'appartenance</b>	Présence à soi, au territoire, à l'invisible	Lenteur	Pratiques réflexives : discerner le transgénérationnel, les réalités sociales passées et présentes et mon histoire de vie	Solitude féconde	Désidentification et autonomisation : rapatriement de mes morceaux
<b>Comment nourrir mes liens en dehors du cadre professionnel</b>	Suivre mes élans créateurs intuitifs	Être ouverte à l'émergence	Faire confiance à l'intelligence de la Vie	Accepter la lenteur dans mes relations	Accepter les singularités de chacun-e

Figure 19 - Tableau intégrateur de mes apprentissages

La première ligne de ce tableau présente la compréhension de ce qui m'amène à chercher l'appartenance. Le transgénérationnel y est évoqué, ainsi que les besoins de sécurité d'une enfant qui a tenté de se construire quand tout s'effondrait autour d'elle. On y lit aussi l'impact de l'hypermodernité, qui crée manifestement ce sentiment pour bon nombre d'entre nous et le fait que je connais pourtant bien ce sentiment profond d'appartenance à une communauté. Le dernier résultat est sans doute le plus important, le rappel du fait que ce qui est dehors est dedans : la séparation ressentie est avant tout intérieure. Ensuite, on voit en deuxième ligne les conditions dans lesquelles je me sens appartenir. Si certaines conditions sont extérieures comme la contribution et le partage d'une célébration sacrée, les autres parlent de stratégies issues d'un positionnement intérieur qui me permettent de me relier aux communautés. J'ai également recensé les conditions qui me font sentir séparée et comment les transformer en entretenant à l'intérieur de moi ce sentiment d'appartenance. Enfin,



puisqu'il m'est beaucoup plus facile de me relier et de nourrir les liens relationnels à l'intérieur du cadre professionnel, il m'a semblé important de créer une catégorie à part entière dans le tableau qui me servirait de rappel lorsque nécessaire.

### **6.5.2 Roue de médecine et intégration**

*Tout gravite vers le centre d'une invisible spirale que tendent à rejoindre nos pas, nos gestes, et jusqu'à la moindre des sensations que nous éprouvons.  
Hélène Dorion*

Dans un désir de rester cohérente avec mes besoins de sens et de synthèse, j'ai ensuite classé mes apprentissages selon où ils se trouvaient dans la roue de médecine. Cette dernière est une grille de référence dans ma façon de percevoir mes cycles de vie en accordance avec ceux de la Terre. La vision de la vie et de nos processus comme un cercle est présente dans les spiritualités centrées sur la Terre et dans tous les chemins spirituels que j'ai empruntés. Dans la Wicca, c'est la roue des saisons, ou la roue de l'année, dans laquelle se trouvent à la fois les directions, les éléments et les fêtes saisonnières. (Pearson, 2003, Duckett, 2010). Dans le bouddhisme tibétain, ce sera sous forme de mandala, dans lequel il y a aussi des directions et des éléments (Wangyal, 2002). Cela n'est pas surprenant si l'on pense au syncrétisme qui s'est fait entre le chamanisme himalayen et le bouddhisme, particulièrement le bouddhisme Bön et Rnyingma (Gibson, 1997). Le cercle, les quatre directions et les éléments font partie de la spiritualité autochtone et la roue de médecine fait maintenant partie intégrante de la vision de plusieurs nations. Toutes ces roues ont en commun une vision des rythmes de la Terre et de la Vie, du lever du soleil à la nuit, de la naissance à la mort, en accordance avec les quatre éléments : l'air, le feu, la terre et l'eau. (Lavallée, 2008, Garrett & Garrett, 1994, Gespe'gewa'gi Mi'gnawei Mawiowi, 2018).

La roue de médecine telle que je l'ai apprise peut nous servir de grille de classification et d'intégration des acquis de cette recherche. Dans cette dernière, l'Est représente le lever du soleil, la naissance et l'enfance, le printemps, le début des choses et le mental. Le Sud représente le soleil à son zénith, l'été, l'âge adulte, la célébration, le relationnel et le corps, la mise au monde de la famille et/ou de projets. L'Ouest sera le coucher de soleil, l'automne, l'âge entre la parentalité et la sagesse, la grotte ou les eaux profondes : l'introspection, la transformation, mais aussi les récoltes, les accomplissements. C'est souvent le lieu de l'émotionnel. Le Nord sera le domaine de la sagesse, de la mort, des ancêtres, de la nuit, de l'hiver, de la zone neutre. C'est souvent dans le Nord que l'on intègre les enseignements des autres directions. C'est le lieu de l'Esprit.

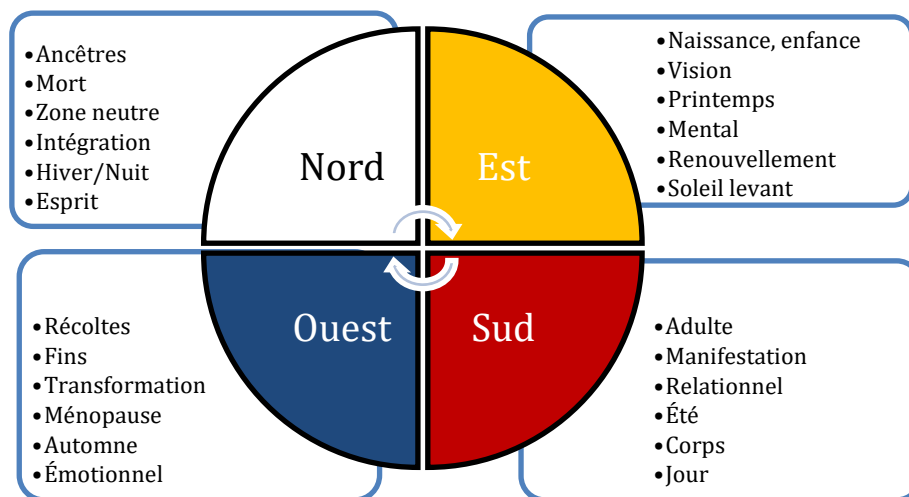


Figure 20 - Roue de médecine, entre la roue Lakota et la roue Mexica

C'est à partir de cette grille qu'il m'a semblé naturel de classer les apprentissages de ma recherche. Voici, à la page suivante, un schéma intégrateur de ces derniers.

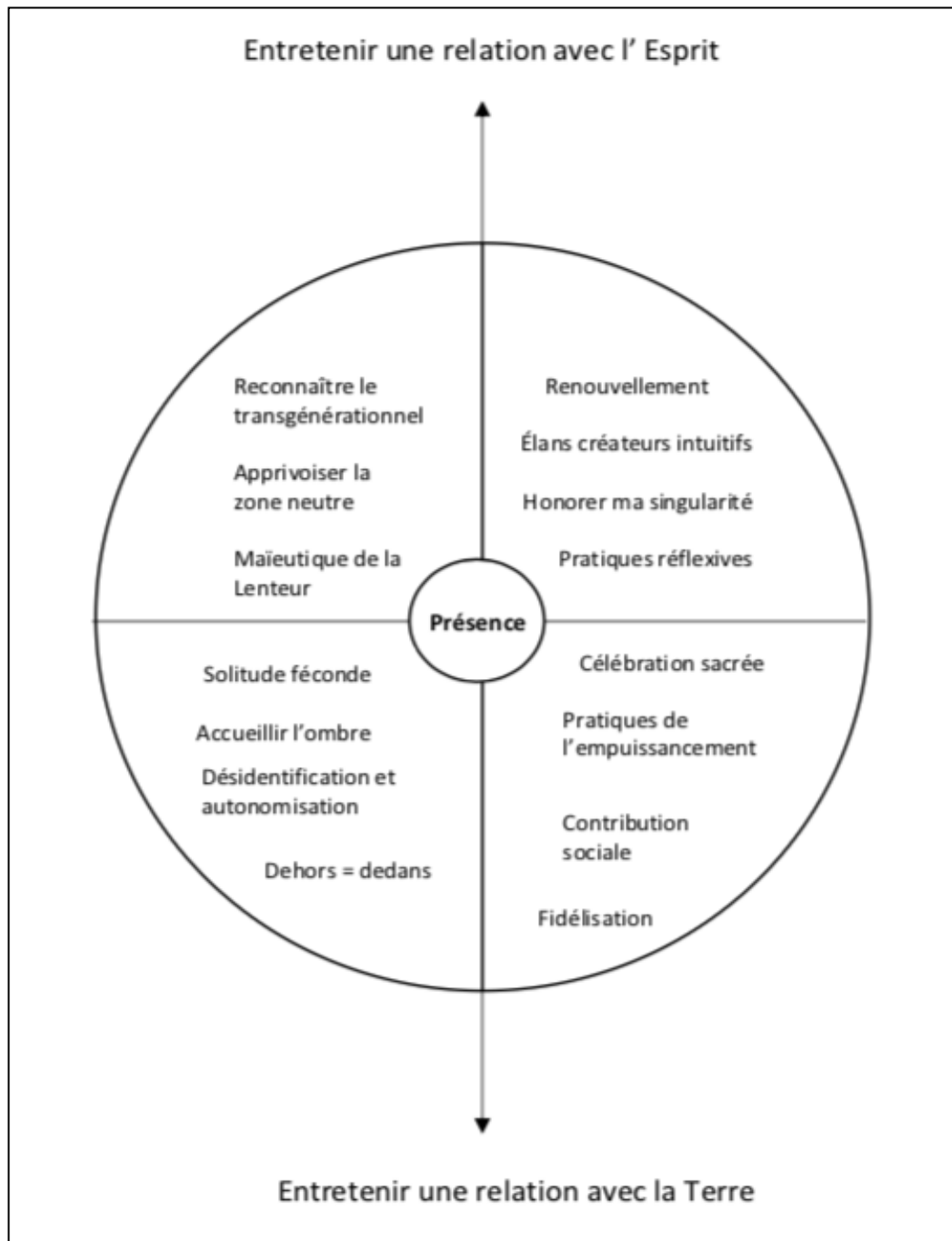


Figure 21 - Roue de médecine intégrative

Les deux flèches, entretenir une relation avec l'Esprit et entretenir une relation avec la Terre, ainsi que le cercle dans le milieu de la roue avec la Présence, sont les trois directions finales de la roue : le Ciel, la Terre et le Centre. Cette roue est donc en fait en deux dimensions, reliant notre horizontalité à notre verticalité.

### **6.5.3 Coyolxauhqui : un tissage de moi-même, en reliance avec l'autre**

Cette recherche m'aura permis de me réapproprier entièrement ma quête d'appartenance en rapatriant les morceaux de ma propre vie et de l'histoire de ceux et celles qui ont marché avant moi. Comme si je devais m'appartenir en premier lieu avant de vouloir appartenir à quelque chose à l'extérieur de moi. Pour ce faire, il a fallu que je tisse des liens entre mes membres séparés, comme la déesse Coyolxauhqui : ces tissages se sont créés lentement, avec les éléments qui sont apparus dans mon analyse. Ces éléments sont, avant tout, tissés de fil de bienveillance envers moi-même ainsi que pour l'expérience singulière des autres. L'adolescente que j'ai été a connu des moments très durs qui auraient certainement pu me faire basculer dans beaucoup plus de détresse encore et qui ont certainement contribué à ma façon d'être au monde. De la même façon, je ne connais pas le vécu des gens et je souhaite me rappeler d'avoir du cœur pour l'expérience singulière de chacun et chacune lorsque je suis en relation. Au sortir de cette recherche, je souhaite dépersonnaliser les groupes que je côtoie d'identités projetées qui ont tout à voir avec ma propre histoire et celle de mes parents et ancêtres mais peu à voir avec la réalité, pour ainsi focaliser mon énergie sur la relation directe avec les individus qui composent le groupe, et ce seulement lorsque je sens une résonance, une réciprocité et une curiosité pour ma singularité.

Tout au long de mon processus de maîtrise et d'écriture, une image de Coyolxauhqui était dans mon bureau, sur le mur derrière moi, veillant à ce que je n'oublie pas d'intégrer, de rapatrier, d'unifier. Il m'a ainsi semblé logique d'unifier ce qui avait été séparé : tisser des liens entre les membres et le tronc du corps. C'est dans cette optique que j'ai créé cette image de Coyolxauhqui, ornée de tissages réunificateurs de ce sur quoi je dois veiller pour

me sentir reliée et en appartenance, que j'ai placée au centre du cycle de la spirale de l'empuissancement. Ainsi, lorsque je me sens séparée, cette spirale me permet d'accueillir ce qui est là, d'honorer mon parcours et ma singularité en reconnaissant ma différence. Il me faut pour emprunter la spirale de l'empuissancement, tourner mon regard vers l'intérieur, comme dans le conte du début. C'est de cette façon que je pourrai utiliser les voies de passage que sont ces tissages, ce qui me permettra de laisser émerger mes élans intuitifs créateurs et de m'empuissancer, afin de me relier aux autres et de nourrir en moi mon sentiment d'appartenance.

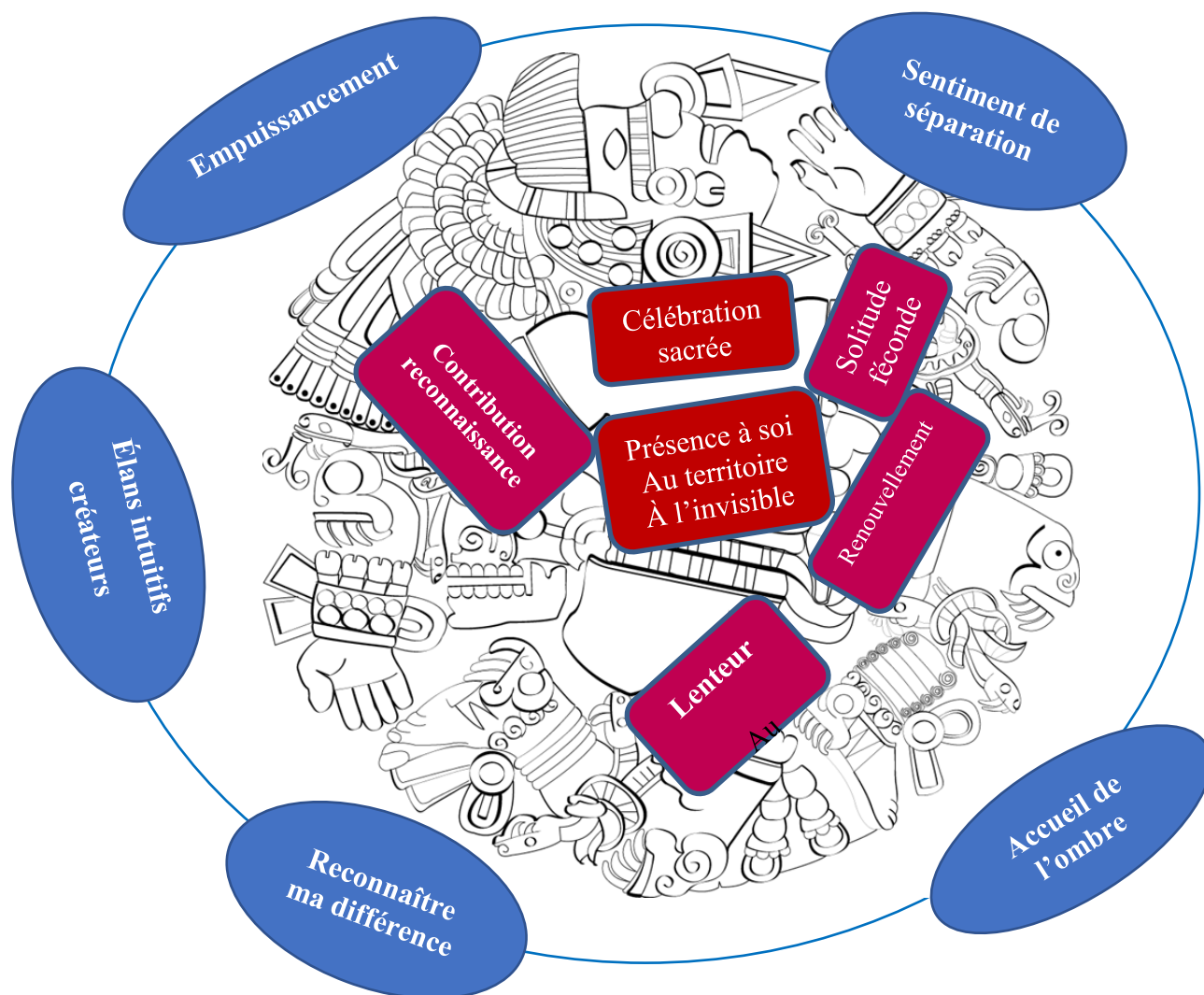


Figure 22 - L'unification de Coyolxauhqui

Au bout de cette systématisation, il m'a semblé opportun d'effectuer une relecture du conte poétique de Coyolxauhqui (p.4) en introduction de ce mémoire. D'une façon intuitive et non-réfléchie, au milieu de mon parcours d'étudiante à la maîtrise, j'ai senti que la légende de cette déesse portait des perles de sagesse pour mon propre processus. Inspirée par une approche plus féministe de ce conte, je l'ai ainsi revisité par l'écriture avant d'écrire mon auto-ethnographie. Il me paraît aujourd'hui saisissant de voir les liens évidents entre mon expérience vécue et l'histoire de Coyolxauhqui. Ce texte parle d'un lien particulier entre une fille et sa mère. Le conte le dit bien, ce n'est pas la fille qui a tué sa mère : c'est le monde des hommes. À première vue, il semble raconter mon ressenti troublé face au décès de la mienne, à savoir le sentiment de culpabilité face à sa mort. Il parle également de la prise de conscience de l'impact d'un paradigme phallogratique sur le vécu sensible de cette dernière. En effet, si « le monde des hommes » n'a pas « tué ma mère », disons franchement que la culture patriarcale fait partie des facteurs qui sont co-responsables de cette dépression lente qui l'a amenée à choisir le « thanatos » au lieu de « l'eros ».

Une lecture au second degré de ce conte poétique nous amène à poser le regard vers l'impact du monde patriarcal sur la Terre mais aussi l'éveil et l'empuissancement des femmes. Quand Coyolxauhqui déclame *c'est le monde des hommes qui a tué ma mère*, elle parle de l'impact du patriarcat, du capitalisme et de l'hypermodernité sur notre planète, la Terre-Mère. Lorsqu'elle fait mention de sa stèle retrouvée (déterrée en 1978 dans les ruines du centre-ville de Mexico) et des femmes qui recommencent à *danser sous la lune*, elle parle de toutes ces initiatives de femmes partout sur la Terre, qui s'éveillent au sacré de leurs corps et à la protection de leurs territoires. La danse de la lune, de la tradition *mechica*<sup>81</sup> à laquelle j'appartiens, en est un bel exemple, créant un tissage entre traditions ancestrales et intention d'empuissancement des femmes à notre époque moderne. On parle ici d'écoféminisme spirituel et je suis fière d'appartenir à ce mouvement planétaire qui me semble être l'une des voies puissantes pour transformer radicalement le monde avant qu'il ne soit trop tard.

---

<sup>81</sup> Culture aztèque

Ceci dit, en approfondissant l'étude de ce conte, nous avons accès à une symbolique puissante présente dans plusieurs légendes ancestrales, qui parlent de démembrement et de rapatriement. Pensons par exemple au mythe d'Osiris, qui sera découpé en plusieurs morceaux par son frère Seth et rapatrié par son épouse Isis, ou à la Loba, conte important de ma vie dont j'ai fait mention précédemment. Cette femme sage cueille les vieux os, reconstitue des squelettes de loup et leur redonne vie. Cette symbolique de la reconstitution me parle pour plusieurs raisons. En premier lieu, d'une façon mystérieuse, un rapatriement bien réel de mon passé s'est effectué tout au long de mon processus de maîtrise. En effet, des boîtes contenant des traces de mon passé et celui de mes parents, que j'avais stockées ici et là au fil de mes pérégrinations nomades à travers le Québec, ont surgi de toutes parts. C'était comme si l'on s'était passé le mot, à des kilomètres de distance et depuis toutes les directions, de me redonner ce qui m'appartenait (et traînait chez eux), jusqu'à un coffre contenant tous mes journaux intimes jusqu'à ma mi-vingtaine.

J'ai également eu l'impression tout au long de cette recherche de recoller intérieurement des morceaux de ma vie et de la vie de ceux et celles qui m'ont précédée, de rapatrier des co-identités ou parts de moi. J'ai pu constater ce même re-tissage dans mes relations, entre les acquis et construits issus du transgénérationnel et de mon expérience de vie et des nouvelles façons de faire et d'être au monde.





## CONCLUSION GÉNÉRALE

*J'en suis venue à croire que chaque personne naît avec une partie du koan du monde à résoudre. Avec une douleur à apaiser. Une lumière à faire jaillir des ténèbres.*

*Suzanne Boisvert, 2016*

Avant de commencer cette recherche, je constatais que malgré mes nombreuses marches vers le dépassement de mon enjeu d'appartenance, la morsure de la séparation était encore à vif par moments. Je me demandais : de quoi sont faits mon sentiment de séparation et celui d'appartenance ? Quels sont les contextes dans lesquels je me sens appartenir ? Je me questionnais également sur la façon dont le vécu de mes ancêtres, le contexte dans lequel j'ai grandi ainsi que la société dans laquelle je m'inscris, influençaient mon rapport à l'appartenance. Cherchant à mettre en lumière ce qui me soutenait dans mes chemins de traverse, je voulais explorer les rôles que mon lien au territoire et mon engagement dans l'écoféminisme spirituel avaient joué dans cette quête de reliance et d'appartenance. Mon intention était d'aborder mon sentiment de séparation avec les humains sans entrer dans une analyse trop psychologisante, chose que j'avais déjà tentée à de nombreuses reprises.

Je voudrais témoigner pour clore cette démarche de recherche que j'ai trouvé dans ce processus des réponses à mes questions, ainsi que des pistes de renouvellement. Replacer les choses dans leur contexte m'a réellement permis d'éviter les sillons déjà trop creusés de l'auto-analyse et de me désidentifier de mes enjeux. J'ai pu réaliser que je n'étais pas seule à sentir ce besoin d'appartenance, qu'il était l'expression d'une réalité humaine vécue en cette époque hypermoderne. J'ai compris avec fascination à quel point les différents fils de

ceux et celles qui ont marché avant nous peuvent avoir un impact sur notre propre vie. En lisant mon auto-ethnographie, je vois dans la vie de mes parents, un portrait d'originalité – voire même de marginalité, de métissage (ou de créolisation), ainsi que la répétition d'une sorte de dualité singularité vs appartenance. Cette dualité se perçoit dans l'immigration de mes deux grands-parents paternels d'origine différente dans une ville inconnue dont ils ne parlent pas la langue, ma grand-mère maternelle qui avait des aspirations qui dépassaient le chemin traditionnellement tracé pour elle, ma mère qui se sentait différente de sa famille et qui se lance en politique ( alors que c'est un monde d'hommes à cette époque) , choisissant de donner naissance à une fille alors qu'elle siège à l'Assemblée Nationale, mon père anglophone indépendantiste et *mouton noir*, mes parents qui ont vingt-cinq ans de différence... plusieurs indices de choix à contre-courants des époques dans lesquels mes parents et grands-parents ont évolué. Je viens de gens qui étaient différents des autres, qui ont fait des choix qui tranchaient avec ceux de leurs lignées et parfois ceux de la pensée dominante de leurs époques. Je viens aussi d'ancêtres qui ont vécu plusieurs souffrances en lien avec la colonisation et la pensée euro-centriste, que ce soit les Juifs, les Acadiens ou les Mi'gmaq. Je vois se reproduire dans ma vie d'enfant et d'adolescente cette dualité singularité vs appartenance à l'école primaire et secondaire et même au cœur de certaines micro-communautés.

Ainsi, j'aimerais rappeler la confirmation de mon hypothèse que l'exploration de mes lignées ancestrales m'a permis de faire : que mon enjeu d'appartenance me dépasse, qu'il prend racine dans l'expérience de mes ancêtres qui ont connu l'exclusion, la déportation et les mauvais traitements entre autres, et probablement dans celle de mes parents, dont ma mère qui a payé cher son besoin d'intégrité. J'ai également réalisé, au cours de cette recherche, à quel point mon existence de petite fille unique choyée au centre de l'attention des adultes, a pu avoir un impact dans la difficulté à tisser des liens par la suite et dans le sentiment d'étrangeté que je ressentais auprès des enfants et des groupes. Je vois ensuite, à quel point ma recherche de clan m'a guidée, à partir de l'adolescence, à appartenir à différents groupes, familles et communautés et comment ces groupes ont été importants dans la construction de mon identité et de ma sécurité. En ce sens, je vois comment le sentiment

d'être reconnue dans ma singularité et de pouvoir contribuer à partir d'elle a fait la différence dans ces groupes. Je vois aussi comment il m'est important pour me relier en profondeur à un groupe donné, de partager des espaces de célébration sacrée. J'ai pu voir se dessiner mon engagement dans l'écoféminisme spirituel et comment celui-ci, de par tous les cercles, collectifs et groupes de femmes dans lesquels j'ai appartenu, a constitué et constitue encore un espace d'appartenance sécuritaire et cohérent avec mes valeurs. Résultat inattendu, j'ai pris conscience de l'importance de l'appartenance au territoire, notion qui m'était auparavant étrangère. En ce sens, si les multiples déménagements ne m'ont certainement pas aidé à me sentir « faire partie de », les Iles de la Madeleine ont constitué mon territoire d'appartenance, lieu d'ancrage et de sécurité.

J'ai ressenti un certain soulagement à faire des recherches et écrire sur la vie de mes ancêtres et de mes parents, comme si mon sentiment de gratitude envers eux, mon désir d'honorer leurs existences et – en ce qui concerne mes parents spécifiquement, de refermer la boucle de nos relations terminées abruptement – pouvaient s'accomplir. J'ai ce sentiment d'avoir intégré leurs vies à l'intérieur de mon être avec beaucoup de cœur pour leurs chemins, tout comme pour le mien que j'ai appris à voir autrement, comme si j'en captais maintenant toute l'intensité.

Au cours de mon parcours de maîtrise, plusieurs chemins se sont ouverts pour moi. En premier lieu, étant invitée dans des « *Festivals du Féminin* », j'ai commencé à offrir mes formations et consultations en France. Lors de ces expériences professionnelles, j'ai réalisé que je me renouvelais comme praticienne, adaptant mes pratiques aux besoins des participantes ou clientes. Cela est encore en apprivoisement, mais je me rappelle d'une journée de consultation dans laquelle j'ai enfin réussi à unir la clinicienne à la femme-médecine, ne faisant que piger dans ma besace de médecines, selon le besoin de la femme présente. Cette situation, dans laquelle c'est la cliente qui m'amène à sortir de mon rôle de clinicienne pour explorer des espaces plus intuitifs, s'est reproduite récemment à Rimouski. J'ai l'intention de garder une veille sur ces nouvelles façons de faire de l'accompagnement

individuel et je sens le besoin de les fidéliser (Gauthier, 2015) pour qu'elles puissent vraiment s'enraciner.

Lorsque je me suis engagée dans cette recherche, les formateurs et formatrices nous parlaient de la force de ce processus de recherche-formation dans la mesure où, en plus de participer à la production de la connaissance, elle contribue à la transformation des praticiennes au service du renouvellement des pratiques. Je constate que j'ai senti, au fur et à mesure du processus, un appel de plus en plus clair vers l'enseignement aux études supérieures. Je songe à continuer les études vers le doctorat et à continuer à nourrir la recherche. Je me sens prête maintenant à offrir aux jeunes, hommes et femmes, les fruits du chemin que j'ai marché, avec l'espoir de rencontrer un milieu institutionnel qui reconnaîtrait le précieux de ma différence.

Au début de mon parcours, j'étais également curieuse ce qu'il adviendrait de ma formation Rythmes Féminins, qui semblait plutôt vers la fin de son existence. Pourtant, dans la dernière année, cette formation a pris un nouveau souffle. De façon plutôt intuitive, j'ai commencé une démarche avec une amie « coach » en entrepreneuriat, puis refait mon logo pour qu'il représente qui j'étais devenue, ce qui a généré un mouvement de renouveau. Peu à peu, une transformation s'est effectuée naturellement en moi et je ne vis plus de la même façon le fait de devoir vendre mes services, me surprenant à aimer faire des publications, du graphisme, du travail sur mon site web et ainsi de suite, ce qui m'était un fardeau auparavant.

Continuant à suivre mon instinct, j'ai décidé que le temps était venu de transmettre mes connaissances et de permettre à mon « ado » *Rythmes Féminins* de treize ans de voler de ses propres ailes. J'ai ainsi lancé une formation en ligne pour les femmes qui souhaiteraient devenir formatrices et au moment où j'écris ces lignes, je suis en train de terminer l'enseignement en ligne du cursus de formation 2019 et les femmes pourront commencer à enseigner dans quelques mois. Cette formation est au-delà de mes espérances : chaque cours est un délice, pour moi comme pour toutes, selon leurs dires. J'adore monter des cahiers de notes de cours, j'adore faire des rétroactions sur les travaux, j'aime tout ! Je vois comment ma formation en psychosociologie et l'assistantat de plusieurs groupes au baccalauréat en

psychosociologie m'ont donné des outils pédagogiques qui se sont intégrés tout naturellement. Je sens que *Rythmes Féminins* est sur une nouvelle lancée et fera des petits un peu partout au Québec, dans différents milieux. Je suis capable de voir à cette étape de ma démarche combien la praticienne que je suis a pu évoluer et renouveler de manière importante ses multiples pratiques.

Pour ce qui est de mes pratiques relationnelles, je crois avoir renouvelé mes liens avec mes familles respectives, maternelles et paternelles. Au niveau maternel, le fait d'entrer profondément dans mon histoire a certainement secoué quelques éléments qui étaient cachés dans notre inconscient familial comme des formes de secrets de famille que nous protégeons tous presque inconsciemment. Cependant, cela m'a permis d'entrer en relation avec ma famille nucléaire adoptive comme avec la famille élargie à partir d'un espace plus conscient et autonome. Quant à ma famille paternelle, après quelques petites crises dans lesquelles j'ai pu mesurer l'intensité du sang italien qui coule dans nos veines, j'ai le sentiment que des liens se tissent tout doucement, jusqu'à une belle-cousine de la lignée de l'ancien mariage de mon grand-père Louis Bantey, alors qu'il était David Berger. Comme un cadeau de l'Esprit de la fin de mon mémoire, j'ai créé des ponts avec Jason Benwah, le chef de la nation de mes ancêtres Benoit, qui vivent à Terre-Neuve. Ce dernier m'a cordialement invitée à aller les visiter lorsque j'en aurai l'occasion, ce qui me touche profondément. Quant à mes relations d'amitiés et mes communautés d'appartenance, si plusieurs relations ont quelques fois été ébranlées durant l'écriture de ce mémoire, les relations les plus profondes se sont solidifiées et quelque chose en moi vit différemment mon rapport aux autres, avec plus de sérénité et beaucoup moins d'attentes. De réaliser que je ressentais le sentiment de séparation lorsque je me sentais séparée de moi-même m'a conduit à remettre au cœur de ma vie des pratiques qui favorisent la Présence, la reliance à mon être profond et la relation entre mes co-identités. Je constate que je ressens beaucoup moins douloureusement la morsure de la séparation, lorsque la solitude se présente.

Enfin, au fur et à mesure que ma recherche avançait, j'ai intégré mon identité de femme-médecine, en ayant du cœur pour mes enjeux identitaires. Comme le dit grand-mère

Francine : *« la reprise de l'identité, c'est bien difficile. C'est difficile à plusieurs niveaux, c'est difficile moralement, spirituellement et aussi politiquement »*. À mesure que mon intégration se faisait, il m'est apparu clair que je n'utiliserais pourtant pas ce terme dans le titre de mon mémoire. Je sais qui je suis et avant toute chose, je suis une femme de terre.

Rondeau et Paillé (2016) expriment ainsi l'impact de la recherche qualitative sur le praticien ou la praticienne :

Bien souvent, c'est le « rapport à la chose même », comme on le dit en phénoménologie, qui s'est transformé. Rapport à soi, à son corps, à ses états d'âme, à ses pensées, à ses valeurs, à ses convictions, à son agir personnel et professionnel, à son idéal. Rapport à l'autre, à la différence, à la relation, à la confiance, à la présence, à un groupe d'appartenance. Rapport au monde, au savoir, à la profession, à la collectivité. Au cours de ce travail, quelque chose est sorti de l'ignorance, s'est éveillé, s'est interrogé, s'est recyclé, s'est enraciné, s'est peaufiné. Quelque chose s'est élevé à la conscience. (Rondeau et Paillé, 2016, p.10)

## **LIMITES DE LA RECHERCHE**

En premier lieu, la plus grande limite que j'ai rencontrée au cours de cette recherche était celle du traitement de mes nombreuses données. J'ai voulu à la fois explorer la voie de l'auto-ethnographie et celle de l'analyse de mes pratiques actuelles, ce qui m'a menée à travailler sur deux pistes à la fois : l'une à partir de mon passé et l'autre à partir de mon présent. Tout au long du parcours, j'ai bien vu comment ma gourmandise de chercheuse m'amenait dans toutes les directions, me donnant un surplus de travail et une difficulté à synthétiser mon corpus. Ceci a entraîné un mémoire beaucoup plus long que nature, malgré les nombreux émondements que j'y ai apportés. Au niveau des données ethnographiques, le temps m'a manqué pour approfondir certains aspects qui auraient nécessité plus de recherches. À titre d'exemple, les données concernant la vie publique de mon père étaient moins accessibles que celles concernant ma mère, m'amenant à faire des deuils au niveau de l'équité de ces dernières dans ce mémoire. À un niveau plus personnel, vu l'angle de la recherche, j'ai dû faire des choix et renoncer à examiner en profondeur mon chemin de maternité au cœur de cette recherche. Peut-être y aurais-je trouvé d'autres pistes en lien avec l'exploration du sentiment d'appartenance, mais il me semblait avoir déjà trop de données. Enfin, dans ce type de recherche à la première personne d'inspiration autobiographique, la démarche reste exploratoire et les résultats ne sont pas généralisables. Ils servent plutôt à formuler un certain nombre d'hypothèses que d'autres recherches pourraient travailler à infirmer ou confirmer.

## OUVERTURES

Dans mon parcours, c'est la rencontre entre différentes cultures qui a tissé un chemin de résilience et *d'empuissancement*. Il me semble qu'avec les défis que vit l'humanité, qu'ils soient humains ou environnementaux, d'étudier les impacts des rencontres des différentes cultures non seulement ethniques ou géographiques mais également sociales, serait une voie fertile. Ainsi, Glissant (2014) parle de mettre en lien l'identité-racine, celle d'où l'on vient, et de l'identité-relation ou l'identité-rhizome, celle née de la rencontre. De cette façon, on honore la singularité de chacun-e et on s'ouvre également à se laisser altérer par la rencontre. C'est ce qu'il tente à mon sens de proposer, lorsqu'il distingue le multiculturalisme ou le métissage de la créolisation, qui serait un « *mélange des cultures diverses qui retentissent et réagissent les unes sur les autres* <sup>82</sup> ». Dans mon cas, je me sens appelée à étudier dans la future cette créolisation dans la rencontre entre cultures euro-centrées et autochtones.

Plus consciente de ma propre expérience au bout de ce mémoire, j'aimerais également pouvoir contribuer à la recherche sur les réalités des mères invisibles, ces femmes qui ont vécu des fausses-couches ou des décès prématurés de leur bébé ou enfant et même celles qui ont choisi l'interruption de grossesse mais qui vivent douloureusement le deuil de la perte.

En dernier lieu, je songe à continuer mes recherches sur l'écoformation, l'écosychologie, l'écoféminisme et les spiritualités centrées sur la terre, pour nourrir ces champs de recherche qui, il me semble, sont importants en ce qui concerne notre survie et celle de tous les êtres vivants.

---

<sup>82</sup> Dawley, E. (2014, 7 septembre). *Edouard Glissant 1 La créolisation. Extrait d'un entretien diffusé sur France 24 en 2009. [vidéo]*. Récupéré de : <https://www.youtube.com/watch?v=zBPNvQwlGgA>



## ÉPILOGUE

Femme de sang  
Femme de sang je suis  
Je cherche mon appartenance  
Parce que j'appartiens à la Terre  
Je marche vers elle  
En chacune de mes routes  
Mes racines  
Mon errance  
Mes exils et mes retours  
Je remonte le cours  
Des ruisseaux de mon enfance  
Je marche sur les pierres  
De mes ancêtres  
D'Europe et de cette Terre  
Je suis femme d'humus et de cèdres  
De grandes eaux salées et de fouets qui piquent

Je suis femme sauvage  
Sauvage  
Je suis  
Née d'ancêtres Mi'gmaq et d'Acadie  
Née d'ancêtres Juifs et d'Italie  
Descendante d'une lignée de fortes femmes  
Fille du rêve partagé  
D'un grand pays à créer  
Fille d'intenses ruptures  
Celles qui laissent des blessures  
Résiliente guerrière  
Je suis encore ici  
Je connais la mort  
Je la connais de près  
Je connais le froid de la peau et le vide de l'effroi  
Mais je connais aussi la Vie !  
Je sais cueillir l'eau de la rivière au cœur de l'hiver  
Je sais le crépitement du feu qui nous réchauffe en dedans  
Je sais l'émerveillement des printemps  
Les trilles, les tussilages et les quatre-temps  
Je sais les étés chauds aux rires partagés  
J'ai goûté à l'extase des chants de reliance  
Je connais dans le cercle la profondeur du silence

Femme-médecine-en-chemin  
Coyolxauhqui-la-réunifiée  
Je retisse en dedans ce qui était séparé  
Je perle doucement un wampum de conscience  
Je tresse des paniers de mémoires retrouvées  
Et pour me rappeler qui-je-suis  
Je recollecte les bouts de mes multiples vies

Je crée en moi  
Un grand havre de joie  
Pour apaiser les peurs vives  
De ces parts exilées  
  
Et quand monte le doute  
Quand mon cœur se glace  
Quand tout en moi crie : SURVIE !  
Et que mon corps se braque

Alors  
Je prends ma plume de faucon pèlerin  
Celle tout à côté de la chouette rayée  
Et je respire  
Et je prie  
J'entre à tout petits pas dans ce qui est là  
Je bois l'eau, j'offre le tabac  
Je respire encore et je reste là

J'accepte cette éternelle quête

Vers le haut et le bas

Spirale itérative interminable

En moi et au-delà

Et je dis :

Bienvenue Ombre, bienvenue à toi !

Traverse-moi, que j'apprenne

L'appartenance à soi

Que je ressorte lavée du souffle de l'Esprit

Que je puisse cueillir les perles de sa rosée

Comme le fait au matin la toile de l'araignée

Femme de terre

Femme de terre, je suis

J'appartiens à la Terre

J'appartiens à ses êtres

Je m'appartiens

Alors je suis

La multi-appartenante !

La Femme créolisée !

Je suis Coyolxauhqui-la-réunifiée !

Araignée-tisserande

Je me retisse je me relie

Je suis curieuse de toi  
Apprends-moi à t'aimer  
Moi aussi je t'apprendrai  
Qui je suis et ce que je sais  
Des conciles sacrés  
De tout ce qui vit en moi  
Entre la Sage et l'Infante  
Les Amazones et les Bacchantes  
De la Visionnaire à la Mère  
Il y a tant de dialogues à créer  
  
Peut-être qu'il n'est pas trop tard  
Peut-être  
Peut-être est-il encore temps de semer  
Et parce qu'il reste des terres fertiles  
Il y aura des grains à récolter  
Des plantes à transformer    des cœurs à masser  
Il y aura des myriades de liens à réparer  
Et mes sœurs les étoiles  
Ensemenceront les terreaux de nos rêves



## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

ABRIC, J. (2003). De l'importance des représentations sociales dans les problèmes de l'exclusion sociale. Dans Jean-Claude Abric éd., *Exclusion sociale, insertion et prévention* (pp. 11-19). Toulouse, France: ERES.

AKOUN, A. (1995). Modernité et post-modernité. *Sociétés*, (48), 147-149.

ALDRED, L. (2000). Plastic Shamans and Astroturf Sun Dances: New Age Commercialization of Native American Spirituality. *The American Indian Quarterly* 24(3), 329-352.

ALEKSIC, K. (2017). La théâtralisation d'une lutte «écoféministe». *Multitudes*, (2), 57-65.

ANADÓN, M., & Guillemette, F. (2006). La recherche qualitative est-elle nécessairement inductive? *Recherches qualitatives* (5), 26-37.

ANCELIN-SCHUTZENBERGER, A. (2018). *Aïe, mes aïeux!* Paris, France : Desclée de Brouwer.

ANCTIL, P. (1988). " Le Devoir", les Juifs et l'immigration: de Bourassa à Laurendeau. Québec: Institut québécois de recherche sur la culture.

ANCTIL, Pierre. (2017) "Ruptures et continuités dans la représentation de l'immigration : Une analyse préliminaire du journal *Le Devoir* (1910-1963)." *Anthropologie et Sociétés*, 41(3), 107–129.

ANDRÉ, C. (2018). *La vie intérieure*. Paris, France : Iconoclaste.

APTOWICZ, C. O. K. (2007). *Words in your face: A guided tour through twenty years of the New York City poetry slam*. Soft Skull Press.

ARGOUARCH, É. (2014). De la corporéité à l'oralité-un chemin créateur: itinéraire heuristique d'une accompagnatrice somatique (Mémoire de maîtrise inédit.) Université du Québec à Rimouski, Rimouski, Québec.

ARNAUD, A. (2014). Féminisme autochtone militant: quel féminisme pour quelle militance?. *Nouvelles pratiques sociales*, 27(1), 211-222.

ASCHER, F. (2005). *La société hypermoderne*. La Tour-d'Aigues, France : Éditions de l'Aube.

ASSAGIOLI, R. (1966). *Construire sa vie par la psychosynthèse*. Lyon, France : Courrier du livre, éditeur.

ASSOCIATION pour la Solidarité Syndicale Étudiante. (2005). *Recueil de textes sur l'histoire du mouvement étudiant québécois*. Montréal, Québec : ASSÉ.

AUBERT, N. (2006). *L'individu hypermoderne*. Toulouse, France : Érès Sociologie Clinique.

AUBERT, N. (2006). L'urgence, symptôme de l'hypermodernité: de la quête de sens à la recherche de sensations. *Communication et organisation*, (29), 11-21.

AUBIN, D. (2000). Le corps, lieu de repères pour les jeunes de la rue ou la quête d'un territoire d'appartenance. *Santé mentale au Québec*, 25(2), 90-108.

AUFFRET, S. (2018). *Histoire du féminisme, de l'Antiquité Grecque à nos jours*. Paris, France : Éditions de l'Observatoire.

BAILLY, A. S., AYDALOT, P., GODBOUT, J., HUSSY, C., Raffestin, C., & TURCO, A. (1983). La marginalité : réflexions conceptuelles et perspectives en géographie, sociologie et économie. *Géotopiques*, (1), 73-115.

BALLEUX, A. (2007). Le récit phénoménologique: étape marquante dans l'analyse des données. *Recherches qualitatives*, (3), 396-423.

BALTHAZAR, L., BÉLANGER, L., & MACE, G. (1993). *Trente ans de politique extérieure du Québec, 1960-1990*. Montréal, Québec : Les éditions du Septentrion.

BARBEAU, M. È. (2013). *Interactions quotidiennes et sentiment d'appartenance territoriale dans le récit de personnes immigrantes vivant à Rimouski (Mémoire de maîtrise.)* Université du Québec à Montréal, Montréal, Québec.

BARBIER, R. (1996) *La recherche-action*. Paris, France : Éditions Economica.

BARDIN, L. (1977). *L'analyse de contenu (Vol. 69)*. Paris, France: Presses universitaires de France.



- BAUDRILLARD, J. (1985) «Modernité». *Encyclopædia Universalis*, (12), 424-426.
- BAUMAN, Z. (2000) *Liquid Modernity*. Cambridge, Royaume-Uni : Polity Press.
- BAUMAN, Z. (2003). *La vie en miettes, Expérience post-moderne et moralité*. Arles, France : Le Rouergue/Chambon.
- BAUMAN, Z. (2005). *Vivre dans la modernité liquide*. *Sciences humaines*, (165), 34-37.
- BEAUCHESNE, Marie (2012). *Pouvoir devenir sujet, au coeur et par-delà les contraintes biographiques: un itinéraire de formation à la reliance (Mémoire de maîtrise.)* Université du Québec à Rimouski, Rimouski, Québec.
- BEAULIEU, A. (2012). " *Minuenimun*", le sentiment du bien-être : la guérison communautaire chez les Innus d'Unamen Shipu (Mémoire de maîtrise). Université Laval, Québec, Québec).
- BECK, U. (1992). *Risk society: Towards a new modernity*. Londres, Royaume-Uni : Sage.
- BECK, U. (2003). *La société du risque globalisé revue sous l'angle de la menace terroriste*. *Cahiers internationaux de sociologie*, (1), 27-33.
- BECK, U., Bonss, W., & Lau, C. (2003). *The theory of reflexive modernization: Problematic, hypotheses and research programme*. *Theory, culture & society*, 20(2), 1-33.
- BEN-NOUN, L. L. (1998). *Generalized anxiety disorder in dysfunctional families*. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 29(2), 115-122.
- BENOIT, A. (2017). *La construction discursive du sexe par le genre : une question matérialiste?*. Philonsorbonne. Repéré à <http://journals.openedition.org/philonsorbonne/923>.
- BERGER, È., & PAILLÉ, P. (2011). *Écriture impliquée, écriture du Sensible, écriture analytique: De l'im-plication à l'ex-plication*. *Recherches qualitatives*, (11), 68-90
- BERGER, R., & McLEOD, J. (2006). *Incorporating nature into therapy: A framework for practice*. *Journal of Systemic Therapies*, 25(2), 80-94.
- BERGERON, J. (2014). *Migrations et contributions des Acadiens à la population québécoise*. *Histoire Québec*, 20(1), 35-38.
- BERLET, J. L. (2005). *Au-delà du désespoir*. Paris, France : Éditions L'Harmattan.

BERRY, J. W. (1994). Aboriginal cultural identity. Royal Commission on Aboriginal Peoples, *The Canadian Journal of Native Studies* XIX, 11-36.

BERSCHEID, E., & REIS, H. T. (1998). Attraction and close relationships. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (pp. 193-281). New York, États-Unis : McGraw-Hill.

BERTRAND, K. (2013). *Le cinéma des Premières Nations du Québec et des Inuit du Nunavut: réappropriation culturelle et esthétique du sacré (Mémoire de maîtrise)*. Université Laval, Québec, Québec.

BIDAR, A. (2016). *Les Tisserands*. Paris, France : Éditions les liens qui libèrent.

BLAIS, M., FORTIN-PELLERIN, L., LAMPRON, È. M., & PAGE, G. (2007). Pour éviter de se noyer dans la (troisième) vague: réflexions sur l'histoire et l'actualité du féminisme radical. *Recherches féministes*, 20(2), 141-162.

BLAZER, D., HUGHES, D., & GEORGE, L. K. (1987). Stressful life events and the onset of a generalized anxiety syndrome. *The American journal of psychiatry*.

BLY, R. (1991) *The long bag we drag behind us*. Dans Abrams, J., & Zweig, C. (dir.), *Meeting the shadow: The hidden power of the dark side of human nature*. Los Angeles : Tarcher.

BOISVERT, S. (2016). *Créer, penser et aimer sans réserve: autoportrait d'une pratique radicale et recherche création en communauté (Mémoire de maîtrise)*. Université du Québec à Rimouski, Rimouski, Québec.

BONATTI, E., & NAYUDU, Y. R. (1965). The origin of manganese nodules on the ocean floor. *American Journal of Science*, 263(1), 17-39.

BOSZORMENYI-NAGY, I., & SPARK, G. M. (1973). *Invisible loyalties: Reciprocity in intergenerational family therapy*. Oxford, Angleterre : Harper & Row.

BOUCHER, L. P., & MOROSE, J. (1990). Responsabilisation et appartenance : la dynamique d'un projet éducatif. *Revue des sciences de l'éducation*, 16(3), 415-431.

BOUSQUET, M.-P. (2007). Catholicisme, pentecôtisme et spiritualité traditionnelle ? Les choix religieux contemporains chez les Algonquins du Québec. Dans Gélinas, C. et Teasdale, G. (dir.), *Les systèmes religieux amérindiens et inuit : perspectives historiques et contemporaines* : 155-166. *Muséologie In-Situ*, Québec.

BOUSQUET, M.-P. (2015). Chamanisme et catégories conceptuelles: points de vue anicinabek (algonquins). *Anthropologica*, 315-326.

BOUTET, D.(2016). Se mettre en œuvre : grandes étapes et enjeux méthodologiques de l'étude de pratique en première personne. Dans Galvani, P. (dir.) Démarches de recherches réflexive en étude des pratiques psychosociales, UQAR (À paraître), pp. 83-102.

BRAIS, M. (1999). De l'utilité du théâtre. *Jeu: Revue de théâtre*, (91), 125-130.

BRIDGES (2006). *Transitions de vie : comment s'adapter aux tournants de notre existence*. Paris, France : Inter-éditions- Dunod.

BROSSAT, A. (2001). Métissage culturel, différend et disparition. *Lignes*, (3), 28-52.

BROWN, M. (2012). *Le processus de la Présence*. Outremont, Québec : Éditions Ariane.

BUREAU, L. (2009). *Terra erotica: suivi d'un court lexique des mots du corps et des figures de la Terre*. Montréal, Québec : Fides.

BURGART GOUTAL, J. (2018). L'écoféminisme : régression ou révolution ?. Dans Karine Bergès et Alexandrine Guyard-Nedelec (dir.), *Féminismes du XXIe siècle*. Rennes, France : PUR.

BURGER-ROUSSENNAC, A. (2005). Goths et gothique aujourd'hui. *Histoire d'une culture de jeunes à la mode*. *Sociétés Representations*, (2), 185-197.

BUZZELL, L., & CHALQUIST, C. (Eds.). (2009). *Ecotherapy: Healing with nature in mind* (p. 238). San Francisco, États-Unis : Sierra Club Books.

CACIOPPO, J. T., FOWLER, J. H., & CHRISTAKIS, N. A. (2009). Alone in the crowd: the structure and spread of loneliness in a large social network. *Journal of personality and social psychology*, 97(6), 977.

CASSELOT, M.-A. (2017) Dans Collectif. *Faire partie du monde, réflexions écoféministes*. Montréal, Québec : Éditions du Remue-Ménage.

CASSIDY, J. (1995). Attachment and generalized anxiety disorder. Dans D. Cicchetti & S. L. Toth (dir). *Rochester symposium on developmental psychopathology*, Vol. 6. Emotion, cognition, and representation (pp. 343-370). Rochester, New York, États-Unis: University of Rochester Press.

CHALQUIST, C. (2009). A look at the ecotherapy research evidence. *Ecopsychology*, 1(2), 64-74.

CHAMPION, F. (1995). La nébuleuse New Age. *Études*, 382(2), 233-242.

CHAN, M. (2014). Stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle pour 2014–2023. Organisation mondiale de la Santé, 26-9.

CHARLES, S. (2007). L'hypermoderne expliqué aux enfants : correspondance 2003-2006. Montréal, Canada : Éditions Liber.

CHARTIER, J.-P. (1997). Freud et les jeunes des banlieues. *Psychologie Québec*, 14(3), pp.14-15.

CHÖDRÖN, P. (2000). Entrer en amitié avec soi-même. Paris, France : Pocket.

CICOGNANI, P. (2015) Wakan Tanka, le cercle sacré. Dans *Question de*, (2), pp.64-69

CLAVEAU, P. (2009). Le rôle du sentiment d'appartenance dans la relève entrepreneuriale à Saguenay. (Mémoire de maîtrise inédit). Université du Québec à Chicoutimi, Chicoutimi, Québec.

CLIFTON, J. A. (2017). *The invented Indian: Cultural fictions and government policies*. Londres, Royaume-Uni : Routledge.

CODRINGTON, G. (2008). Detailed introduction to generational theory. *Tomorrow today*, 2.

COHEN, S., & HAMRICK, N. (2003). Stable individual differences in physiological response to stressors: Implications for stress-elicited changes in immune related health. *Brain, behavior, and immunity*, 17(6), 407-414.

COHEN, Y. (1990). Femmes de parole. L'histoire des Cercles de fermières de 1915 à 1990. Québec, Québec : Le Jour.

COLLECTIF CLIO (1982). L'histoire des femmes au Québec, depuis quatre siècles. Montréal, Québec : Édition Les Quinze.

COLOMBO, A. (2003). La sortie de la rue des jeunes à Montréal : processus ou objectivation d'intervention?. *Nouvelles pratiques sociales*, 16(2), 192-210.

COMPÈRE, B. (1978). Intégration sociale et marginalité. *Cahiers Internationaux de Sociologie*, 127-146.

CONTRÉ MIGWANS, D. (2008). NAA-KA-NAH-GAY-WIN, une manière de transmettre la cosmovision autochtone par les « arts vivants » étude d'une pratique métissée en contexte éducatif interculturel (Mémoire de maîtrise). Université du Québec à Rimouski, Rimouski, Québec.

CORNELL, A. W. (1996). *The power of focusing*. New York, États-Unis: MJF.

COURTOIS, V. (2017). De la guerre de pouvoir à la révolution du dialogue-Maïeutique performative de la voie/voix d'une femme en quête d'altérité (Mémoire de maîtrise). Université du Québec à Rimouski, Rimouski, Québec.

CRAIG, E. P. (1988). La méthode heuristique : une approche passionnée de la recherche en sciences humaines. Traduction du Chapitre II, consacré à la méthodologie, tiré de la thèse doctorale de l'auteur, « The heart of the teacher, a heuristic study of the inner world of teaching ». Boston University Graduate School of Education, traduit par Ali. Haramain.

CRESWELL JW. (2007). Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches. 2. Thousand Oaks, CA: Sage

CURIEN, P. (2003). L'identité nationale exposée: représentations du Québec à l'Exposition universelle de Montréal 1967. (Thèse de doctorat). Université Laval, Québec Québec.

CYR, B. (2015). Des Acadiens parmi nous, un apport démographique, économique, militaire et culturel. Histoire Québec, 21(1), 14-17.

CYRULNIK, B.(2010). Mourir de dire: la honte. Paris, France: Odile Jacob.

D'EAUBONNE, F. (1974). Le féminisme ou la mort. Paris, France : Éditions Pierre Horay.

D'EAUBONNE, F. (1999). Le sexocide des sorcières: fantasme et réalité (Vol. 47). France : L'Esprit frappeur.

DAVIS, J. V. (2011). Ecopsychology, transpersonal psychology, and nonduality. International Journal of Transpersonal Studies, 30(1), 14.

DE CHAMPLAIN, Y. (2011). L'écriture en recherche qualitative: le défi du rapport à l'expérience. Recherches qualitatives, Hors-série (11), 51-67.

DE CONINCK, F. (2001). L'homme flexible et ses appartenances. Paris, France : L'Harmattan.

DE GAULEJAC (2013). Identité. Dans Barus-Michel, J., & Huguet, J. M. (Éds), Vocabulaire de psychosociologie: références et positions, pp.176-182. Toulouse, France : Érès.

DE GAULEJAC, V. (1996). Les sources de la honte. Paris, France: Desclée de Brouwer.

DE GAULEJAC, V. (2006). Le sujet manqué. L'individu face aux contradictions de l'hypermodernité. Dans Aubert, N. (Éd.), L'individu hypermoderne, pp.129-143. Toulouse, France : Érès Sociologie Clinique.

DE VILLERS, G. (1996). L'approche biographique au carrefour de la formation des adultes, de la recherche et de l'intervention. Le récit de vie comme approche de recherche-formation. Dans D. Desmarais et J.-M. Pilon (Éds), *Pratiques des histoires de vie: au carrefour de la formation, de la recherche et de l'intervention*, p.107-134. Paris/Montréal: L'Harmattan,

DELORIA, E. C. (1998). *Speaking of Indians*. Lincoln, États-Unis: University of Nebraska Press.

DELORY-MOMBERGER, C. (2010). Le biographique : quel espace de recherche dans les sciences de l'éducation ? Congrès de l'AREF « Actualité de la recherche en éducation et en formation », Université de Genève, 2010.

DELPHY, C. (1981). Le patriarcat, le féminisme et leurs intellectuelles. *Nouvelles questions féministes*, 58-74.

DENZIN, N. K. (2006). Analytic autoethnography, or déjà vu all over again. *Journal of Contemporary Ethnography*, 35(4), 419-428.

DEPRAZ, N. (2004). Le tournant pratique de la phénoménologie. *Revue philosophique de la France et de l'étranger*, tome 129(2), 149-165.

DEPRAZ, N., VARELA, F. J., & VERMERSCH, P. (2000). La réduction à l'épreuve de l'expérience. *Études phénoménologiques*, 15, 165-184.

DERMIENCE, A. (2000). Théologie de la Femme et théologie féministe. *Revue théologique de Louvain*, 31(4), 492-523.

DESJARDINS, J. (2015). *Cheminer vers l'autre depuis une expérience d'esseulement: un processus de concernement*. (Mémoire de maîtrise). Université du Québec à Rimouski, Rimouski, Québec.

DESLAURIERS, J. P. (1991). *Recherche qualitative: guide pratique*. Montréal : McGraw-Hill.

DESLAURIERS, J. P., & KÉRISIT, M. (1997). Le devis de recherche qualitative. *La recherche qualitative: Enjeux épistémologiques et méthodologiques*, 85-111.

DESROCHE, H. (1990). *Entreprendre d'apprendre: de l'autobiographie raisonnée aux projets d'une recherche-action:(apprentissage 3)*. Paris : Les Éditions Ouvrières.

DICKSON, O. P. (1996). *Les premières nations*. Québec : Les éditions du Septentrion.

DICKSON, O. (2009). *La révolution tranquille: période de rupture ou de continuité?*(Mémoire de maîtrise). Université du Québec à Montréal, Montréal, Québec.

- DILTHEY, W. (1947). *Le monde de l'esprit*. Paris: Seuil.
- DORION, H. (2014). *Recommencements*. Montréal, Québec : Druide.
- DORLIN, E.(2008). *Sexe, genre et sexualités*. Paris : Presses universitaires de France.
- DUBÉ, G. C. (2014). *Quête transpersonnelle et trajectoire identitaire dans la tension des paradigmes éducatifs: autoethnographie d'une éducatrice de la génération des baby-boomers*. (Thèse de doctorat inédite). Université de Sherbrooke, Sherbrooke, Québec.
- DUBOST, J. (2013). *Communauté*. Dans Barus-Michel, J., & Huguet, J. M. *Vocabulaire de psychosociologie: références et positions*, pp.75-84. Toulouse, France : Érès.
- DUBREUIL, Benoît (2010). TOMASELLO Michael, *Why We Cooperate ?*. *Philosophiques*, 37(2), 556–559.
- DUCKETT, V. K. (2010). *The wheel of the year as a spiritual psychology for women*. *International Journal of Transpersonal Studies*, 29(2), 12.
- DUMAIS, M., & ROY, M. A. (1989). *Souffles de femmes: lectures féministes de la religion*. Montréal et Paris : Paulines et Médiaspaul.
- DUMONT, M. (2008). *Le féminisme québécois raconté à Camille*. Montréal, Québec : Éditions du Remue-ménage.
- DUMONT, M., & TOUPIN, L. (2003). *La pensée féministe au Québec: anthologie, 1900-1985*. Montréal, Québec : Éditions du Remue-ménage.
- DURKHEIM, E. (1963). *Les règles de la méthode sociologique*. Paris, France : PUF.
- DUSSEL, E. (1995). *The Invention of the Americas. Eclipse of" the Other" and the Myth of Modernity*. New York, États-Unis : Continuum.
- EDELMAN, H. (1996). *La mort d'une mère : le témoignage de celles qui ont perdu leur mère trop tôt*. Paris, France : Robert Laffont.
- EHRENBERG, A. (1998) *La fatigue d'être soi*. Paris, France : Odile Jacob.
- EHRENBERG, A. (2010). *La société du malaise*. Paris, France : Odile Jacob.
- EHRENREICH, B., & ENGLISH, D. (1983). *Sorcières, sages-femmes et infirmières: une histoire des femmes et de la médecine*. Montréal, Québec : Éditions du Remue-Ménage.

EIZNER, N. (1974). De la «communauté rurale» à la «collectivité locale». *Sociétés paysannes ou lutte de classes au village*, 129-154.

ELIADE, M. (1965). *Le sacré et le profane*. Paris, France : Gallimard.

ELLIS, C. (2004). *The ethnographic I: A methodological novel about autoethnography*. Walnut Creek, Californie : Altamira Press.

ELLIS, C. et BOCHNER, A. (2000). *Autoethnography, Personal Narrative, Reflexivity: Researcher as Subject*. Dans N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (dir.), *Handbook of Qualitative Research* (2nd Ed.), p. 733-768. New York, États-Unis : Sage Publications.

EMAIL, T. (1992) *L'homme médecine des sioux*. Monaco, Monaco : Édition Du Rocher.

EPSTEIN, B. (1993). *Ecofeminism and grass-roots environmentalism in the United States. Toxic struggles: The theory and practice of environmental justice*, 144-52.

ERICKSON, F. (1986). *Qualitative methods in research on teaching*. Dans Wittrock, M.C. (dir.) *Handbook of research on teaching* (3e éd.), p.119-161. New York, États-Unis : Macmillan.

ESTÉS, C. P. (1996). *Femmes qui courent avec les loups*. Paris, France : Le livre de poche.

FAINGOLD, N. (2013). *Accompagner l'émotion: explicitation, décryptage du sens et parties de soi*. *Expliciter*, 100, 29-38

FEDERICI, S. (2014). *Caliban et la sorcière. Femmes, corps et accumulation primitive*. Éditions Senovero et Entremonde.

FERRETTI, L. (1999). *La révolution tranquille*. *L'Action nationale*, 89(10), 59-91.

FRENETTE, Y. (2011). *La Déportation, 1755-1763*. *Histoire Québec*, 17(1), 31-32.

FREU, J. (1989). *L'arrivée des Indo-Européens en Europe*. *Bulletin de l'Association Guillaume Budé*, 1(1), 3-41.

FRIDERES, J. (2008). *Aboriginal identity in the Canadian context*. *The Canadian Journal of Native Studies*, 28(2), 13-342

FROIDEVAUX-METTERIE, C. (2015). *La révolution du féminin*. Paris, France : Éditions Gallimard.

FROIDEVAUX-METTERIE, C. (2018). *Qu'est-ce que le féminisme phénoménologique ?*. Dans *Revue Cités*, no. 73, PUF pp.81-89.



FROST, S. B. (2001). *SoulCollage: An intuitive collage process for individuals and groups*. Santa Cruz, États-Unis : Hanford Mead Publishers.

GALVANI P. (2016). « Recherche réflexive et production de savoirs ; la maïeutique de l'auteur ». Dans Galvani, P. (dir.) *Démarches de recherches réflexive en étude des pratiques psychosociales*, UQAR (À paraître).

GALVANI P. (2018) La dimension spirituelle de l'auto-éco-formation face à la crise écologique. Dans *Présences : revue transdisciplinaire d'étude des pratiques psychosociales*, (11), 53-70.

GALVANI, P. (2004). L'exploration des moments intenses et du sens personnel des pratiques professionnelles. *Interactions*, 8 (2), 95-121.

GALVANI, P. (2005). Retrouver la terre intérieure: une démarche d'écoformation en dialogue avec les cultures amérindiennes. G. Pineau & R. Barbier (Eds.), *Habiter la terre: écoformation terrestre pour une conscience terrienne*, 65-78.

GALVANI, P. (2008). Étudier sa pratique, une autoformation existentielle par la recherche. Dans *Présences : revue transdisciplinaire d'étude des pratiques psychosociales*. (1)

GALVANI, P. (2016). « Conscientiser l'intelligence de l'agir : explorer les moments intenses de l'autoformation pratique », dans Galvani, P.(dir.). *Démarche de recherche réflexive en étude des pratiques psychosociales*, Université du Québec à Rimouski : recueil de textes méthodologiques du programme de Maitrise en étude des Pratiques Psychosociales

GANDON, A. (2009). L'écoféminisme : une pensée féministe de la nature et de la société. *Recherches féministes*, 22(1), 5–25.

GARRETT, J. T., & GARRETT, M. W. (1994). The path of good medicine: Understanding and counseling Native American Indians. *Journal of Multicultural Counseling and development*, 22(3), 134-144.

GARRETT, J. T., & GARRETT, M. W. (1994). The path of good medicine: Understanding and counseling Native American Indians. *Journal of Multicultural Counseling and development*, 22(3), 134-144.

GAUTHIER, J. P. (2007). *De l'interdit de dire au droit d'être chemins de Transformation. Vers une mise en forme de soi, de son expression et de sa pratique d'accompagnement à médiation du corps en mouvement (Mémoire de maîtrise)*. Université du Québec à Rimouski, Rimouski, Québec.

GAUVREAU, D., & LAPLANTE, B. (2015). Baby-boom et déclin de la fécondité: l'évolution paradoxale de la fécondité durant les années 1950 au Québec. *Bulletin d'histoire politique*, 24(1), 42-55.

GENDLIN, E. T. (2012). *Focusing-oriented psychotherapy: A manual of the experiential method*. New York, États-Unis : Guilford Press.

GEOFFROY, M. (1999). Pour une typologie du nouvel âge. *Cahiers de recherche sociologique*, (33), 51-83.

GIBSON, T. (1997). Notes on the History of the Shamanic in Tibet and Inner Asia. *Numen*, 44(1), 39-59.

GIDDENS, A. (1991). *Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age*. Palo Alto, États-Unis: Stanford university press.

GIDDENS, A. (2013). *The consequences of modernity*. Hoboken, États-Unis: John Wiley & Sons.

GILBERT, M. (2008). La responsabilité collective et ses implications. *Revue française de science politique*, 58(6), 899-913.

GILLIGAN, C. (1986). *Une voix différente*. Paris, France : Flammarion.

GIMBUTAS, M. (1979). The Three Waves of the Kurgan People into Old Europe, 4500-2500 BC in *Anthropologie et Archéologie: le cas des premiers âges des Métaux*. Actes du Symposium de Sils-Maria, 25-30 septembre 1978. *Archives Suisses d'Anthropologie Générale Genève*, 43(2), 113-137.

GIMBUTAS, M. (1982). *The goddesses and gods of Old Europe, 6500-3500 BC, myths and cult images*. Berkeley, États-Unis : Univ. of California Press.

GIMBUTAS, M., & CULTURE, K. (1991). *The civilization of the goddess*. New York, États-Unis : HarperCollins.

GIRAUT, F., & ROCHEFORT, M. (2006). Discussion la marginalité socio-spatiale: une notion à déconstruire dans le contexte des villes du sud?. *Revue Tiers Monde*, (1), 14-16.

GLASSEY, D. (2014) *La famille, l'école et la théorie de l'attachement*. Thèse de doctorat. Haute école pédagogique du canton de Vaud.

GOUTAL, J. B. (2018). L'écoféminisme et la France: une inquiétante étrangeté?. *Cites*, (1), 67-80.

GREEN, R. (1988). The tribe called wannabee: Playing Indian in America and Europe. *Folklore*, 99(1), 30-55.

GRIFFIN, S. (1997). Ecofeminism and meaning. Dans *Ecofeminism: Women, Culture, Nature*. Indiana Univ Pr. pp. 213-226.

GRIFFIN, S. (2015). *Woman and nature: The roaring inside her*. New York, États-Unis : Open Road Media.

GRONDIN, J. (2006). La thèse de l'herméneutique sur l'être. *Revue de métaphysique et de morale*, (4), 469-481.

GUÉDON, M. F. (2005). *Le rêve et la forêt: histoires de chamanes nabesna*. Québec, Québec : Presses Université Laval.

GUILBERT, L. (2005). L'expérience migratoire et le sentiment d'appartenance. *Ethnologies*, 27(1), 5-32.

HAARMANN, H., & MARLER, J. (2011). The Unfolding of Old European Ritual Life: A Mesolithic Heritage. *The Journal of Archaeomythology*, (7), 73-88.

HACHE, E. (2016). *Reclaim: recueil de textes écoféministes*. Paris, France : Cambourakis, collection sorcières.

HAMIDI, N. et ROSS-TREMBLAY, P. (2018). Pal Palmater : Portrait d'une militante mi'kmaw. *Liberté*, no 321, pp.17-23

HAMIDI, N., LEROUX, D. et ROSS-TREMBLAY, P. (2018). Premiers Peuples : cartographie d'une libération. *Liberté*, no 321, pp.12-13.

HARVEY, F. (2004). La presse périodique à Québec de 1764 à 1940: Vue d'ensemble d'un processus culturel. *Les cahiers des dix*, (58), 213-250.

HARVEY, F. (2014). Le gouvernement Duplessis, l'éducation et la culture, 1944-1959. *Les Cahiers des dix*, (68), 169-247.

HATFIELD, E., CACIOPPO, J. T., & RAPSON, R. L. (1994). Emotional contagion. *Studies in Emotion and Social Interaction*. Cambridge: Cambridge University Press.

HEELAS, P. (1994). The Limits of Consumption and the Post-Modern Religion of the New Age. Dans R. Keat, N. Abercrombie, R. Keat and N. Whiteley (dir.) *The Authority of the Consumer*, p. 102-115. Londres, Royaume-Unis : Routledge

HÉON, D. (2014). *La voie du poète: pour une mise en forme de soi et du monde par une mise en oeuvre transformatrice: parcours poétique d'un praticien-chercheur-créateur (Mémoire de maîtrise)*. Université du Québec à Rimouski, Rimouski, Québec.

HERVIEU-WANE, F. (2012). Les nouveaux rites de passage, une transmission expérientielle. In *Biennale internationale de l'éducation, de la formation et des pratiques professionnelles*.

HORNBORG, A. C.(2016). *Mi'kmaq landscapes: From animism to sacred ecology*. Londres, Royaume-Uni : Routledge.

HRDY, S. B. (2009). *The woman that never evolved*. Cambridge, États-Unis : Harvard University Press.

IRIGARAY, L. (1985). *Speculum of the other woman*. Ithaca, États-Unis : Cornell University Press.

JEAN-LOUIS, L. G. (2000). Définir les histoires de vie. Sus et insus définitionnels. *Revue internationale de psychosociologie*, (14).

JENKINS, P. (2004). *Dream catchers: How mainstream America discovered Native spirituality*. Oxford University Press.

JODOROWSKY, A.(2012) *Votre famille est un arbre magique à l'intérieur de vous*. dans Van Eersel, P., & Maillard, C. « J'ai mal à mes ancêtres!: la psychogénéalogie aujourd'hui. » Paris, France : Albin Michel.

JONES, R. A., & WELLS, M. (1996). An empirical study of parentification and personality. *American Journal of Family Therapy*, 24(2), 145-152.

JOYNER, K., Rees, k. & HONIKMAN, S. 2015. Intimate Partner Violence (IPV) in South Africa : how to break the vicious cycle. *Perinatal Mental Health Project*: 1-6.

JUNG, C. (1971). *Les racines de la conscience*. Paris, France : Buchet/Castel.

KABUTA, J. (2015) *Le Kasàlà, une école de l'émerveillement. Célébrer la vie dans la personne par la louange*. Archamps, France : Éditions Jouvence.

KARPEL, M. A. (1976). *Intrapsychic and interpersonal processes in the parentification of children*.

KAUFMANN, J. C. (2011). *L'entretien compréhensif*. Paris, France : Armand Colin.

KAUFMANN, L. (2010). Faire collectif: de la constitution à la maintenance. *Raisons pratiques*, 20, 331-372.

KAUFMANN, L., & Trom, D. (2010). *Qu'est-ce qu'un collectif?: Du commun à la politique* (Vol. 20). Paris, France : Éditions de l'Ecole Pratiques de Hautes Etudes en Sciences Sociales.

KEESHIG, L. (2015). Stop stealing Native stories. *Introduction to Indigenous Literary Criticism in Canada*, 33.

KEHOE, A. B. (2017). Primal Gaia: primitivists and plastic medicine men. Dans *The Invented Indian* (pp. 193-210). Londres, Royaume-Uni : Routledge.

KELEN, J. (2015). Sagesse de la nature. Dans *Revue Question de*, no.2. Paris, France : Albin Michel, pp. 99-103.

KELLY, Anna (2017). *Eco-Anxiety at University: Student Experiences and Academic Perspectives on Cultivating Healthy Emotional Responses to the Climate Crisis*. Dans *Independent Study Project (ISP) Collection*. 2642.

KING, Y. (1995) "Engendering a Peaceful Planet: Ecology, Economy, and Ecofeminism in Contemporary Context," *Women's Studies Quarterly*, (23), p.19.

KIRMAYER, L. J., & VALASKAKIS, G. G. (dir.). (2009). *Healing traditions: The mental health of Aboriginal peoples in Canada*. Vancouver, Canada: University of British Columbia Press.

KONWAHAHAWI ROURKE, S. (2017) *Carrying on our legacy – indigenous feminism*. *Revue perspectives*, no.23.

KOVACH, Margaret (2009), *Indigenous Methodologies : Characteristics, Conversations, and Contexts*, Toronto, University of Toronto Press.

KUBIAK, A. E. (1999). Le Nouvel Age, conspiration postmoderne. *Social Compass*, 46(2), 135-143.

LACHAPPELLE, D. (1991). Educating for deep ecology. *Journal of Experiential Education*, 14(3), 18-22.

LAÏDI Z. (2000). *Le sacre du présent*. Paris, France : Flammarion.

LAFFORGUE, L. (2018). *La condition des artistes féminines contemporaines autochtones au sein du paysage culturel québécois* (Thèse de doctorat). Université de Sherbrooke, Sherbrooke, Québec.

LALONDE, C. (2017). Herboristerie traditionnelle, science et santé. *Le Journal de la Guilde des Herboristes*. Vol.22, no.1, pp.29-30.

LAMM, E., & MEEKS, M. D. (2009). Workplace fun: the moderating effects of generational differences. *Employee relations*, 31(6), 613-631.

LAPOINTE, P. (2015). La Jeanne d'Arc des Îles. *Bulletin d'histoire politique*, 23(3), 198-215.

LARIN, R. (2000). Brève histoire du peuplement européen en Nouvelle-France. Sillery, Canada. Les éditions du Septentrion.

LARRÈRE, C. (2012). L'écoféminisme : féminisme écologique ou écologie féministe . *Tracés, Revue de Sciences humaines*, 14(22).

LASCH, C. (1995). *Haven in a heartless world: The family besieged*. New York, États-Unis: WW Norton & Company.

LAUGRAND F et D. DELÂGE (2008). Introduction. Traditions et transformations rituelles chez les Amérindiens et les Inuits du Canada. *Recherches amérindiennes au Québec*, 38(2-3), 3-12.

LAVALLÉE, L. (2008). Balancing the medicine wheel through physical activity. *International Journal of Indigenous Health*, 4(1), 64-71.

LAZZERI, C. (2013) Identité et Appartenance sociale. *Tracés, Revue de Sciences humaines*, pp.73-102.

LE BRETON, D. (2008). Introduction. Dans : David Le Breton éd., *Cultures adolescentes: Entre turbulence et construction de soi* (pp. 5-9). Paris, France : Autrement.

LE BRETON, D. (2012). *Marcher (Eloge des chemins et de la lenteur)*. Paris, France : Éditions Métailié.

LE GOFF, J. (2005). Thérapeutique de la parentification : une vue d'ensemble. *Thérapie Familiale*, vol. 26(3), 285-298

LE MAWIOMI MI'GMAWEI DE GESPE'GEWA'GI (2018). *Nta'tugwaqanminen : notre histoire : l' évolution des Mi'gmaqs de Gespe'gewa'gi*. Ottawa, Canada : Les Presses de l'Université d'Ottawa.

LEBLANC-BANTEY, D. (1985). Discours d'acceptation de la présidence du RDI, « Congrès R.D.I. 30 mars 1985 », Bibliothèque et Archives nationales du Québec, Centre d'Archives de Québec, Fonds Denise Leblanc-Bantey, P458/31, dossier 2.5.1, p.6.

LEBLANC, S.-M. et LEBLANC, D. (2002). *Déborde-moi la mer, dialogue poétique mère-fille*. Ste-Luce, Québec : Les éditions À venir. Document inédit.

- LEBLANC, S.-M. (2012). Le rêve d'une femme. *Revue Rêve de Femmes*. (27), p.35.
- LEBLANC, S.-M. (2017). Une sorcière comme les autres ou comment je suis devenue herboriste. Dans : Chapdelaine, K. et al, *Nos herboristes : témoignages à infuser*. Auto-édition.
- LEBLANC, S.-M. et BLANCHET, P. (2018) La démarche de création en collectif : un modèle transposable pour la réalisation de spectacles à caractère social. Communication orale présentée au 86e Congrès de l'ACFAS, Université du Québec à Chicoutimi, Chicoutimi, Québec.
- LEBOEUF, M. (2007) Arbres et plantes forestières du Québec et des maritimes. Waterloo, Québec : Éditions Michel Quentin.
- LECLERC, A. (1974). *Parole de femme*. Paris, France : Grasset.
- LÉGER, D. (2006). L'éducation à la sensibilité éthique en formation initiale à l'enseignement: une praxis éducative au sein d'un projet personnel de formation (Thèse de doctorat). Université du Québec à Montréal, Montréal, Québec.
- LELOUP, J-Y. (2015). Le désir d'être vivant. La chair et le souffle, *Revue de théologie et de spiritualité*. Persévérer. 10(1).
- LELOUP, J.-Y. (2015) L'œil qui me regarde. Dans *Question de*. (2). Paris, France : Albin Michel, pp.126-129
- LEMIEUX, V. (2007). Discours et pratiques des partis politiques. *Politique et Sociétés*, 26(2-3), 5-18.
- LEPAGE, F. et Lavigne, M. (1979). Les travailleuses face à la maternité. Conseil du Statut de la Femme, document officiel.
- LEROUX, D. (2018). 'We've been here for 2,000 years': White settlers, Native American DNA and the phenomenon of indigenization. *Social studies of science*, 48(1), 80-100.
- LEVACK, B. P. (2015). *The witch-hunt in early modern Europe*. Londres, Royaume-Uni : Routledge.
- LÉVESQUE, M., & PELLETIER, M. (2005). *Les référendums au Québec: bibliographie*. Québec, Québec : Bibliothèque de l'Assemblée nationale.
- LIPOVETSKY, G. (2004). *Les temps hypermodernes*. Paris, France : Grasset.

LONG SOLDIER, T. et ST-PIERRE, M. (2016). En marchant d'une manière sacrée : Femmes-médecine des Indiens des Plaines, guérisseuses, visionnaires et gardiennes de la Pipe. O.D. Éditions, Nuage Rouge.

LUYCKX, M. (2001). Au-delà de la modernité, du patriarcat et du capitalisme: la société réenchantée?. Montréal, Québec : Éditions L'Harmattan.

MAALOUF, A. (2014). Les identités meurtrières. Paris, France : Grasset.

MABIT, J. (2005). Chamanisme amazonien et engouement occidental : entre l'encouragement et la mise en garde. Synodie, Groupes de Recherches et d'Études en Thérapies Transpersonnelles, p. 26-31.

MACDOUGALL, Brenda, 2010, One of the Family: Metis Culture in Nineteenth Century Northwestern Saskatchewan. Vancouver, Canada : University of British Columbia Press.

MACY, J. (1993) World as lover, World as self. Berkeley, États-Unis: Parallax Press

MACY, J. (1995). Working through environmental despair. Ecopsychology: Restoring the earth, healing the mind, 2, 40-259.

MACY, J. (2010). Mutual causality in Buddhism and general systems theory: The dharma of natural systems. Albany, États-Unis : Suny Press.

MACY, J., & Brown, M. Y. (2014). Coming back to life: The guide to the Work that Reconnects. New Society Publishers.

MACY, J., & Johnstone, C. (2012). Active hope: How to face the mess we're in without going crazy. Novato, États-Unis: New World Library.

MARCHAND, S. (2012). Partir pour la famille: fécondité, grossesse et accouchement au Québec; 1900-1950. Québec, Québec : Septentrion.

MARSOLAIS, C. V. (1995). Un Québec divisé: le référendum de 1980. Cap-aux-Diamants: La revue d'histoire du Québec, (41), 62-67.

MASSICOTTE, G. (2009). Rivalités autour de la pêche au saumon sur la rivière Ristigouche: étude de la résistance des Mi'gmaq (1763-1858). (Mémoire de maîtrise). Université du Québec à Montréal, Montréal, Québec.

MEINTEL, D. (1993). Transnationalité et transethnicité chez les jeunes issus de milieux immigrés à Montréal. Revue européenne des migrations internationales, 9(3), 63-79.

MEINTEL, D., & KAHN, E. (2005). De génération en génération : Identités et projets identitaires de Montréalais de la « deuxième génération ». Ethnologies, 27(1), 131-163.



- MELANÇON, L. (2000). Je crois en Dieu... La théologie féministe et la question du pouvoir. *Théologiques*, 8(2), 77-97.
- MÉNIL, A. (2009). La créolisation, un nouveau paradigme pour penser l'identité ?. *Rue Descartes*, 4 (66), p. 8-19.
- MERCHANT, C. (1990). Ecofeminism and feminist theory. Dans Diamond, I. et Orienstein, G. (dir.), *Reweaving the world: The emergence of ecofeminism*, p. 100-105. San Francisco, États-Unis: Sierra Books Club.
- METZNER, R. (1999). *Green psychology: Transforming our relationship to the earth*. New York, États-Unis : Simon and Schuster.
- METZNER, R. (200). *The well of remembrance: Rediscovering the earth wisdom myths of northern Europe*. Boulder, États-Unis : Shambhala Publications.
- MITHOEFER, M. C., MITHOEFER, A. T., FEDUCCIA, A. A., JEROME, L., WAGNER, M., WYMER, J., ... & DOBLIN, R. (2018). 3, 4-methylenedioxymethamphetamine (MDMA)-assisted psychotherapy for post-traumatic stress disorder in military veterans, firefighters, and police officers: a randomised, double-blind, dose-response, phase 2 clinical trial. *The Lancet Psychiatry*, 5(6), 486-497.
- MONTBOURQUETTE, J. (2001). *Apprivoiser son ombre, le côté mal aimé de soi*. Ottawa, Canada : Éditions Novalis.
- MONTREYNAUD, F., AUDÉ, F., & HELFTER, C. (2001). *Le XXe siècle des femmes*. Paris, France : Nathan.
- MOTTE, A., & PIRENNE-DELFORGE, V. (1994). Du «bon usage» de la notion de syncrétisme. *Kernos. Revue internationale et pluridisciplinaire de religion grecque antique*, (7).
- MUCCHIELLI, R. (1980). *Le travail en groupe*. Issy-les-Moulineaux, France : Éditions ESF.
- MUCCHIELLI, A. (2007). Les processus intellectuels fondamentaux sous-jacents aux techniques et méthodes qualitatives. *Recherches qualitatives*, 3, 1-27.
- MUTEL, C. (2015). *Ressentis corporels et sentiment de séparation (Thèse de doctorat)*. Université Fernando Pessoa, Porto, Portugal.
- NAHON, G. (2007) *Histoire du peuple Juif*. Encyclopaedia Universalis.[DVD].
- NAUD, C. (2004). Les Madelinots acadiens de la mer. *Cap-aux-Diamants: La revue d'histoire du Québec*, (77), 39-39.

NUTALL, J. (2007). Dans Mankiller, W., & West, R., *Do All Indians Live In Tipis ? Questions and Answers from the National Museum of the American Indian*, Smithsonian Institute. New York, États-Unis : HarperCollins.

OMS (2013). *Stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle pour 2014-2023*. Organisation mondiale de la Santé.

PERES, M.-P. et LEBLANC, S.-M. (2017) *Sagesse et pouvoirs du cycle féminin*. Gap, France : Éditions du Souffle d'Or

PERON, Y. (1992). Ouverture éthique. *Cahiers pédagogiques*, (302), 8-9.

PAILLÉ, P. (1994). L'analyse par théorisation ancrée. *Cahiers de recherche sociologique*, (23), 147-181.

PAILLÉ, P., & MUCCHIELLI, A. (2012). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. Malakoff, France : Armand Colin.

PAILLÉ, P., & MUCCHIELLI, A. (2003). L'être essentiel de l'analyse qualitative. *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*, pp.7-35.

PAILLÉ, P., & MUCCHIELLI, A. (2008). L'analyse par questionnement analytique. Dans Paillé, P. et Muchielli, A., *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*, p. 141-149.

PARK BJ, TSUNETSUGU Y, KASETANI T, HIRANO H, KAGAWA T, SATO M, MIYAZAKI Y, « Physiological effects of Shinrin-yoku (taking in the atmosphere of the forest)--using salivary cortisol and cerebral activity as indicators », *J Physiol Anthropol*, vol. 26, no 2, 2007, p. 123-8.

PASTORE, R. T. (1990). Native history in the Atlantic Region during the Colonial Period. *Acadiensis* (20)1, 200-225.

PAUL, D. N. (2000). *We were not the savages: A Mi'kmaq perspective on the collision between European and Native American Civilizations (NEW Twenty-First Century Edition)*. Halifax, Canada : Fernwood Publishing Co.

PAYETTE, L. (1982). *Le pouvoir? Connais pas!*. Montréal, Québec : Québec/Amérique.

PEARSON, J. (2003). Witchcraft will not soon vanish from this Earth': Wicca in the 21st century. *Predicting religion: Christian, secular and alternative futures*, 170-82.

PERESSINI, M. (1988). Les territoires mouvants de l'identité: migration des parents et ethnicité des enfants chez les Italiens de Montréal. *Culture* Vol. 8, no. 1: 3.

PIERRE, M. S., & SOLDIER, T. L. (1995). *Walking in the Sacred Manner: Healers, Dreamers, and Pipe Carriers--Medicine Women of the Plains*. New York, États-Unis: Simon and Schuster.

PIHKALA, P. (2018). Eco-anxiety, tragedy, and hope: psychological and spiritual dimensions of climate change: *Zygon*, 53(2), 545-569.

PILON, J. M. (2005). L'accompagnement d'une recherche praxéologique de type science-action. Dans Pilon, J.-M. et Landry, C, *Formation des adultes aux cycles supérieurs, Quête de savoirs, de compétences ou de sens ?*, p. 69-95. Québec, Québec : Presses de l'Université du Québec.

PINEAU, G. (1991). Formation expérientielle et théorie tripolaire de la formation. Dans Courtois, B. et Pineau, G, *La formation expérientielle des adultes*, p. 29-40. Paris, France : La Documentation française.

PINEAU, G. (2001). Pour une écoformation. Former et par l'environnement. 148(1) *Éducation permanente*.

PINEAU, G. (2005) Habiter la terre entre demeure et mobilité. Dans Pineau, G., Bachelart, G., Cottureau, D. et Moneyron, A, *Écoformation terrestre pour une conscience planétaire*. Paris, France : Éditions L'Harmattan.

PINEAU, G. (2015). *De l'air! : Essai sur l'écoformation*. Paris, France : Éditions L'Harmattan.

PINEAU, G., & LE GRAND, J. L. (2019). *Les histoires de vie: « Que sais-je? » n° 2760*. Paris, France : Presses universitaires de France.

PIOTTE, J. M. (2016). *La révolution des moeurs*. Montréal, Québec : Québec-Amérique.

POLANYI, M. (1962). Tacit knowing: Its bearing on some problems of philosophy. *Reviews of modern physics*, 34(4), 601.

POWERS, M. N. (2010). *Oglala women: Myth, ritual, and reality*. Chicago, États-Unis : University of Chicago Press.

POWERS, W. (1990). When Black Elk speaks, everybody listens. *Social Text*, (24), 43-56.

PRINS, H. E. (1996). *The Mi'kmaq: Resistance, Accommodation, and Cultural Survival*. Wadsworth Publishing Company.

REEVES, H. (2015). Se souvenir d'où l'on vient. Dans *Revue Question de*, no.2. Paris, France : Albin Michel, pp.31-34

RENOUX, J. L. (2004). Les conséquences de la modernité par Anthony Giddens, Éthique et RH séminaire Yvon Pesqueux, DEA Développement des Ressources Humaines, Conservatoire des Arts et des Métiers

RICARD, J. F. (1997). Les relations d'un député québécois avec ses commettants et son milieu: le cas Denise Leblanc-Bantey aux Îles-de-la-Madeleine. (Mémoire de maîtrise). Université Laval, Québec, Québec.

RIFKIN, J. (1980). Toward a theory of law and patriarchy. *Harv. Women's LJ*, 3, 83.

ROBERTS, T. B., & WINKELMAN, M. J. (2013). Psychedelic induced transpersonal experiences, therapies, and their implications for transpersonal psychology. *The Wiley-Blackwell handbook of transpersonal psychology*, 459-479.

ROBITAILLE, M. (2010) *Le Québec au temps du baby-boom 1950-1959*. Québec, Québec : Les Éditions GID.

ROCHER, G. (1970). La marginalité sociale. Un nouveau réservoir de contestation. *Le Devoir*, vol. 30.

RONDEAU, K. (2011). L'autoethnographie: une quête de sens réflexive et conscientisée au cœur de la construction identitaire. *Recherches qualitatives*, 30(2), 48-70.

RONDEAU, K., & PAILLÉ, P. (2016). L'analyse qualitative pas à pas: gros plan sur le déroulé des opérations analytiques d'une enquête qualitative. *Recherches qualitatives*, 35(1), 4-28.

ROSZAK, T. (2001). *The voice of the earth: An exploration of ecopsychology*. États-Unis : Phanes Press.

ROSZAK, T. E., GOMES, M. E., & KANNER, A. D. (1995). *Ecopsychology: Restoring the earth, healing the mind*. San Francisco, États-Unis: Sierra Club Books.

ROUSSEAU, F. L. et VALLERAND, R. J. (2003). Le rôle de la passion dans le bien-être subjectif des aînés. *Revue québécoise de psychologie*, 24(3), 197-211.

ROY, M. (1981). *L'Acadie des origines à nos jours: essai de synthèse historique*. Montréal, Québec: Québec/Amérique.

RUDEL, D. T., & LAFRANCE, M. (1985). Québec, 1785-1840: problèmes de croissance d'une ville coloniale. *Histoire sociale-social History*, 18(36), 315-333.

RUETHER, R. R. (1992). *Gaia & God: An ecofeminist theology of earth healing*. San Francisco, CA: HarperSanFrancisco.

- RUGIRA, J. (2005). Se former à l'espérance. *Educational Insights*, 9(2), 23.
- RUGIRA, J. M. (1999). La souffrance comme expérience formatrice: lieu d'autoformation et de co-formation. (Thèse de doctorat). Université du Québec à Rimouski, Rimouski, Québec.
- SAINT-ARNAUD, Y. (2008). Les petits groupes: participation et communication. Montréal, Québec : Gaétan Morin Éditeur.
- SALLEH, A. (1996). Les défis de l'écoféminisme. *Écologie et Politique*, (16), 107-128.
- SAYAD, A. (1979). Les enfants illégitimes [1ère partie]. *Actes de la recherche en sciences sociales*, 25(1), 61-81.
- SAYAD, A. (1979). Les enfants illégitimes [2ème partie]. *Actes de la recherche en sciences sociales*, 26 (1), 117-132.
- SCHENBERG, E. E. S. (2018). Psychedelic-assisted psychotherapy: a paradigm shift in psychiatric research and development. *Frontiers in pharmacology*, 9, 733
- SCHNEIDER, A. (2015). Histoire de notre Guilde. *Le Journal de la Guilde des Herboristes*, 20(1), pp.8-10.
- SCHNEIDER, A., & CHARETTE, U. (1999). *Plantes sauvages médicinales*. Montréal, Québec : Les Éditions de l'Homme.
- SCHÖN, D. A. (1996). À la recherche d'une nouvelle épistémologie de la pratique et de ce qu'elle implique pour l'éducation des adultes. *Savoirs théoriques et savoirs d'action*, 201-222.
- SCHURMANS, M. N. (2009). L'approche compréhensive et qualitative dans la recherche en formation. *Éducation permanente*, (177), 91-103.
- SCHURMANS, M.N. (2011) *Expliquer, interpréter, comprendre : le paysage épistémologique des sciences sociales*. 2<sup>e</sup> éd. Genève : Université de Genève, FPSE.
- SHEPARD, P. (2011). *Nature and madness*. Georgia, États-Unis : University of Georgia Press.
- SHIVA, V. (1998). Monocultures, monopolies, myths and the masculinisation of agriculture. *Lola Press*, (10), 36.
- SHIVA, V., & MIES, M. (2014). *Ecofeminism*. Londres, Royaume-Uni : Zed Books Ltd..

SHOEMAKER, N. (2012). *Negotiators of change: Historical perspectives on Native American women*. Abingdon-on-Thames, Royaume Uni: Routledge.

SIMARD, M. (2013). *Histoire du mouvement étudiant québécois: 1956-2013: des trois braves aux carrés rouges*. Québec, Québec : Presses de l'Université Laval.

SINGER, C. (2012). *Où cours-tu? Ne sais-tu pas que le ciel est en toi?*. France, Paris : Albin Michel.

SIOUI DURAND, G.(2003). *Jouer à l'Indien est une chose, être un Amérindien en est une autre*. *Recherches amérindiennes au Québec*, 33(3), 23.

SIOUI DURAND, Y.(2003). *Kaion'ni, le wampum rompu: De la rupture de la chaîne d'alliance ou «le grand inconscient résineux»*. *Recherches amérindiennes au Québec*, 33(3), 55.

SIOUI, G. E. (1987). *Pour une autohistoire amérindienne: essai sur les fondements d'une morale sociale proprement américaine*. (Mémoire de maîtrise). Université Laval, Québec, Québec.

SMITH, A. (2006). *Indigenous feminism without apology*. *New Socialist*, 58, p.16-17.

SMITH, L. T. (2013). *Decolonizing methodologies: Research and indigenous peoples*. Londres, Royaume-Uni : Zed Books Ltd.

SNYDER, G. (2010). *The practice of the wild*. Berkeley, États-Unis: Counterpoint Press.

SNYDER, P. (2000). *Représentations de la femme et chasse aux sorcières, XIIIe-XVe siècle: lecture des enjeux théologiques et pastoraux*. Anjou, Québec : Fides.

SNYDER, P. (2016). *Une brève histoire des déesses*. Anjou, Québec : Fides.

SNYDER, P. (2018) *Les statuettes féminines préhistoriques: nouvelles critiques féministes du mythe de la déesse-mère*. *Revue Religiologiques*, no 36, pp.91-103.

SOULET, M.-H. (1998). *L'exclusion : usages et mésusages d'un concept*. *Revue suisse de sociologie*, 24(3), 431-458.

SPICKARD, P. R. (1991). *Mixed blood: Intermarriage and ethnic identity in twentieth-century America*. Madison, États-Unis: University of Wisconsin Press.

SPRETNAK, C. (1993). *Critical and constructive contributions of ecofeminism*. *The Bucknell Review*, 37(2), 181.

ST-LOUIS, C. (2004) Il était une première fois en Acadie, 1604-1713: essai. Tracadie-Sheila, N.-B.: La Grande marée.

STARHAWK (1990) "Power, Authority, and Mystery: Ecofeminism and Earth-Based Spirituality," in *Reweaving the World: The Emergence of Ecofeminism*, ed. Irene Diamond and Gloria Feman Orenstein. San Francisco, États-Unis: Sierra Club Books.

STARHAWK (2015). *Rêver l'obscur. Femmes, magie et politique*. Paris, France : Cambourakis, coll. Sorcières.

STARHAWK. (1987). *Truth or dare: Encounters with power, authority, and mystery*. Nex-York, États-Unis: Harper & Row.

SURPRENANT, M. È. (2015). *Manuel de résistance féministe: pour mettre fin aux inégalités persistantes et contrer l'antiféminisme*. Montréal, Québec : Les Éditions du Remue-ménage.

TAJFEL, H.(1982) *Social Identity and Intergroup Relations*. Cambridge, Royaume-Uni : Cambridge University Press.

TALEB, M. (2009). *Le réenchantement de notre rapport au monde: Une valeur centrale de l'éthique subversive de l'éducation relative à l'environnement*. *Éducation relative à l'environnement. Regards-Recherches-Réflexions*, (8) 75.

TALEB, M. (2012) *Psyché, cosmos et âme du monde. Fragments d'histoire de l'écopsychologie*. *L'Art du Comprendre*, (21), 187-201

TAYLOR, B. (2001). *Earth and nature-based spirituality (part I): From deep ecology to radical environmentalism*. *Religion*, 31(2), 175-193.

TAYLOR, C. (1991). *Grandeur et misère de la modernité*. Montréal, Québec : Bellarmin.

TAYLOR, M. K. (2018). *Xennials: a microgeneration in the workplace*. *Industrial and Commercial Training*, 50(3), 136-147.

THÉRIAULT, M. A. (2015). *Identité et mobilisation: l'expérience des Métis du Nouveau-Brunswick (Thèse de doctorat)*. Université d'Ottawa, Ottawa, Canada.

TOMASELLO, M. (2009). *Why we cooperate*. Cambridge, États-Unis: MIT press.

TONG, R. (2009). *Feminist Thought*. Abingdon-on-Thames, Royaume Uni: Routledge, Westview Press.

TOUPIN, L. (1998). *Les courants de pensée féministe. Les classiques des sciences sociales*, Université du Québec à Chicoutimi, Québec.

TRAORÉ, A. (2002). *Le viol de l'imaginaire*. Paris, France : Fayard.

TREMBLAY, M. (1987). *La représentation de l'idéal féminin en milieu rural québécois au XIXe siècle* (Thèse de doctorat). Université du Québec à Trois-Rivières, Trois-Rivières, Québec.

TRUC, G. (2010). *La violence en situations. Entretien avec Randall Collins*. *Traces. Revue de Sciences humaines*, (19), 239-255.

URBAN, H. B. (2015). *New age, neopagan, and new religious movements: alternative spirituality in contemporary America*. Berkeley, États-Unis : University of California Press.

VACHON, A. C. (2016). *Les Acadiens du Richelieu*. *Histoire Québec*, 22(1), 22-24

VACHON, A. C. (2018). *Les réfugiés acadiens en Nouvelle-France, 1755-1763* (Thèse de doctorat). Université du Québec à Trois-Rivières, Trois-Rivières, Québec.

VALLIÈRES, P. (2003). *La Famille Arc-en-ciel de Lumière Vivante ou l'archétype de la tribu écotopique*. (Mémoire de maîtrise). Université Laval, Québec, Québec.

VAN EERSEL, P., & Maillard, C. (2012). *J'ai mal à mes ancêtres!: la psychogénéalogie aujourd'hui*. Paris, France : Albin Michel.

VAN GENNEP, A. (2013). *The rites of passage*. Londres, Royaume-Uni : Routledge.

VAN MANEN, M. (1984). "Doing" phenomenological research and writing : an introduction. Alberta : University of Alberta.

VANNOTTI, M., & Pereira, R. (2004). *Approche individuelle et relationnelle du deuil*. [Individual and relational approach to bereavement]. *Revue médicale de la Suisse romande*, 124(1), 39-46.

VERMERSCH, P. (2014) *L'entretien d'explicitation*. Montrouge, France : Esf Éditeur.

VERMERSCH, P. (2012). *Explicitation et phénoménologie: Vers une psychophénoménologie*. Paris, France : Presses universitaires de France.

VIAU, R. (2005). *Femmes de personne, sexes genres et pouvoirs en iroquoisie ancienne*. Montréal, Québec : Éditions Boréal.

VITEBSKY, P. (2001). *Les chamanes: le grand voyage de l'âme, forces magiques, extase et guérison*. Paris, France : Taschen.

VIVENZA, R. (2014). *René Guénon ou la redécouverte du symbolisme*. Dans *Revue Ulteïa !*. Lachapelle-sous-Aubenas, France : Éditions Hozhoni, pp.8-14.



VOSS, R. W., Douville, V., Soldier, A. L., & Twiss, G. (1999). Tribal and shamanic-based social work practice: A Lakota perspective. *Social Work*, 44(3), 228-241.

WACQUANT, L. (2007). Territorial stigmatization in the age of advanced marginality. *Thesis eleven*, 91(1), 66-77.

WALBY, S. (1990). *Theorizing patriarchy*. Oxford, Royaume-Uni : Basil Blackwell.

WALLIS, R. J. (2003). *Shamans/neo-shamans: Ecstasies, alternative archaeologies and contemporary pagans*. Abingdon-on-Thames, Royaume Uni: Routledge.

WANGYAL, T. (2002). *Healing with form, energy, and light: The five elements in Tibetan shamanism, tantra, and dzogchen*. Boulder, États-Unis : Shambhala Publications.

WARNEKEN, F., & Tomasello, M. (2009). Varieties of altruism in children and chimpanzees. *Trends in cognitive sciences*, 13(9), 397-402.

WARREN, K. (1993). *Introduction to ecofeminism. Environmental Philosophy: From Animal Rights to Radical Ecology*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 253-272.

WEISER-CORNELL, A. (1996). *The power of focusing: A practical guide to emotional self-healing*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.

WHITEHEAD, R. H. (1988). *Stories from the six worlds: Micmac legends*. Halifax, Canada : Nimbus Pub Limited.

WHITMONT, E. (1991) The evolution of the shadow. Dans Abrams, J., & Zweig, C. (dir.), *Meeting the shadow: The hidden power of the dark side of human nature*. Los Angeles, États-Unis : Tarcher.

WIEVIORKA Michel, « L'intégration : un concept en difficulté », *Cahiers internationaux de sociologie*, 2008/2 (n° 125), p. 221-240.

WILSON, S. (2008). *Research is ceremony: Indigenous research methods*. Black Point, Canada: Fernwood publishing.

WINNICOTT, D. W. (1975). *Jeu et réalité*. Paris, France : Gallimard.

WINNICOTT, D. W. (1962). *Intégration du moi au cours du développement de l'enfant*. In *Processus de maturation chez l'enfant* (Vol. 1978, pp. 9-18). Paris, France : Payot.

YOUNG, I. M. (2005). *On female body experience: "Throwing like a girl" and other essays*. Oxford, Royaume-Uni : Oxford University Press.

ZACCAÏ-REYNERS, N. (1995). *Le monde de la vie*. 1. Dilthey et Husserl. Paris, France : Éditions du Cerf.

ZIELINSKI Agata, « L'éthique du care. Une nouvelle façon de prendre soin », *Études*, 2010/12 (Tome 413), p. 631-641.

ZWICK MONNEY, M. & GRIMARD, C. (2015). De la marginalité à la vulnérabilité : Quels liens entre concepts, réalités et intervention sociale?. *Nouvelles pratiques sociales*, 27(2), 45– 59.

#### SITES CONSULTÉS ET/OU CITÉS

Allard. S. (2017). *Le poids de la solitude: toxique solitude*. La Presse +. Repéré à [http://plus.lapresse.ca/screens/25aec0f0-2577-4603-b8c1-d58603cb1da4\\_7C\\_I7qsuMzNQg1p.html](http://plus.lapresse.ca/screens/25aec0f0-2577-4603-b8c1-d58603cb1da4_7C_I7qsuMzNQg1p.html)

Bona, M. et Buba, A. (2017). *Féminicide en Europe : une comparaison entre différents pays*. Repéré à <https://www.europeandatajournalism.eu/fre/News/News-data/Feminicide-en-Europe-une-comparaison-entre-differents-pays>

Féminicides par compagnon ou ex. (31 décembre 2018). *En 2018, nous avons recensé dans la presse 120 féminicides conjugaux en FRANCE*. [Mise à jour de statut Facebook]. Repéré le 11 mai 2019 à <https://www.facebook.com/feminicide/>

Glissant, E. (2006). Il n'est frontières qu'on n'outrepasse. *Le Monde diplomatique*. Repéré à <https://www.monde-diplomatique.fr/2006/10/GLISSANT/13999>

Histoire des Iles de la Madeleine. (s.d.). Repéré à <https://www.tourismeilesdela madeleine.com/fr/decouvrir-les-iles/particularites-regionales/histoire/>

Hypervigilance. (s.d.) Dictionnaire de psychologie. Repéré à <http://definitions-de-psychologie.psyblogs.net/2017/01/hypervigilance.html>

Institut national de la santé publique.(2019). *Évolution de la violence conjugale*. Québec, QC : Gouvernement du Québec. Repéré à <https://www.inspq.qc.ca/violence-conjugale/sources>

Joignot, F. (2011). Pour l'écrivain Édouard Glissant, la créolisation du monde est « irréversible ». *Le Monde*. Repéré à [https://www.lemonde.fr/disparitions/article/2011/02/04/pour-l-ecrivain-edouard-glissant-la-creolisation-du-monde-etait-irreversible\\_1474923\\_3382.html](https://www.lemonde.fr/disparitions/article/2011/02/04/pour-l-ecrivain-edouard-glissant-la-creolisation-du-monde-etait-irreversible_1474923_3382.html)

Khazan, O. (2017) *How Loneliness Begets Loneliness*. The Atlantic. Repéré à : <https://www.theatlantic.com/health/archive/2017/04/how-loneliness-begets-loneliness/521841/>

Lepage, P. (2009). *Mythes et réalités sur les peuples autochtones, 2e édition*. Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse du Québec, [En ligne]. Repéré à <http://www.cdpedj.qc.ca/Publications/Mythes-Realites.pdf>

Medecine man. (s.d.) Dans Wikipedia. Repéré le 11 mai 2019 à [https://en.wikipedia.org/wiki/Medicine\\_man](https://en.wikipedia.org/wiki/Medicine_man)

Ministère de l'Économie, des Innovations et des Exportations. (2014). *Microprofil, l'Industrie des Produits de Santé Naturels 2014*. Québec, QC : Gouvernement du Québec. Repéré à [https://www.economie.gouv.qc.ca/fileadmin/contenu/publications/portraits\\_industriels/industrie\\_produits\\_sante\\_naturels\\_2014.pdf](https://www.economie.gouv.qc.ca/fileadmin/contenu/publications/portraits_industriels/industrie_produits_sante_naturels_2014.pdf)

Nicolau, A (2014). *La modernité et le colonialisme*. Journal Le Devoir. Repéré à : <https://www.ledevoir.com/opinion/idees/401179/la-modernite-et-le-colonialisme>

Organization for Security and Cooperation in Europe. (2017). Combating violences against women in the OSCE region. Repéré à <https://www.osce.org/secretariat/286336?download=true>

Palmieri, J. (2018). Le genre institutionnalisé, une machine antipolitique? Dans *Revue Esquisses- Regards et Perspectives-LAM*. Repéré à : <https://elam.hypotheses.org/149>

Palmieri, J.(2017) *Mondialisation :pourquoi la décolonialité cache la colonialité*. Repéré à : <https://joellepalmieri.wordpress.com/2017/05/11/mondialisation-pourquoi-la-decolonialite-cache-la-colonialite/>

Plastic shaman. (s.d.) Dans Wikipedia. Repéré le 11 mai 2019 à [https://en.wikipedia.org/wiki/Plastic\\_shaman](https://en.wikipedia.org/wiki/Plastic_shaman)

Regroupement des Femmes la Sentin'Elle. (s.d.) *Prix Maria Patton : 1997, Denise LeBlanc*. Repéré à <http://www.cdflasentinelle.com/prix-maria-patton8.ws>

Romanens, M. et Guérin, P. (s.d). *Genèse de l'écopsychologie*. Repéré à <http://eco-psychologie.com/genese-ecopsychologie/>

Santé Canada. (2011). ? Repéré à <http://epe.lac-bac.gc.ca/100/200/301/pwgsc-tps/gc/por-ef/health/2011/135-09/report.pdf>

Urban Education Network (s.d.). *Marginalité*. Repéré à <http://www.schole.it/urban-education.org/gloss/margin.html>

White Awake. About.(s.d.) Repéré à <https://whiteawake.org/about>

## VIDÉOGRAPHIE

Banquetdelagrassé. (26 octobre 2017). *Marie-José Mondzain : « Urgence de la radicalité »*. Repéré à <https://www.youtube.com/watch?v=jwguXiHkMWw>

Dawley, E. (7 septembre 2014). *Edouard Glissant / La créolisation. Extrait d'un entretien diffusé sur France 24 en 2009*. [vidéo]. Repéré à <https://www.youtube.com/watch?v=zBPNvQwlGgA>

Institut du Tout Monde. (25 janvier 2013). *Pensée archipélique ( Répertoire vidéo E.Glissant)*. [vidéo en ligne]. Repéré à [https://www.youtube.com/watch?v=yqA\\_AZ1CKpA](https://www.youtube.com/watch?v=yqA_AZ1CKpA)

Institut du Tout Monde. (30 janvier 2013). *L'invitation au voyage – Edouard Glissant (2004)*. [vidéo en ligne]. Repéré à <https://www.youtube.com/watch?v=htlto1xtYBw&t=2888s>