

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

TENTATIVE DE DÉSENVOÛTEMENT : DÉFAIRE NOS RÉFLEXES CAPITALISTES EN
DÉTOURNANT DES SAVOIR-FAIRE ISSUS DE L'AUTOSUFFISANCE DANS UNE
PRATIQUE ÉCOFÉMINISTE DE L'AUTOPUBLICATION ET DE L'ARTISANAT

MÉMOIRE

PRÉSENTÉ

COMME EXIGENCE PARTIELLE

DE LA MAÎTRISE EN ARTS VISUELS ET MÉDIATIQUES

PAR

AUDREY-ANNE DUPLESSIS

NOVEMBRE 2023

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de ce mémoire se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.04-2020). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal 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 Montréal 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.»

REMERCIEMENTS

Merci à ma directrice Andrée-Anne Dupuis-Bourret pour les discussions, les suggestions de lectures, les commentaires et les encouragements.

Merci à Anne-Marie Ninacs pour les cours et séminaires qui m'ont permis de progresser.

Merci à mon amoureux Olivier pour son soutien, son aide technique et sa patience avec les sacs de terre dans le bain et les aigrettes d'asclépiade flottant dans l'appartement.

Merci à mes parents Annie et Alain pour leurs encouragements et pour le grand jardin.

Merci à ma sœur Laurence pour ses conseils et sa patience avec mes nombreuses expérimentations parfois envahissantes dans la maison.

Merci à mes grands-mères Denise et Monique pour le partage de savoir-faire artisanaux.

Merci à mon grand-père Lucien pour l'inspiration à faire pousser des légumes.

Merci à Claire et Richard pour la précieuse machine à coudre avec laquelle mes courtepointes ont été assemblées.

Merci à ma chère amie Annie-Kim pour son écoute et son intérêt envers ma pratique.

Merci à Ratatouille, Capucine, Nounou, Snoopy et Rhubarbe, les animaux qui m'ont accompagnée au cours des dernières années et qui m'ont divertie, réconfortée, dérangée et forcée à prendre des pauses.

TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS	ii
RÉSUMÉ	v
INTRODUCTION	1
CHAPITRE 1 AUTOSUFFISANCE.....	4
1.1 Faire par soi-même.....	4
1.2 Faire <i>from scratch</i>	7
1.3 Savoirs situés.....	8
1.4 Critiques	10
CHAPITRE 2 PRATIQUE ARTISTIQUE.....	13
2.1 La perte des savoir-faire.....	16
2.2 Un monde à notre échelle.....	18
2.3 Un art vécu	19
CHAPITRE 3 CROISSANCE & DÉCROISSANCE.....	22
3.1 Croissance infinie.....	22
3.2 Décroissance.....	25
3.3 Pratiquer la décroissance.....	27
CHAPITRE 4 ÉCOFÉMINISMES	33
4.1 Capitalisme patriarcal.....	33
4.2 Écoféminismes	35
4.3 Pratiquer l'écoféminisme	37
CHAPITRE 5 PLASTICITÉ.....	40
5.1 La nature humaine.....	40
5.2 La plasticité.....	41
5.3 Le capitalisme au quotidien	42
5.4 Synapses et environnement	45
CONCLUSION	47
ANNEXE A Instructions pour fabriquer des mitaines.....	49
ANNEXE B Patrons des mitaines.....	53

ANNEXE C Quelques outils de désenvoûtement56

ANNEXE D Documentation de l'aménagement-atelier57

RÉFÉRENCES 60

BIBLIOGRAPHIE..... 62

RÉSUMÉ

Ma recherche-création s'intéresse à nos réflexes capitalistes et aux manières de s'en défaire en puisant dans le concept de neuroplasticité, qui est la capacité du cerveau à se modifier en remodelant ses connexions neuronales. J'élabore des tentatives de désenvoûtement, qui passent par le détournement d'outils et de savoirs reliés à l'autosuffisance. Ma présentation, sous forme d'aménagement-atelier, s'apparente à un terrain de jeu libre : on y retrouve des courtepointes en sacs de terre rembourrées de végétaux, une serre expérimentale, de vers rouges de vermicompost digérant lentement des listes de choses à faire et plusieurs autres détournements accompagnés d'instructions dessinées. Ces détournements opèrent tels des exercices ou des entraînements pour le cerveau. Ils visent à déconstruire nos réflexes capitalistes et à nous pratiquer à imaginer un non-usage ou un usage alternatif aux choses. En partant d'une réflexion issue de l'autosuffisance comme mode de vie, je redéfinis l'autosuffisance comme pratique artistique. Je constate que l'autosuffisance, qui a pour idéal d'arriver à tout faire par soi-même afin de « sortir » du capitalisme, considère que ce régime économique est extérieur, qu'il n'altère pas nos consciences. L'autosuffisance ne propose pas de solution pour sortir le capitalisme qui se terre en nous subtilement caché dans nos esprits, comme en témoignent, par exemple, nos réflexes d'appropriation et d'accumulation. Pour réfléchir au désenvoûtement, je m'intéresse au concept de la décroissance, au partage des savoir-faire traditionnels, aux pratiques artistiques écologiques et autosuffisantes ainsi qu'aux mouvements  cof ministes. J'en conclus que le désenvoûtement est un travail toujours en processus dans ce monde où nos cerveaux sont constamment influencés par l'environnement capitaliste qui les entoure.

Mots clés : désenvoûtement, capitalisme, savoir-faire, autosuffisance, écologie, autopublication, artisanat, écoféminisme, décroissance, arts visuels

INTRODUCTION

C'est la fin de l'été, ou peut-être le début de l'automne, je ne sais plus. C'est la saison des récoltes et le jardin est plein à craquer de tomates. J'y ai mis pendant des mois beaucoup d'amour, de compost et d'eau. Les plants de tomates sont plus hauts que moi, un peu serrés aussi, car j'ai fait trop de semis pour l'espace que j'avais, même si nous avons agrandi le jardin. Les branches s'entremêlent, les têtes des plants dépassent les tuteurs et lorsque je réussis à me faufiler entre deux rangées, j'ai l'impression d'être dans une jungle. Mais pas le choix de s'y faufiler, car des tomates encore vertes se camouflent dans le feuillage et il faut fouiller chaque plant, de la tête aux pieds, pour les trouver. J'en remplis des chaudières que je rentre dans la maison. En les plaçant sur le comptoir pour les laisser mûrir, je mets de côté la plus grosse. Je la pèse et prends une photo; 2,51 lbs. C'est bien plus que ce que l'on trouve à l'épicerie, c'est même probablement la plus grosse tomate que j'ai vue de ma vie. Mais je reste un peu déçue; sur un groupe Facebook de jardinage, des gens en ont fait pousser des bien plus grosses.



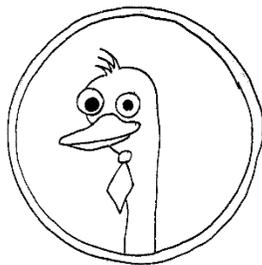
Si je fais un jardin depuis plusieurs années, c'est entre autres pour me rapprocher d'une autosuffisance alimentaire. L'autosuffisance (alimentaire et sous ses autres formes) m'a longtemps semblé être l'antithèse du capitalisme; une démarche écologique de réappropriation des savoir-faire, une façon d'être autonome face à la société de consommation, qui permettait de ne plus ou de moins y participer. Mais en tentant ainsi de sortir du capitalisme, je me suis rendu compte que j'étais plutôt bien prise dans son filet; que je pratiquais avec conscience ce qui me dégoûtait, ce que je dénonçais et ce contre quoi je me soulevais. En effet, au-delà de la simple consommation, de laquelle nous sommes tous-tes les prisonnier-ères, le « mal de l'infini » (Abraham, 2019) s'infiltré en nous, « pénètre l'intimité de notre vécu pour nous rendre étrangers à nous-mêmes » (Gorz, 1992/2019, p.65).

Ce mal de l'infini, c'est la course sans fin vers la croissance dans laquelle nous sommes individuellement et collectivement engagé-es. Envoûtée par ce mal, j'accumule, je planifie, je budgétise, je fais tout trop vite et je cueille trop, tel un écureuil se préparant pour l'hiver. Je veux chaque année des tomates plus nombreuses, plus grosses, un jardin plus productif. Je dresse des inventaires de mes récoltes, je tente de devenir moi-même plus efficace – cueillir les tomates plus vite, cuisiner la sauce aux tomates plus vite, mettre en conserve plus vite – au point de me transformer en machine et de faire de ma cuisine une micro-usine. Je sais qu'« assez de tomates pour une année » ne sera pas assez, que mon désir d'abondance ne sera jamais comblé et que mes mains n'iront jamais assez vite. Contradictoirement, la lenteur est le point commun des activités que j'affectionne : la broderie, le tricot, le tissage, la couture, le jardinage, la cueillette sauvage, le *dumpster diving* etc. Un paradoxe qui me rend impatiente et insatisfaite, qui me pousse à travailler trop vite ou trop longtemps, à rédiger des plans et des listes de choses à faire impliquant une cadence de travail élevée, voire inatteignable.

En essayant de tricoter une tuque en quelques jours, en enclenchant à fond la pédale de ma machine à coudre, en cueillant tous les bleuets que je croise sur mon chemin, je reproduis, à petite échelle, l'essence même du capitalisme; produire plus, aller plus vite, accumuler. Souvent, s'il reste des bleuets sur mon chemin, ce n'est pas parce que j'en ai laissé pour les autres, ni parce que j'ai fait une récolte responsable, mais seulement parce que mon panier n'était pas assez grand pour tous les contenir.

Ainsi, alors que je cueille tous les bleuets, que je pèse ma plus grosse tomate ou que la vitesse de ma machine à coudre se mériterait une contravention, je me demande : pourquoi ces réflexes, d'où viennent-ils et comment s'en défaire? Comment se désenvoûter?

Pour tenter de répondre à ces interrogations qui émergent de mon mode de vie et de ma plasticité cérébrale, j'entrecroiserai des histoires de récoltes et des réflexions théoriques, des illustrations et des tentatives de désenvoûtement. Dans ce texte, les éléments visuels auront parfois des usages et statuts différents. Parfois écriture en eux-mêmes et parfois documents, ils serviront à partager des connaissances par le biais d'instructions ou à illustrer des histoires et des projets. À la manière d'un almanach, je combinerai donc les pratiques et détournerai les sens. Tel que l'écrit Véronique Vassiliou « Ces opérations peuvent aussi s'apparenter au compostage » (2009, p.9).



DUCK DUCK DUCKGO

Combien de plants de tomates ça prend pour survivre pendant un an |

X



CHAPITRE 1 AUTOSUFFISANCE

1.1 Faire par soi-même

Ça sent les pommes dans mon appartement. C'est l'automne et je viens de venir à bout de son abondance. Les tomates du jardin ont été confites ou transformées en sauce, les herbes ont été séchées, les pommes et les poires du jardin de mes grands-parents garnissent une croustade, les centaines de pommettes cueillies au parc sont maintenant réduites à quelques pots de gelée et la trentaine de poivrons du marché Jean-Talon sont coupés et congelés.

L'automne, c'est la saison des récoltes, des provisions, du séchage, de la mise en conserve et de la congélation. Bien souvent, il y a tellement de choses à récolter, à transformer que j'en perds mon souffle. Gérer cette abondance, ça devient rapidement un travail à temps plein dont la cadence est dictée par des listes de choses à faire et des aliments qui mûrissent puis moisissent trop vite sur le comptoir.

Mais si je préfère remplir des seaux de pommettes au parc, les trier, les couper en deux, les recouvrir d'eau pour les faire bouillir, puis laisser égoutter le jus pendant toute une nuit avant d'y ajouter le sucre et le jus de citron pour ensuite chauffer le mélange jusqu'à gélification, c'est parce je suis passionnée par ce savoir-faire, et par tous les autres. En particulier par ceux qui permettent d'atteindre une certaine autonomie face à la société de consommation et de vivre d'une façon plus respectueuse de l'environnement.

Depuis longtemps, je m'intéresse à tout ce qui est réalisable par soi-même. J'adore découvrir qu'il est possible de fabriquer des objets ou des aliments que j'ai l'habitude d'acheter tous faits au magasin. Je suis aussi fascinée par cette tendance commune d'*oublier*¹ que plusieurs choses peuvent se fabriquer ou se cuisiner; nos réflexes étant tellement ancrés vers la consommation.

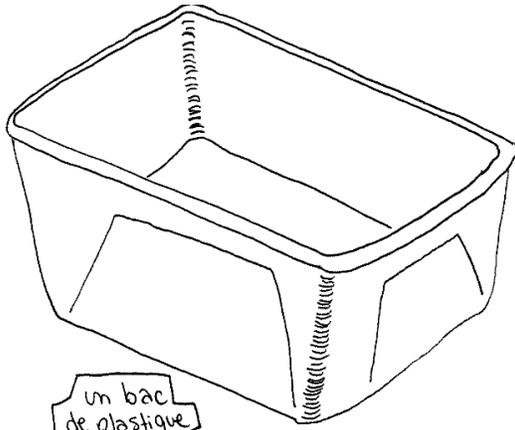
¹ J'utiliserai cette police d'écriture à quelques endroits dans le texte pour mettre l'emphase sur certains mots à double sens.

Cet intérêt pour les savoir-faire et le *Do it yourself (DIY)* a commencé, je crois, avec des petits projets trouvés sur Pinterest que je faisais avec une amie de temps en temps les samedis après-midi. Mais le monde des *DIY* est vaste et je me suis rapidement radicalisée, passant de projets tels que « comment faire un macramé pour décorer ma chambre » à « comment élever des vers dans mon appartement pour fabriquer du compost ».

Je ne fabrique pas tout ce dont j'ai besoin et je suis bien loin d'un mode de vie complètement autosuffisant. La réalité de notre société ainsi que les nombreux privilèges associés à ce genre de mode de vie nous obligent à être tous-tes consommateur-trices. La société de consommation qui présente sur ses tablettes des produits déjà faits; pains, chandails, tables, a grandement contribué à nous faire perdre le savoir-faire ou du moins la connaissance que nous avions autrefois de ces mêmes objets. Alors qu'il était commun, il y a quelques décennies seulement, de cuisiner son pain et de fabriquer vêtements et meubles, son avènement a brisé la passation des savoirs entre les générations, contribuant à « obscurcir voire annihiler notre connaissance des objets » (Crawford, 2009, cité dans Galluzzo, 2020, p.24). Ainsi, nous ne savons plus comment ont été fabriquées les choses que nous nous procurons, ce qui nous fait dépendre de l'achat comme moyen de subvenir à nos besoins (Guien, 2021, p.10).

Faire du vermicompost à la maison

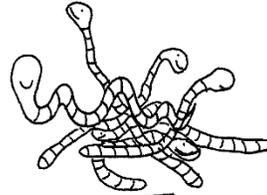
le matériel :



un bac de plastique

on peut y percer des trous d'aération sur les côtés ou simplement ne pas mettre de couvercle

un bac de rangement ou un vieux bac de Recyclage par exemple



des vers rouges de compost (red wigglers)

ça se trouve en ligne, dans les éco-quartiers ou sur kijiji, marketplace, dans les groupes en ligne de jardinage, etc.

c'est possible de commencer avec une petite quantité de vers, il faut seulement adapter la quantité de nourriture!



un peu de terre de jardin et/ou de sable (on peut la prendre à l'extérieur)
aide les vers à digérer & fournit des micro-organismes



des coquilles d'oeufs séchées & broyées en poudre
aide à équilibrer le PH du compost qui devient acide avec le temps



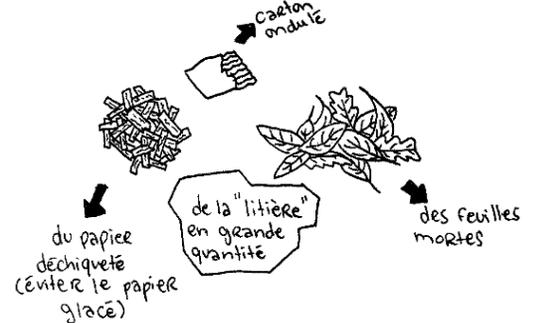
les vers aiment les aliments "fatigués", on peut donc laisser les résidus quelques jours sur le comptoir avant de leur donner

de la nourriture pour les vers

pelures ou restes de fruits & légumes, bouts de plantes, sachets de thé (en papier), pain, riz, pâtes, coquilles d'oeufs, restes alimentaires, café

pour accélérer la décomposition, on peut découper les résidus en petits morceaux ou les broyer au robot ou linaire

éviter les aliments trop gras, trop salés, trop vinaigrés et trop acides ainsi que les produits d'origine animale (viande et produits laitiers), sauf les coquilles d'oeufs



du papier déchiqueté (éviter le papier glacé)

de la "litière" en grande quantité

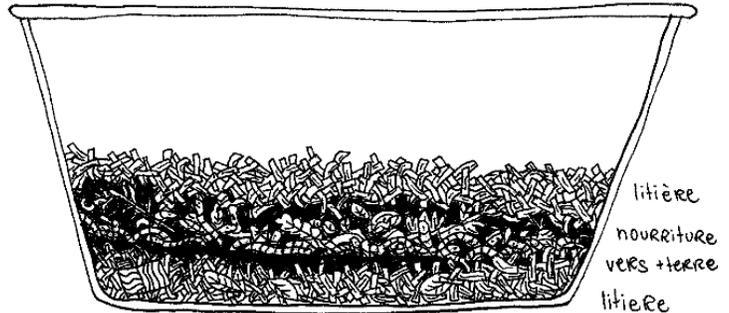
des feuilles mortes

les étapes

- 1- Placer environ 10cm de litière au fond du bac
- 2- ajouter quelques poignées de terre par dessus
- 3- ajouter les vers et recouvrir de litière
- 4- Nourrir les vers en enterrant les restes et en les recouvrant de litière

IMPORTANT

- conserver les vers à une température entre 15°C et 25°C
- ne pas exposer le bac au soleil, à l'intérieur comme à l'extérieur



1.2 Faire *from scratch*

Au fil de mes lectures, recherches et rencontres, j'ai réalisé qu'il est possible de fabriquer presque tout ce qui nous entoure par soi-même: meubles, vêtements, aliments, etc. Parmi tous ces domaines, les techniques qui m'interpellent le plus sont celles réalisables *from scratch*. Par ce terme, je ne fais pas référence à sa traduction littérale, qui signifie «à partir de rien» mais plutôt à l'utilisation de cette expression en cuisine, où cuisiner un gâteau *from scratch* signifie de le cuisiner à partir de ses ingrédients de base. J'ai un intérêt particulier pour les techniques qui s'apparentent à du bouillon de légumes maison *from scratch*: un bouillon que l'on réalise à partir de retailles de légumes, qui pourraient être considérés comme des déchets, sans utiliser de matière «neuve», impliquant ainsi le moins de consommation possible. Ne rien avoir besoin d'acheter pour fabriquer quelque chose; c'est ce qui a le plus de sens selon moi et ce que je trouve le plus magique. Ainsi, je suis particulièrement intéressée par les techniques et les recettes qui se réalisent à partir de matériaux ou d'ingrédients trouvés, en totalité ou en partie, ailleurs qu'au magasin: dans la forêt, dans le jardin, dans les poubelles, chez moi ou en version seconde main.

Parmi ces savoir-faire *from scratch*, on retrouve les techniques de courtèpointes, traditionnellement réalisées à partir de retailles de tissus soigneusement conservées, certaines méthodes de tissage, notamment celles de catalognes qui utilisent des bandelettes de tissus usés, et la couture qui permet

de donner une seconde vie à nos textiles et vieux vêtements. Le compostage, les recettes de lessis de cendres, de purins et de bouillons aux épiluchures de légumes s'inscrivent aussi dans ces méthodes ancestrales qui permettent de créer quelque chose avec pas grand-chose.

Si je me passionne autant pour ces savoir-faire *from scratch*, c'est parce que je leur accorde une importance écologique, éducative, philosophique, politique et économique majeure dans cette ère du tout prêt tout de suite, de l'obsolescence programmée, de la surconsommation, du gaspillage, de la destruction des écosystèmes, du travail salarié et de l'éloge de la vitesse.

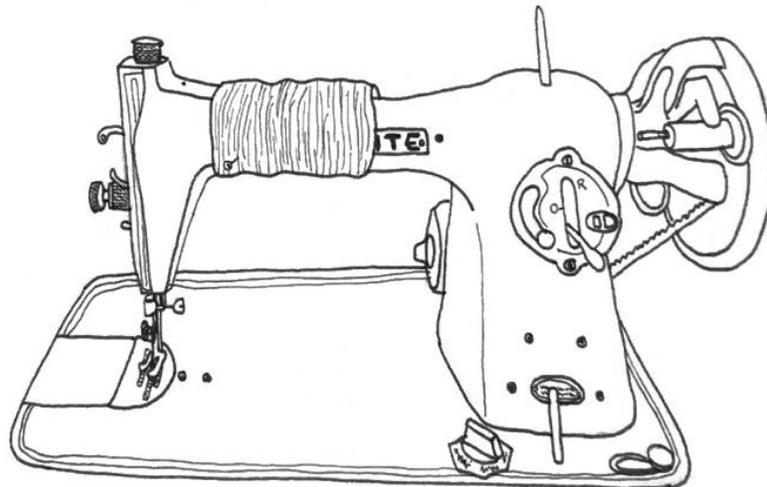
Fabriquer un objet soi-même, c'est acquérir des connaissances sur celui-ci, sur son entretien et sa réparation. C'est prendre soin de cet objet, l'apprécier davantage et faire de lui un objet durable pour honorer les longues heures passées à le concevoir. C'est réfléchir à nos besoins, se questionner lorsqu'on pense en avoir besoin d'un deuxième. C'est aussi prendre de l'autonomie par rapport à la société de consommation, ne plus avoir chaque fois recours au magasin et contribuer à la préservation des savoir-faire.

J'accumule beaucoup de tissus, depuis longtemps. Mes espaces de rangement débordent de caisses de vieux vêtements trop abîmés pour être donnés ou dont la matière me semble propice à de futurs projets de couture. Quelques vieux manteaux qui appartenaient aux parents d'un ami s'y trouvent aussi et c'est à ceux-ci que j'ai pensé un jour, alors que j'ai réalisé que je n'avais pas de mitaines chaudes pour affronter l'hiver. À partir d'un patron dessiné sur une feuille de papier et d'une craie, j'ai tracé la forme des mitaines sur un vieux manteau bleu et sur un tissu de polard, qui servirait de doublure bien chaude. À la machine à coudre, j'ai assemblé les pièces, rembourré l'intérieur avec de la soie d'asclépiade et ainsi réalisé ma paire de mitaines (*voir Annexes A et B*). Très chaudes et au style unique, mes mitaines ne m'ont peut-être rien coûtées, mais elles m'ont demandé quelques heures de travail. Un travail qui m'a permis d'acquérir de nouvelles connaissances en couture, qui me permet maintenant de savoir comment réparer mes mitaines, et qui m'incite à en prendre soin et à veiller à ne pas en oublier une dans l'autobus.

1.3 Savoirs situés

Il me semble important à ce stade-ci de mentionner à partir d'où je parle. Lorsque je raconte mes histoires de tomates, de mitaines et de vermicompostage, il est commun de penser que ce mode de vie est accessible, mais je souhaite m'éloigner de cette idée.

Je parle à partir de la maison familiale en banlieue, avec assez d'espace, entre sa piscine hors terre et sa haie de cèdres pour expérimenter, pour faire revivre le petit jardin abandonné et même pour l'agrandir. Je parle aussi à partir d'un appartement de Côte-des-Neiges, assez grand pour faire du papier dans le salon, du vermicompostage dans la cuisine et de la couture dans la chambre. Je parle assise devant une des deux machines à coudre antiques qu'on m'a données, en enfilant le fil comme ma grand-mère paternelle me l'a montrée. J'ai encadré ses instructions. Je parle en faisant de la couture à la main, comme ma grand-mère maternelle me l'a montré. Je parle à partir des savoir-faire et des intérêts qu'on m'a transmis : la couture, le jardinage, la cuisine, l'artisanat... Je parle à partir de mon temps libre, si précieux, que j'ai le privilège d'avoir et sans lequel ces savoir-faire resteraient dans un tiroir.



Comment enfiler la machine à coudre -

- 1- Poser le rouleau de fil sur la machine.
- 2 Faire venir le fil le long de la ligne rouge
- 3 Passer le fil sur le ^{dos} cran et descendre jusqu'aux roulettes.
- 4 Passer le fil entre les 2 roulettes qui bougent et le sortir sur le petit bras ↓.
- 5- On remonte le fil en haut pour le rentrer dans l'ocillet
- 6 On redescend le fil en l'accrochant d'en d'en arrière à en avant avant et on redescend pour l'accrocher à l'agraffe et enfiler l'aiguille de l'extérieur vers l'intérieur.
- 7- Avec une bobine de fil à l'intérieur (s'assurer que le fil du dessus et le fil de la bobine sont de la même grosseur) on peut commencer à coudre.

Vérifier la tension : baisser le pied etc

1.4 Critiques

Ce n'est pas l'autosuffisance elle-même qui me passionne et ce n'est pas en elle que je fonde mes espoirs pour l'avenir. Je m'intéresse plutôt aux savoir-faire qui en sont issus : comment faire son pain, comment fabriquer ses vêtements, comment faire pousser des tomates, qui peuvent être appliqués indépendamment et à petite échelle. Être autosuffisant-e en tomates ou savoir comment raccommoquer une paire de bas troués sont, selon moi, des exemples d'autosuffisance vers lesquels on devrait tendre. Bien que ce soit de petites choses, elles permettent tout de même la reprise d'un certain niveau d'autonomie dans notre quotidien.

Par ailleurs, il n'est pas réaliste de croire que tout le monde puisse tendre vers une autosuffisance quasi complète. En effet, ce type d'autosuffisance demande un accès à des ressources matérielles et territoriales (un grand terrain et de l'équipement). Ces ressources qui demandent des investissements monétaires initiaux importants, rendent ce mode de vie accessible aux plus privilégié-es seulement. D'autant plus que l'espace manquerait si tout le monde décidait de s'établir

en région sur de grands terrains. Cet exode causerait (et cause déjà) des problématiques écologiques et agricoles. On peut d'autant plus se questionner sur la contradiction entre la volonté de la communauté qui tend vers l'autosuffisance de « sortir » du système capitaliste tout en réclamant un droit à la propriété privée, l'un des piliers du capitalisme lui-même.

L'idéologie du mouvement d'autosuffisance flirte souvent avec celle des différentes communautés survivalistes. En effet, réapprendre à tout faire par soi-même, ne dépendre de personne et développer des manières de vivre *off the grid* sont toutes des compétences intéressantes à acquérir dans l'éventualité d'un potentiel effondrement de la société. Mais pourquoi se préparer à survivre à cet effondrement tant redouté, que ses causes soient économiques, politiques ou écologiques plutôt que d'œuvrer à transformer ce monde en quelque chose de mieux ?

Face au crash, le survivalisme est la solution la plus individuelle. C'est une stratégie en continuation avec les valeurs des démocraties libérales et du capitalisme, car elle consiste à se préparer individuellement, bien souvent en dépensant beaucoup d'argent (donc en faisant rouler cette chère économie), de manière assez égoïste. (La mauvaise herbe, 2022)

Une critique similaire pourrait aussi s'appliquer à l'autosuffisance qui peut être considérée comme une solution individuelle. Pourquoi construire un mode de vie écologique et éthique seulement pour sa famille en prétendant vouloir sauver le monde, alors qu'en réalité, on ne sauve que « son » monde?

Il importe aussi de prendre conscience que le mode de vie autosuffisant implique un immense privilège dans l'optique où la simplicité volontaire, l'autolimitation des besoins et les tâches quotidiennes liées à la décision d'adopter cette manière de vivre sont effectuées de manière délibérée. En effet, d'autres personnes, ici et ailleurs sont contraintes pour survivre d'effectuer ces mêmes actions. Ainsi, ce qui est pour certain-es un mode de vie choisi est pour d'autres une façon de survivre, une obligation vitale.

Il est clair devant la crise climatique que, ni l'autosuffisance à toutes ses échelles, ni le mouvement *no straw* ou ces autres mouvements écologiques, minimalistes ou de simplicité volontaire axés sur la consommation individuelle ne seront suffisants (Guien, 2021, p.14). « On ne peut réduire les problèmes socio-économiques (ni les problèmes écologiques) à des questions de choix

individuels », car la société elle-même contraint nos modes de vie, nous privant, par son rythme effréné, de temps et d'énergie pour acquérir et appliquer les savoir-faire (Guien, 2021, p.15).

Mais si elle ne règle pas la crise climatique, la combinaison d'actions individuelles telles que faire son pain, réparer ses vêtements ou faire pousser ses tomates, consiste toutefois à une manière de vivre que plusieurs choisissent pour différentes raisons. Ce retour aux savoir-faire, à un mode de vie plus lent permet en effet un contact plus authentique avec la nature et les écosystèmes, une sensibilité accrue au vivant et une plus grande autonomie.

Ainsi, par autosuffisance, j'entends à la fois les démarches radicales d'autonomie alimentaire ou énergétique, mais aussi le retour à certains savoir-faire à petite échelle. Un retour qui peut consister à apprendre à tricoter une tuque, à faire pousser un plant de tomates sur son balcon ou à cuisiner des biscuits

au lieu d'en acheter à l'épicerie. Mais dans ces deux figures d'autosuffisance, la même question se pose : comment alors éviter que ce mode de vie ne soit que la continuité du capitalisme?

CHAPITRE 2 PRATIQUE ARTISTIQUE

Pour tenter de répondre et de me guérir de ce « mal de l'infini »², j'ai choisi d'élaborer des tentatives de désenvoûtement³. Ma pratique artistique part donc d'une réflexion sur l'autosuffisance comme mode de vie pour redéfinir l'autosuffisance comme mode de création, en tant que pratique artistique. Je veux réfléchir à ce que les actions d'autosuffisance impliquent, aux réflexes capitalistes qu'elles font surgir et leur donner un nouveau sens pour m'en défaire. C'est une pensée écoféministe qui influence ma réflexion sur l'autosuffisance et c'est avec cette approche que je réfléchis à l'écologie et au capitalisme. Ce passage où Émilie Hache cite Starhawk m'interpelle fortement :

Les écoféministes semblent avoir senti avant tout le monde notre besoin vital « d'avoir de nouvelles images à l'esprit, de nous aventurer dans un paysage transformé, de raconter de nouvelles histoires » pour nous protéger des récits catastrophiques menant à la démission et à l'abandon de toute résistance dans les situations de désespoir. (Starhawk, 1982, p. 129 cité dans Hache, chapitre 1, 2016)

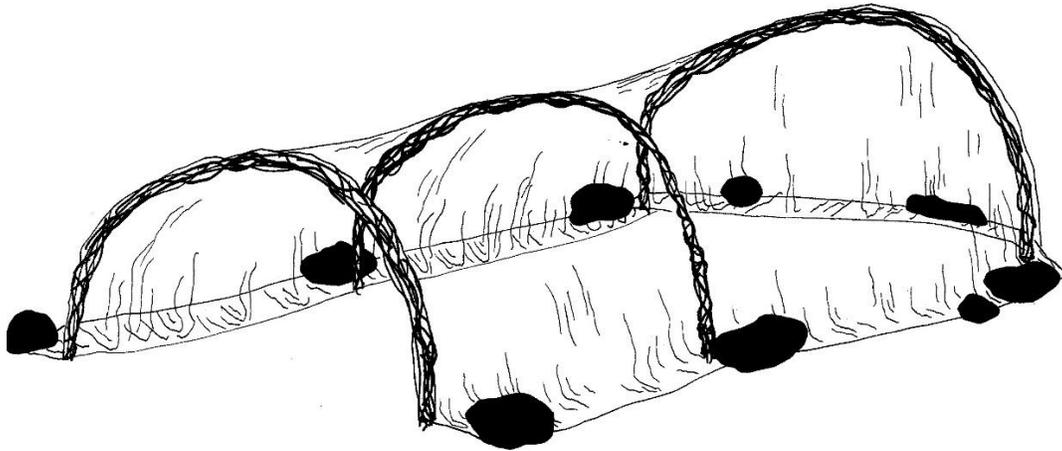
C'est ainsi que je perçois ma recherche de tentatives de désenvoûtement : comme une « nouvelle image à l'esprit » (Ibid). C'est aussi, surtout, une manière de *reclaim* les outils et les savoirs d'autosuffisance à partir desquels j'élabore ces tentatives de désenvoûtement. Je conserve ici le terme *reclaim* en anglais car il est difficile à traduire sans lui faire perdre tout le sens que lui octroient les écoféministes. Terme emprunté aux écologistes, il pourrait signifier à la fois de réhabiliter, de modifier et de se réapproprier quelque chose de détruit en étant nous-mêmes modifiées par cette réappropriation. Ici, les outils et les savoirs d'autosuffisance que je *reclaim* ne sont pas détruits, ils sont plutôt « contaminés » par le capitalisme, car toujours utilisés dans une logique de production, de rendement, de vitesse, d'efficacité, de perfection; ou encore, ils sont considérés déchets, nuisibles, indésirables. Les réhabiliter consisterait donc à permettre à ces outils et ces savoirs d'exister autrement, d'exister pour eux-mêmes.

C'est par des exercices de détournements que le désenvoûtement opère. Je les vois comme des entraînements pour le cerveau où je déconstruis ses réflexes capitalistes. Je me pratique à imaginer

² Dans mon texte, j'emprunterai souvent cette expression qui provient du livre Guérir du mal de l'infini par Yves-Marie Abraham (2019)

³ Pour sa part, l'idée d'un désenvoûtement du capitalisme a été élaborée par Philippe Pignarre et Isabelle Stengers dans leur ouvrage La sorcellerie capitaliste (2005/2007)

un non-usage ou un usage alternatif aux outils, à utiliser le savoir-faire pour réaliser autre chose que ce qui était prévu. Ces détournements sont surtout matériels. Je transforme un objet/matériau en quelque chose d'autre, mais ils sont aussi performatifs ou activés par le geste. Dans l'élaboration de ces actions, je suis grandement inspirée par le travail de l'artiste-semencier Patrice Fortier⁴ qui détourne les façons de semer des plantes par le biais d'actions performatives poétiques. Mes tentatives de désenvoûtement se proposent comme un rempart face à la perte des savoir-faire, au dogme de la croissance infinie et à celui du capitalisme patriarcal. Elles se veulent une sauvegarde et une réappropriation de savoir-faire artisanaux avec une approche décroissantiste et écoféministe.



Ainsi, je présenterai au CDEX un aménagement-installation de mon atelier comprenant plusieurs éléments accompagnés d'instructions. Y seront regroupés une grande courtepointe qui servira de lieu de partage de connaissances, une serre-tunnel en courtepointe qui deviendra un lieu d'expérimentations ainsi que divers récipients contenant des recettes ancestrales détournées et du vermicompost. Je souhaite que les personnes qui visiteront mon aménagement-atelier soient libres d'interagir avec les différents éléments de l'aménagement. Des instructions dessinées pourront les guider à cet effet, afin d'acquérir des connaissances, de pratiquer elles-mêmes les tentatives de désenvoûtement, de les détourner et d'en élaborer de nouvelles.

Dans cet aménagement, le dessin aura une fonction de mode de diffusion autosuffisant. S'il est parfois accompagné de texte pour plus de clarté, il reste le noyau principal des instructions qui seront proposées. Je considère ce médium artistique comme le plus simple, le plus *low tech* et le

⁴ Patrice Fortier est un artiste-semencier-jardinier du Kamouraska qui a fondé La société des plantes, une petite entreprise qui produit et vend des semences de plantes locales et souvent ancestrales. Le film *Le semeur*, réalisé par Julie Perron, fait le portrait de sa pratique.

plus efficace, au-delà même de la parole. Depuis que je suis en mesure de tenir un crayon entre mes doigts, le dessin m'accompagne partout, me sert d'outil pour mémoriser, pour expliquer et pour comprendre ce qui m'entoure. Le dessin occupe les mêmes fonctions dans mon processus artistique et dans mon projet de création à la maîtrise.

Les tentatives de désenvoûtement que je présenterai seront poétiques et teintées d'une petite note d'absurdité, toujours légères pour contrebalancer la lourdeur de ce qu'elles rejettent et colorées pour faire émerger un peu de magie dans un monde de béton et d'asphalte. Entremêlées de réflexions théoriques sur le capitalisme, elles surgiront comme des petits bleuets trouvés le long de la route.

HISTOIRE DE MATÉRIAUX

Les sacs de terre



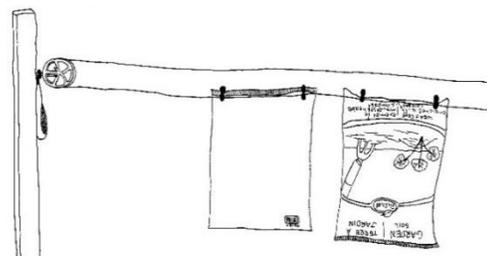
Avant l'apparition des bacs de composts municipaux dans notre banlieue de la Rive-Nord, mon père conservait les sacs de tous les matériaux qu'il utilisait lorsqu'il travaillait sur le terrain de la maison familiale. Il demandait d'ailleurs à toute la famille de les ouvrir proprement – en coupant le haut – plutôt qu'en les

éventrant. En attendant d'avoir l'occasion de les réutiliser pour y jeter des mauvaises herbes, des feuilles ou des branches, il les entreposait sous le balcon. Bien que nous mettions maintenant tous ces résidus directement dans le compost municipal, nous avons conservé cette habitude. Les sacs de terre, de roches, de sable, de paillis, de fumier et de compost vides continuent donc de s'empiler au gré des projets; agrandissement du jardin, aménagement de pierres sur le côté de la maison, ajout de paillis sur les plates-bandes, etc.

C'est un sac de terre vide qui attendait d'être rangé avec les autres qui a accroché mon œil un matin. À une extrémité, le plastique frisait. C'était comme une dentelle. C'est à ce moment que le plastique de ces sacs est devenu pour moi un tissu du dehors. Imperméables et résistants aux taches, les sacs de terre en plastique sont d'une solidité et d'une souplesse semblable à celle du tissu, mais ont aussi la même sensibilité. Comme lui, ils peuvent friser, plier et se friper, être coupés, cousus, crochetés ou tissés.

De tous les savoir-faire liés au travail du fil et de la fibre, la technique de courtepoinette est probablement celle qui m'interpelle le plus pour son principe de récupération, qui implique de faire avec ce que l'on a sous la main.

Ainsi, « comme le montre l'histoire, il n'est pas du tout nécessaire de faire des couvertures piquées avec du tissu neuf. De vieux draps, de vieilles cravates, de vieux vêtements, tout cela peut être coupé et utilisé pour des couvertures piquées » (Danneman, 1975, p.20). Pour ma part, ce sont les sacs de plastique du jardin qui ont fait office de matériaux. Je les ai donc soumis au même traitement que le tissu. Je les ai lavés à la main puis étendus sur la corde à linge, avant de les découper et de les assembler. Je surnomme mes courtepointes « couvertures de jardin » en référence à leurs matériaux, mais aussi aux couvertures flottantes souvent utilisées en agriculture pour protéger les cultures du gel. Ce ne sera toutefois pas leur fonction. Elles ne sont ni destinées à protéger les plantes du jardin (elles risqueraient de les écraser et de les asphyxier), ni à recouvrir mon lit (il serait inconfortable de dormir abriée de plastique). En fait, elles ne servent à rien. C'était d'ailleurs l'objectif. On peut s'y assoir et lire, pique-niquer ou discuter, mais en terme productiviste, elles n'ont pas d'utilité. Ce sont simplement des espaces de temps libre et d'échanges.



2.1 La perte des savoir-faire

L'autosuffisance est l'application de nombreux savoir-faire, souvent ancestraux. Connus de nos arrière-grands-parents, transmis à nos grands-parents puis trop souvent, perdus. Ces savoir-faire pratiques, artisanaux, culinaires ou horticoles sont arrivés au compte-goutte aux générations suivantes; si bien que la majorité d'entre nous ne savons plus comment les choses qui nous entourent ont été produites. Déconnectés de nos aliments, de nos vêtements et de tous nos objets du quotidien, nous n'en comprenons pas la valeur en ressources, ni en temps de travail. Nous ne savons pas non plus comment les réparer. Or, ces savoir-faire « ont le potentiel insoupçonné de nous outiller pour le futur » d'où l'importance de les maintenir actifs (Emond, 2022).

Nous ne savons plus comment les choses qui nous entourent ont été produites et nous ne sommes pas les seul-es. Même les personnes qui ont participé à leur fabrication l'ignorent. En effet, pour arriver à ses fins (la productivité et le profit), le système capitaliste a instauré une division du travail qui s'est traduite par une triple dépossession des savoirs des travailleur-es. Ces dépossessions, qui ont commencées dès le 19^e siècle avec l'avènement de la révolution industrielle et ses nouveaux modes de productions, n'ont laissé comme choix que la consommation. Si je m'intéresse à ce phénomène ici, c'est parce qu'il illustre la perte de savoir-faire orchestrée par le capitalisme qui témoigne du caractère politique et de l'importance de leur réapprentissage.

La première dépossession s'est produite par « un processus constant de spécialisation des tâches » (Abraham, 2019, p.187) dont l'objectif était de rendre plus compétent-e chaque travailleur-euse dans un domaine toujours plus précis pour répondre aux méthodes industrielles de production en usine afin d'augmenter la productivité. Confiné-e à ces mêmes tâches limitées, le-a travailleur-euse finit donc par ne plus être en mesure d'en effectuer d'autres, son savoir étant trop limité. Ce procédé qui mène à l'ignorance de l'ensemble des étapes de la chaîne de production, dépossède le-a travailleur-euse du savoir-faire complet de la fabrication de l'objet.

La deuxième dépossession est celle du temps. Le travail occupant la majorité des heures éveillées des travailleur-euses, leur précieux temps libre de soirée et de fin de semaine leur est nécessaire pour se reposer et effectuer les tâches domestiques essentielles. Ainsi, il reste bien peu de temps dans leur horaire et bien peu d'énergie pour envisager de fabriquer quelque chose de leurs propres

mains, ce qui occasionne bien souvent la perte du savoir, la fin de sa transmission ainsi qu'une baisse du niveau d'autonomie.

La troisième dépossession est celle des outils de production, qui deviennent inappropriables. En effet, la fabrication à échelle humaine, avec des outils compréhensibles et accessibles a peu à peu disparu au profit des outils industriels hyper sophistiqués, dispendieux et au fonctionnement opaque. Ce changement a lui aussi contribué à séparer les travailleur-euses de leurs moyens de production et de leur communauté de pratique.

Cette séparation des travailleur-euses de leurs outils a aussi engendré une séparation des travailleur-euses d'avec le produit et d'avec le travail qui a perdu son échelle humaine. Ce dernier devient alors un fait abstrait, un ensemble de tâches programmées, mesurées et minutées (Gorz, 1992/2019, p.40). Enfin, cette triple dépossession, qui a causé une perte de sens, a poussé les travailleur-euses à la consommation comme seule possibilité pour répondre à leurs besoins (Abraham, 2019, p.187).

[Le salarié] est contraint d'être « client ». Il y a en effet une liberté qu'il n'a plus, un pouvoir qu'il n'a pas : celui de vivre sans consommer de marchandises. Pour prétendre reconquérir ce pouvoir, il faudrait qu'il dispose non seulement des moyens matériels de production, dont il est pour l'essentiel dépossédé, mais aussi de temps et de compétences. Or son « travail » occupe la plus grande partie de sa journée et capture l'essentiel de son énergie. (Abraham, 2019, p.187)

Cette dépossession des compétences qui amène à la consommation opère comme un cercle vicieux : en prenant l'habitude de consommer des biens plutôt que de les faire soi-même, le-a travailleur-euse devient de moins en moins capable de fabriquer ce qui lui est nécessaire pour vivre (Abraham, 2019, p.188). Ce phénomène est d'ailleurs toujours d'actualité, continuant notamment d'affecter les secteurs manufacturiers ainsi que les secteurs où l'automatisation a pris de l'ampleur. Il nous affecte aussi dans notre vie quotidienne : je l'observe régulièrement dans les tâches de la vie de tous les jours. En effet, plus j'ai pris l'habitude d'acheter mon pain à l'épicerie, plus il me semble difficile, voire impensable de faire autrement, au point d'oublier que cela est même *possible*. Cette tendance à *oublier* qu'on peut fabriquer une multitude de choses par soi-même me semble de plus en plus courante. À force de tout trouver facilement sur les tablettes des magasins ou en ligne, on oublie qu'on *peut* se coudre une paire de mitaines. On *peut* cuisiner un gâteau. On *peut* tricoter une tuque. Ces choses sont *possibles* à faire.

2.2 Un monde à notre échelle

Selon moi, cette perte des savoir-faire que l'on peut constater illustre l'importance de retourner au « monde vécu » comme le nomme André Gorz (1992/2019). Ce « monde vécu » consiste, selon sa définition, à un monde à notre échelle, accessible, intuitivement intelligible, que l'on peut interpréter et comprendre. Un tel monde est entre autres composé d'éléments que l'on peut créer soi-même. Car participer à la préservation des savoir-faire ancestraux m'apparaît être un travail constamment à recommencer si ces derniers ne reprennent pas une place importante dans nos modes de vie.

Pour parvenir à un tel changement, André Gorz propose la voie de l'écologie politique qui « engage l'individu dans un processus créatif qui le conduit à construire, en dehors du système productiviste, un monde qui puisse faire sens à son échelle. » (Gorz, 1992/2019, p.12), un monde moins abstrait et plus humanisé (Gorz, 1992/2019, p.64). En soulevant l'idée d'un retour à un « monde vécu », André Gorz s'intéresse moins à la destruction des écosystèmes naturels qu'à celle « de la *culture du quotidien* ». Son écologie politique se veut plutôt protectrice des « savoirs intuitifs, des savoir-faire vernaculaires » (Gorz, 1992/2019, p.27) qui nous permettent d'interpréter, de comprendre et d'avoir une emprise sur le monde dans lequel nous vivons. Par exemple, il souhaite que les objets et les gestes du quotidien redeviennent accessibles en termes de compréhension et de faisabilité.

En effet, nous vivons dans un monde où tout semble devenir de plus en plus compliqué et hors de portée, au point « qu'il est devenu impossible aux gens de saisir quoi que ce soit dans son intégralité » (Fukuoka, 1975/2020, p.51). Nous pouvons faire ce constat à la fois effrayant et absurde dans notre quotidien (je vous invite à l'essayer). Par exemple, je suis assise à un bureau dont j'ignore totalement la nature et la provenance du matériau et j'épluche une clémentine qui provient probablement d'une chaîne d'approvisionnement complexe et inconnue. Il y a beaucoup de choses que je ne comprends pas. Il y a une immensité de choses que je croyais simples et qui se révèlent incroyablement compliquées. Tout cela révèle un sentiment d'étrangeté. L'impression d'être une fourmi qui marche sur de l'asphalte, sans comprendre ni ce qu'est cette matière étrange sous ses pattes, ni ce que sont ces énormes choses bruyantes qui roulent à toute vitesse.

Pour remédier à ce monde qui devient tranquillement hors de notre portée, André Gorz propose un retour aux savoir-faire ancestraux : faire son pain, coudre ses vêtements, construire ses meubles,

mais aussi utiliser des logiciels libres, qui permettent une plus grande accessibilité et une meilleure compréhension des technologies. Ce retour aux savoir-faire s'accompagnerait de mesures de décentralisation des pouvoirs, d'une diminution du temps de travail et d'un revenu universel d'existence afin de permettre le bon fonctionnement de ce projet (Gorz, 1992/2019, p.83).

Un tel projet permettrait aux individus de retrouver la possibilité d'avoir un monde qui leur est commun (Gorz, 1992/2019, p.29).

« [un] environnement à la fois naturel et social organisé de telle sorte qu'il permet à chacun d'en comprendre les règles et de s'y orienter et de telle manière que personne ne puisse, par le monopole d'une ressource, d'une connaissance ou d'une technique, imposer des conditions de vie qui viennent supprimer ce socle nécessaire à l'émancipation du sujet. » (Gorz, 1992/2019, p.63).

En complément du monde vécu qu'il propose, André Gorz soulève l'idée d'une transition vers un mode de vie basé sur le suffisant par le biais de l'autolimitation qui consiste à limiter ses besoins pour limiter ses efforts. Avec une perspective de ralentissement, il suggère de diminuer nos besoins afin de travailler moins et d'utiliser notre temps libre pour produire davantage par nous-mêmes des objets qui nous sont accessibles, compréhensibles, réparables et qui contribueront au monde vécu. Pour lui, c'est ce qui permettrait de sortir du capitalisme. Cela redonnerait aussi un sens à nos journées et à nos vies qui se retrouvent selon Gorz, trop souvent vidées de leur substance par l'omniprésence du travail et l'importance qui lui est accordée (Gorz, 1992/2019, p.78).

Si le réapprentissage de savoir-faire peut ainsi permettre de remettre le monde un peu plus à notre échelle, le travail d'André Gorz ne propose cependant pas de solution pour sortir le capitalisme de nous, comme si ce système nous était complètement extérieur, qu'il n'altérerait pas nos consciences, nos réflexes, nos façons de penser.

2.3 Un art vécu

C'est en réaction à cette impression d'incompréhension du monde que je souhaite développer une sorte d'« art vécu ». Je souhaite que ma pratique artistique soit accessible et compréhensible pour les personnes non-initiées à l'art contemporain et que mes œuvres soient à échelle humaine.

En aménageant mon atelier dans le CDEX, je tenterai ainsi de créer un espace de partage de connaissances des savoir-faire détournés et traditionnels. Dans cet aménagement, serre-tunnel,

plantes, aigrettes d'asclépiade, courtepointes et potions de toutes sortes se côtoieront. À mi-chemin entre le jardin, l'espace de jeu libre en plein air inspiré des communautés d'éducation alternative et l'atelier, mon installation au CDEX permettra aux visiteur-euses de participer à la vie quotidienne de l'atelier, en s'occupant des éléments qui seront présents. Il y aura chaque jour des choses à faire; les plantes à arroser, le vermicompost à nourrir, le purin d'ortie à brasser, à filtrer ou à embouteiller, des aigrettes d'asclépiade à balayer, on pourra s'échanger des semences, assembler des morceaux de courtepointes ou boire une tisane. Je souhaite que cet espace de jeu et de temps libre permette l'échange et le partage de manière organique en faisant appel au troc, aux instructions dessinées et aux conversations et rencontres spontanées.

Je perçois certaines formes d'art comme des manières potentielles de trouver de nouveaux possibles et de retourner à un monde vécu et c'est dans ce mouvement que je souhaite m'inscrire. Pour moi, cet art vécu, qui se greffe à nos modes de vie et qui ne nous semble pas plus grand que nous, emprunte quelques éléments à des courants artistiques déjà établis, sans toutefois s'y identifier totalement. Bien que j'éprouve un certain malaise et un sentiment d'imposteur à ce que ma pratique artistique ne rentre pas dans une case précise, celle-ci présente des similitudes avec les mouvements artistiques de l'art participatif, communautaire et de l'intervention.

En effet, ma pratique emprunte à l'art participatif le fait que le public peut s'engager dans le processus et interagir avec les éléments présents dans l'exposition. Toutefois, bien que le public participe à « l'entretien » des éléments de l'exposition, il les utilise en tant qu'outils de désenvoûtement et ne participe pas à la création des œuvres. Il y a donc une relation et un échange qui s'établissent, mais pas nécessairement dans un processus de co-création.

Ma pratique artistique s'apparente aussi à l'art communautaire en s'inspirant de certains principes de l'éducation populaire et en voulant susciter des changements sociaux. En effet, l'objectif souhaité de mes tentatives de désenvoûtement est de provoquer des changements à petite échelle dans nos cerveaux, nos modes de vie et nos manières d'agir pour, à plus grande échelle, mener à des changements sociétaux, par exemple une décroissance conviviale, comme le propose Yves-Marie Abraham. L'art communautaire se veut une manière de résister, de guérir et de lutter contre ce qui cause nos souffrances. Cela s'applique également à ma pratique, car se désenvoûter du capitalisme, c'est aussi guérir de ce « mal de l'infini » et résister au système qui nous l'impose.

Une partie de mon travail s'apparente également à l'intervention artistique infiltrante dans l'espace public par le biais de microgestes. Ces actions performatives semi-invisibles sont souvent effectuées en vain, car leur résultat est limité. Elles ont toutefois une portée politique, esthétique et surtout symbolique. Je suis grandement inspirée par le travail de Mierle Laderman Ukeles, qui allie pratique artistique et travail de soin et de maintenance toujours à recommencer. Mes interventions artistiques réalisées au cours des dernières années sont dans ce même esprit : j'ai filtré l'eau du fleuve Saint-Laurent à l'aide de petits filtres artisanaux, j'y ai lavé mes vêtements à la main avant de les laisser sécher à l'air pollué de la ville, j'ai tenté de nettoyer une carrière abandonnée devenue dépotoir illégal et j'ai répandu du purin d'ortie autour d'une raffinerie. Ces diverses actions pourraient être qualifiées de chronophages, qui signifie une activité « qui prend beaucoup de temps ou fait perdre du temps » (Dictionnaire Français : Chronophage, 2022).

Peu importe la forme que prend ma pratique artistique, les gestes et les créations que j'effectue sont souvent chronophages. Ils prennent à la fois beaucoup de temps à être effectués ou réalisés, et ils font également perdre du temps, car ils sont en apparence inutiles et vains. Mes courtepointes prennent des dizaines d'heures à être réalisées, sans avoir de réelle fonction, mes filtres artisanaux ne viendront jamais à bout de nettoyer toute l'eau du fleuve et le purin d'ortie n'arrivera pas à ralentir la production de la raffinerie. Toutefois, ces micro-gestes sont à notre échelle, nous permettent de nous réapproprier le monde qui nous entoure et de nous détacher des injonctions de productivité et de rapidité omniprésentes.

CHAPITRE 3

CROISSANCE & DÉCROISSANCE

3.1 Croissance infinie

C'était la première fois que je voyais des plants de thé du Labrador. J'avais déjà acheté des feuilles séchées au magasin pour en faire des infusions, mais l'odeur des feuilles fraîches était incomparable. J'aimais surtout le petit duvet très doux sous les feuilles et les tiges orangées de la plante, qui poussaient au travers des bleuetiers de Charlevoix. J'en ai cueilli beaucoup, trop peut-être. Et même si je tentais de faire une cueillette responsable, en ne prenant que quelques feuilles par plants et en ne gaspillant rien, ce que j'avais en tête surtout, c'était l'argent que j'économisais avec cette cueillette gratuite et combien valaient mes deux sacs bien remplis. Je pense que ce qui m'importait le plus était la valeur monétaire de la plante, pas sa valeur écosystémique ni médicinale. De retour chez moi avec mes deux sacs, je me suis dit que j'aurais dû en cueillir davantage, me faire des réserves pour quelques années.

Je souffre d'un « mal de l'infini » qui me fait considérer les « ressources » de la terre comme des marchandises, alors que ce sont plutôt des dons. L'autrice et botaniste autochtone Robin Wall Kimmerer explique que dans notre système économique basé sur la propriété privée, nous considérons le don comme une gratuité, quelque chose que l'on obtient sans donner en retour. Alors qu'au contraire, dans une économie du don, il y a interactions, responsabilités et réciprocité; on donne, on reçoit et on rend (Kimmerer, 2015/2021). Comment alors ne prendre que le nécessaire lorsque la nature nous fait don sur notre chemin, de bleuets, de petites feuilles velues de thé du labrador ou de champignons?

Le précepte « ne prendre que le nécessaire » laisse une grande marge d'interprétation lorsque les besoins et désirs sont en balance. De cette zone grise résulte une règle plus essentielle que la notion du seul besoin [...] Cette règle ancienne, profondément ancrée dans les cultures fondées sur la gratitude, ne résulte pas seulement à ne prendre que ce dont on a besoin, mais à ne prendre que ce qui est donné. Sur le plan des interactions humaines, ainsi agissons-nous. Nous respectons les bonnes manières, les règles de bienséances et les enseignons à nos enfants. Par exemple, vous rendez visite à votre grand-mère et cette dernière vous offre des *cookies* fait maison dans son plat en porcelaine préféré. Vous les acceptez et la remerciez chaleureusement. La cannelle et le sucre cimentent votre tendresse mutuelle. Vous prenez avec gratitude ce que votre grand-mère vous donne. Jamais il ne vous viendrait à l'idée de vous introduire dans son garde-manger et de vous emparer de tous les *cookies* et du plat en porcelaine sans son autorisation. Ce serait impoli. Blessant. Une trahison dans la confiance et l'affection que vous lui portez. De plus, votre grand-mère chagrinée n'aurait plus envie de vous cuisiner d'autres gourmandises. Nous sommes incapables d'étendre la politesse et ces bonnes manières à la nature. La « récolte déshonorante » est devenue un mode de vie – nous prenons ce qui ne nous appartient pas et nous le détruisons irrémédiablement. (Kimmerer, 2015/2021, p.260)

Alors que nous semblons tous-tes déconnecté-es de nos réels besoins, passer de « prendre ce dont on a besoin » à « prendre ce qui nous est donné » (p.257) m'apparaît donc comme une forme de décroissance, une manière de se défaire de l'insatiabilité qui nous habite. En effet, nous sommes nombreux-ses à vouloir cueillir plus de thé du Labrador et à résister difficilement à l'envie de s'en faire des réserves pour quelques années. Ce désir de croissance infinie est aussi notre idéal collectif : nous voulons couper plus d'arbres, extraire plus de minerais, pour faire toujours plus d'argent. C'est pour gagner cette course à la production que le capitalisme a intériorisé une logique d'accumulation basée sur la dépossession. Présent à ces deux échelles, le « mal de l'infini » nous envoûte et nous persuade que l'accumulation de biens est essentielle à notre bien-être individuel et collectif (Abraham, 2019, p.39).

Dans notre société basée sur la croissance, l'absence de celle-ci amène récession, chômage et manque de fonds publics. À l'échelle individuelle, on lui accorde aussi de l'importance en associant croissance à qualité de vie et en encourageant et célébrant l'accroissement de nos richesses personnelles. (Legault et *al.*, 2021, p.140) Cette double croissance, à l'échelle collective et individuelle, permet l'atteinte du mode de vie impérial, ce que nous qualifions généralement de « vie bonne et convenable », de manière de vivre « normale » (Brand et Wissen, 2021).

Dans un tel mode de vie, « une fois « libérés » des moyens dont ils disposaient pour assurer leur propre existence (terre, outils et matériaux) [...] la majorité des gens se voient contraints de vendre leur force de travail sur le marché pour survivre » (Brand et Wissen, 2021, p.76). Si cette manière de vivre est tout de même considérée positivement et désirée, c'est parce qu'elle permet un enrichissement personnel et une consommation de biens qui « facilite la vie » (Brand et Wissen, 2021, p.76). Or, tout le fonctionnement de cette manière de vivre basée sur la croissance repose sur des extériorités écologiques et éthiques ainsi que sur une aliénation de celles et ceux qui y participent.

D'abord, un système basé sur l'exploitation croissante de ressources naturelles qui sont, elles, limitées sur les plans biologiques et physiques est évidemment destructeur de l'environnement et des écosystèmes (Abraham, 2019, p.43). Un tel système ne peut être durable, peu importe la stratégie utilisée, et nécessite un « ailleurs », c'est-à-dire un processus d'externalisation des conséquences qui invisibilise les coûts écologiques de la production (Abraham, 2019, p.40). Ces « ailleurs »; des régions, territoires autochtones ou pays moins favorisés où se multiplient mines, coupes à blanc ou monocultures sont cachés, invisibles pour les consommateur-trices qui deviennent déconnectés de leurs biens de consommation et des conséquences écologiques de leur production.

De plus, bien que la croissance permette la pratique d'un mode de vie qui améliore la qualité de vie de la majorité des gens qui y participent, ce modèle génère aussi des inégalités. De la même manière que l'extériorité écologique, l'extériorité éthique et sociale assujettit certaines populations au sein même de la société de croissance, mais surtout dans son « ailleurs », de manière invisible. « Fondé sur l'inégalité, le pouvoir et la domination, il compte parfois sur la violence – des phénomènes qu'il engendre également. » (Brand et Wissen, 2021, p.64).

Finalement, la course à la croissance nous aliène en nous faisant oublier les savoir-faire traditionnels, en réduisant notre temps libre et en enchaînant notre vie au travail, qui bien souvent n'a pas de sens. Sans satiété possible, les capitalistes se retrouvent dans un monde abstrait et déconnecté de leurs réels besoins. Tout cela opère tel un cercle vicieux qui, en tournant, réduit notre liberté.

Cette quête de croissance porte aussi un autre nom. Dans la communauté anishinaabé de Robin Wall Kimmerer, on la nomme le windigo. Selon le mythe qui aurait pris forme lors des famines causées par la sur-chasse pour le commerce des fourrures, le windigo serait un être humain devenu monstre. Plus le windigo mange, plus sa faim s'aggrave; il est insatiable. La nature windigo étant présente en chacun-e, le mythe se voulait une dissuasion à céder à l'insatiabilité et à l'insatisfaction permanente (Kimmerer, 2015/2021, p.419-422). Maintenant, le windigo serait partout; dans les paysages dévastés par les coupes à blanc et l'extraction minière, mais aussi dans l'humain, « Beaucoup ont été contaminés par sa morsure. Ils déambulent dans les centres commerciaux» (Kimmerer, 2015/2021, p.422) ou dans les taïgas où poussent bleuets et thé du labrador...

HISTOIRE DE RÉCOLTES

Les champignons

Il y a quelque chose d'étourdissant dans la cueillette de champignons. La recherche d'une talle, en marchant les yeux rivés sur le sol à l'affût de petits points orangés cachés dans la mousse, hypnotise; je perds mes repères, j'oublie où je suis. Cette impression d'étourdissement continue une fois la talle de champignons trouvée. Bien souvent, quand il y en a une, d'autres se cachent tout près.

Accroupie dans la mousse, il y en a tant à cueillir que je m'emballe. Je cueille, mais j'ai déjà en tête la talle suivante, je m'y empresse; peut-être que les champignons y seront plus abondants, plus gros, plus beaux. Il se développe une réelle addiction à passer d'une talle à la prochaine. Elles se succèdent, toujours plus prometteuses, et moi je continue de cueillir, incapable de m'arrêter.

3.2 Décroissance

Face à l'absurdité de la croissance infinie, incompatible avec les lois de la nature, inéquitable et aliénante, l'idée de la décroissance propose « d'en finir au plus vite avec cette forme de vie sociale et de commencer à concevoir d'autres manières de vivre ensemble » (Abraham, 2019, p.39). La décroissance propose aussi de refuser cette course en produisant moins, en partageant plus et en remplaçant l'entreprise par les communs (Abraham, 2019, p.41). L'organisation de cette manière de vivre ne serait donc pas centrée sur l'accumulation de capital, la propriété privée ou le salariat (Abraham, 2019, p.232). Se tourner vers les communs signifierait au contraire de partager ce qui est essentiel à nos vies et de le rendre inappropriable par l'entreprise et accessible pour tous-tes.

La décroissance s'intéresse ainsi aux technologies *low tech*, aux « outils conviviaux » ou aux « techniques démocratiques » ainsi qu'à l'autosubsistance (Abraham, 2019, p.250). Il s'agit de « la

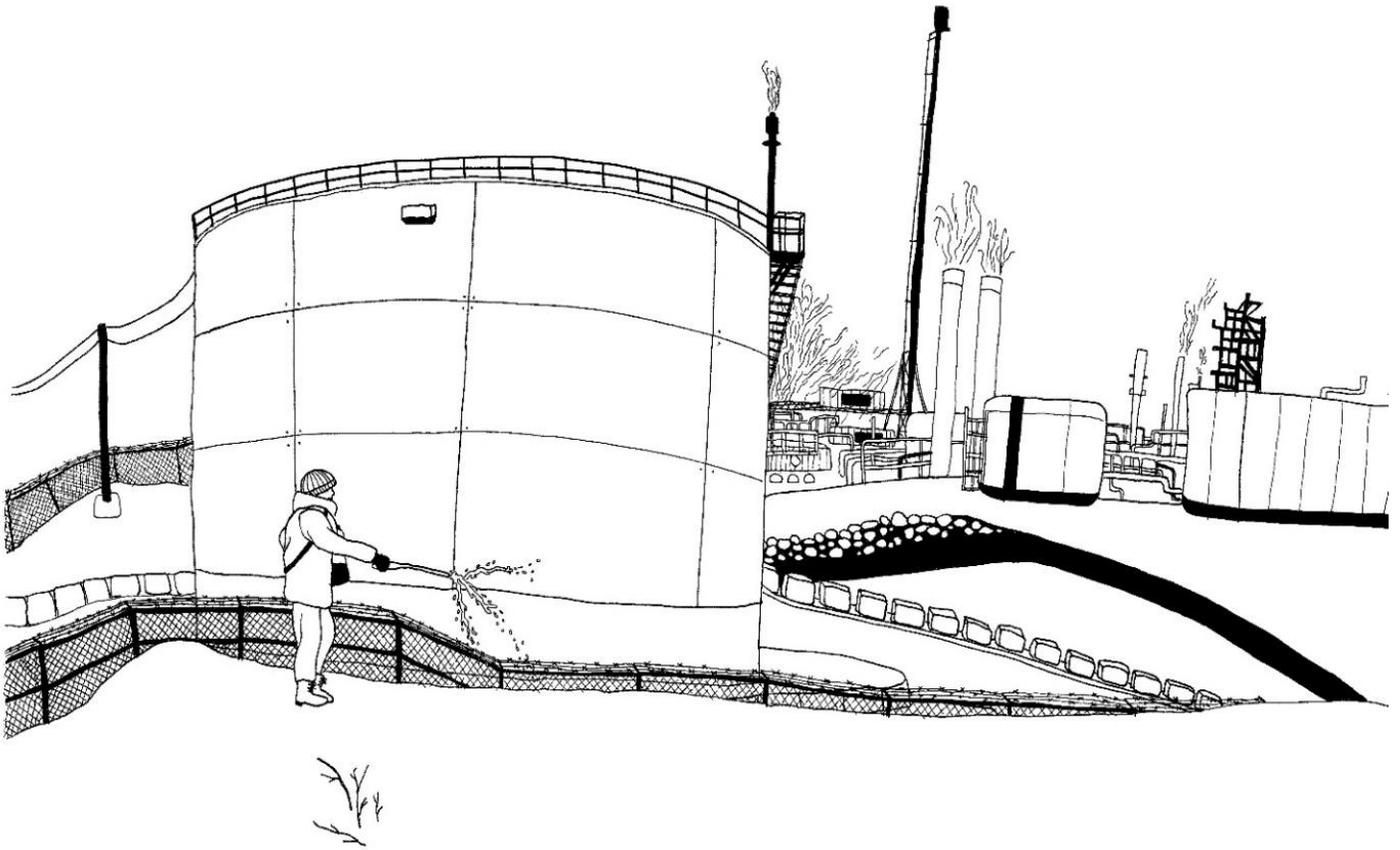
reproduction de nos existences, dans un souci d'autonomie et de justice. Il ne s'agit plus de produire pour vendre et contribuer à accumuler du capital, mais de simplement vivre. » (Abraham, 2019, p.250). Les jardins collectifs, les cuisines collectives, les ateliers de partage de connaissances, les cercles de lecture ou d'artisanat ou les logiciels libres sont des exemples de communs existants déjà qui permettent de reprendre de l'autonomie.

La décroissance s'inscrit aussi dans mon quotidien. Je cueille encore. Cette fois-ci c'est de l'ortie. J'en ai trouvé quelques talles, à Yamachiche, à Saint-Eustache et à Montréal. Je les visite quand je passe par là l'été. L'ortie est une plante urticante : les poils situés sur ses feuilles et ses tiges irritent la peau au toucher et causent une sensation de brûlure ou de piquûre. Pour cueillir l'ortie sans se piquer, on peut porter des gants. On peut la cueillir après un grand vent ou une forte pluie qui brisent souvent les poils urticants. Mais pour cueillir l'ortie sans se piquer, on peut aussi la cueillir en retenant sa respiration, en ralentissant. En attrapant très doucement l'ortie par le dessous des feuilles, il est possible de la couper sans se brûler. La plante, lorsqu'on la cueille à mains nues, nous impose son propre rythme. Elle nous force à ralentir sous menace de nous blesser si nous ne prenons pas assez notre temps.

Je cueille l'ortie à mains nues, c'est une façon pour moi de respecter la plante, de ne pas tricher devant son mécanisme de défense et d'en faire une cueillette responsable. L'ortie m'enseigne à ralentir. Pas le choix de bien calculer mes gestes et d'être délicate. Il reste tout de même difficile d'échapper à quelques piquûres. Mes mains sont capables de lenteur jusqu'à un certain point et parfois, après quelques tiges cueillies sans incident, je tente d'augmenter ma cadence et c'est à ce moment que je me brûle. Je considère que ça fait partie de l'expérience. Les petites rougeurs qui apparaissent sur mes mains témoignent que je ne maîtrise pas encore tout à fait la lenteur et la patience. Chaque fois que mes mains s'en parsèment, je repense à cette femme, rencontrée dans un jardin collectif de Rosemont qui racontait avoir cueilli tellement d'ortie qu'elle en était maintenant immunisée. Je me demande si elle était réellement immunisée contre les poils urticants de la plante ou si elle n'avait pas simplement acquis la lenteur requise pour la cueillir sans se brûler. D'ici à ce que cela m'arrive, j'ai toujours, lors de mes cueillettes, le petit pot de crème au plantain que j'ai concocté pour apaiser rapidement mes mains.

3.3 Pratiquer la décroissance

Je cueille souvent de l'ortie. Parfois pour la fibre de ses tiges, parfois pour faire de la tisane avec ses feuilles. Quelquefois, j'en fais aussi du purin. En faisant macérer ses feuilles dans de l'eau pendant quelques jours, il est possible de fabriquer cette substance qui sert à la fois de fongicide, de fertilisant et d'insecticide. Très utile au jardin pour se débarrasser des indésirables et encourager la croissance des plantes, j'attribue aussi au purin d'ortie des pouvoirs décroissantistes. En en épandant autour d'une raffinerie de pétrole de l'est de Montréal, à l'automne 2019, je voulais utiliser sa capacité à se débarrasser des « indésirables », qui étaient, dans ce cas-ci, les installations de la raffinerie, sorte d'insecte parasite polluant l'air, l'eau et le sol de la ville. Je souhaitais aussi que le purin fertilise les quelques plantes qui entouraient la raffinerie, mais plus que tout, je voulais que l'ortie, qui a la capacité de nous enseigner le ralentissement, l'enseigne aussi à la raffinerie, qu'elle l'amène à ralentir, à décroître.



Malgré une seule et brève application du produit autour des installations de la raffinerie – qui a rapidement été interrompue par les gardiens de sécurité de la compagnie – le purin d’ortie semble avoir fait effet. Quelques mois après l’épandage, des articles de Radio-Canada annonçaient des

pertes de 3,5 milliards de dollars pour la raffinerie, le report d'un projet d'expansion de ses installations montréalaises ainsi qu'un projet de diesel vert⁵.

Depuis que le concept de décroissance ne m'est plus étranger, je tente de développer une pratique artistique qui soit elle-même décroissantiste. Jusqu'à présent, cela consiste à réfléchir à l'impact écologique de mes projets et à leur pérennité, à élaborer une pratique autosuffisante sur l'autosuffisance, à produire moins, ainsi qu'à résister aux codes capitalistes du monde de l'art.

D'abord, si je réfléchis depuis plusieurs années à l'impact écologique de mes projets, c'est en réaction directe aux poubelles pleines de projets et d'expérimentations de mon cégep et de mon université. À la fin de ma première année au collégial, j'ai plongé dans un conteneur rempli de toiles montées à la main sur cadre de bois, sur lesquelles nous avons réalisé un projet de peinture. J'en ai sorti quelques-unes que j'ai pu réutiliser en peignant par-dessus ou en changeant la toile.

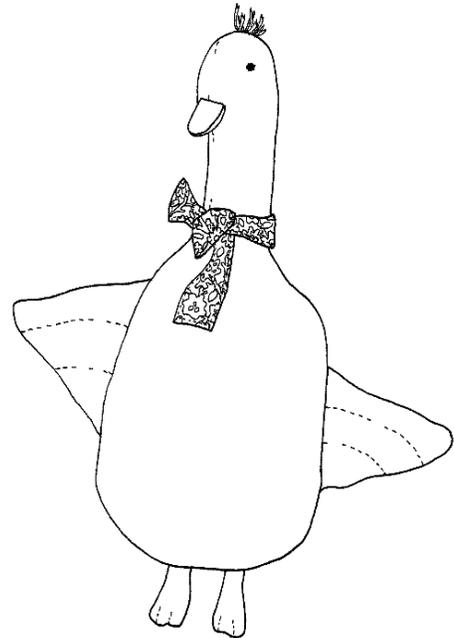
Tout au long de mon parcours académique en arts, les travaux artistiques « à usage unique » m'ont semblé être la norme à voir les poubelles qui débordaient de projets et de tests abandonnés après chaque remise. Depuis quelques années, je constate toutefois que les manières de créer et les matières utilisées changent et qu'un réel souci de réutilisation et de réflexion sur les matériaux et la pérennité des œuvres s'installe. Mais face au gaspillage dont j'étais témoin, j'ai choisi de ne pas faire, dans la mesure du possible, de projets « jetables » et de tenter de limiter mes achats de matériaux neufs pour leur conception.

Ma pratique artistique s'inscrit donc dans le mouvement décroissantiste en accordant une grande importance à l'origine des matériaux utilisés. Ainsi, je travaille avec des matériaux issus de diverses provenances. Ceux-ci consistent, entre autres, en des matériaux seconde main, déjà en ma possession ou en des matériaux que je fabrique moi-même. Je travaille aussi à partir de déchets ou de matériaux considérés comme tels, trouvés dans les poubelles, la mienne, celles de mes proches

⁵ Notons ici qu'il s'agit peut-être de *greenwashing*.

et celles qui croisent mon chemin. Finalement, j'utilise aussi des matériaux d'origine naturelle issus du jardin ou de la cueillette.

Par ailleurs, lors de la production de mes œuvres, j'accorde aussi une importance aux déchets générés. Par exemple, en accumulant les petites retailles de fil à coudre excédentaires lors de l'assemblage de mes courtepointes à la machine à coudre, j'ai pu rembourrer un petit toutou que j'ai fabriqué avec de vieux vêtements, sans utiliser de matériaux neufs, avec ce qui se serait autrement retrouvé à la poubelle. Malgré les contraintes « zéro-déchet » que je m'impose, je souhaite continuer de travailler la matière, mais il m'importe que les nouveaux objets que je fabrique aient le plus petit impact écologique possible.



C'est pour rester en cohérence avec cette idée que j'accorde aussi beaucoup d'importance à la seconde vie qu'auront les éléments que je réalise. Certains pourront se décomposer. Un jour les vers rouges de mon vermicompost pourront se régaler de mon papier-tomate. Dans certains cas, j'ignore cependant comment les matériaux vieilliront – on m'a dit que les sacs de terre en plastique de mes courtepointes et de ma serre-tunnel sècheront dans quelques années et qu'ils s'effriteront. Je souhaite tout de même qu'après l'exposition et avant qu'il soit inévitable de les jeter, ils fassent œuvre utile en accueillant respectivement pique-nique entre ami-es et petits plants de mesclun au printemps.

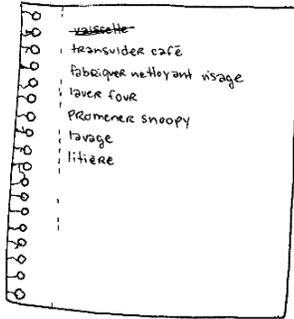
En travaillant à partir des matériaux issus de ces ressources et en m'intéressant à la manière dont ceux-ci sont fabriqués, j'ai développé une pratique artistique autosuffisante. J'arrive ainsi à subvenir aux besoins matériels de ma pratique artistique sans acheter de matériaux neufs ni dépenser d'argent. Cela me pousse à imaginer de nouveaux usages aux matériaux, par exemple à travailler les sacs de terre du jardin comme du tissu. Ma pratique artistique elle-même autosuffisante aborde aussi l'autosuffisance comme sujet. Ces deux manières d'aborder cette question génèrent un lien avec la décroissance, qui encourage l'autonomie, les techniques accessibles et les savoir-faire en préconisant un certain degré d'autosubsistance.

Par ailleurs, si pratique artistique va souvent de pair avec production artistique prolifique, je tente d'appliquer le principe décroissantiste de produire moins en remettant en question la pression de productivité de la société actuelle et du monde de l'art. La production de mes courtepointes est longue et minutieuse, mais il en va de même pour de nombreux autres types de productions artistiques (réaliser un tableau, un tissage ou une sculpture peut prendre autant de temps !). Dans ma pratique artistique, ce n'est donc pas seulement la lenteur de la technique qui dicte ma cadence de production. Il s'agit surtout d'une éthique de travail que je tente de mettre en place dans mon mode de vie afin de me défaire de mes réflexes capitalistes productivistes.

Mon rythme de production a grandement varié tout au long de la conception de mes courtepointes. D'abord commencées dans un état d'hyperproductivité, les premières étapes de leur réalisation furent dictées par ce que j'ai nommé un « réflexe robotique », c'est-à-dire le réflexe d'accomplir une étape à la fois et de ne passer à la suivante qu'une fois la première entièrement complétée. Cette manière de travailler me rappelle la séparation des tâches entre les travailleur-euses en usine, qui a pour objectif d'accroître la productivité. Dans le cas de mes courtepointes, cette méthode consistait à m'auto-imposer le lavage de tous les sacs de terre puis leur découpage avant de passer à la réalisation de chaque morceau. L'étape de l'assemblage des pièces, bien qu'elle soit la plus agréable à réaliser, car elle donne un aperçu du résultat final, arrivait en tout dernière. Au cours de ce travail, même si les différentes tâches étaient réalisées par la même personne, je constatais une certaine forme d'aliénation à travailler de cette façon, à passer des journées entières à découper des sacs de plastique en bandelettes. C'était la manière la plus rapide de travailler, mais c'était aussi celle qui avait le moins de sens. Au fil des morceaux assemblés, mon rythme de travail s'est adouci et l'hyperproductivité s'est transformée en un travail plus sensé au cours duquel je réalisais les étapes dont j'avais envie au moment où j'en avais envie. C'était moins rapide, mais le résultat qui prenait forme devant mes yeux beaucoup plus tôt dans le processus de création amenait une motivation qui avait été jusqu'ici absente. Ce travail avait enfin du sens et je ne me sentais plus comme une machine.

MÉTHODE DE DÉSENGOÛTEMENT

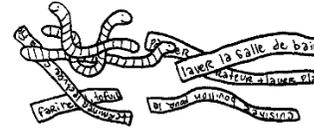
Composter les listes



Mes listes de choses à faire se succèdent : à faire cette semaine, à faire en fin de semaine, à faire dans mes temps libres, à faire pour le travail, à faire pour la maîtrise, à faire pour l'appartement, à faire pour le jardin, à faire cette année, livres à lire, choses à acheter,

choses à réparer, plantes à repoter. La liste de mes listes pourrait continuer longtemps. Elles sont écrites dans mon agenda, dans mes cahiers et sur des bouts de papier et témoignent toutes d'une hyperproductivité, d'un trop-plein de choses à faire et d'un manque de temps pour tout faire. Souvent, ces listes me stressent, car il n'est jamais possible de les achever. Chaque fois, une nouvelle chose à faire se rajoute à la suite des autres. Ce sont leurs lignes qui dirigent mes journées, qui contrôlent mes actions et m'imposent un rythme insoutenable. Je voudrais ralentir, mais ces listes me

poussent au contraire, à accélérer, à tout faire toujours plus vite pour pouvoir rayer le plus de lignes possible. C'est une habitude bien ancrée de rédiger ces listes et de les surcharger. Pour m'en désengoûter, j'ai commencé par composter ces listes qui envahissent chaque sphère de ma vie. Découpées en minces bandelettes, mes listes récentes et anciennes de tâches déjà effectuées ou encore à faire font office de litière pour mon vermicompost. Lentement, l'humidité du mélange affaiblit le papier qui, peu à peu, sera dévoré par les vers et transformé en matière organique. Si les lignes de ces feuilles cachaient encore quelques relents de productivité, ce seront maintenant les vers, la matière organique et le sol du jardin où je l'étendrai qui seront désormais productifs.



Par ailleurs, mon rythme de production est aussi lié aux contraintes que m'imposent mes matériaux. En effet, mes productions qui nécessitent de la matière végétale doivent être prévues ou retardées en fonction des dates de récoltes. Par exemple, le rembourrage en aigrettes d'asclépiade de l'une de mes courtpointes a dû s'échelonner sur deux années, car la ressource à proximité de chez moi ainsi que la période de cueillette sont assez limitées. Il en va de même pour mon approvisionnement en matériaux considérés comme des déchets, notamment pour ceux que je trouve par hasard. J'ai eu la chance de trouver sur la même rue, dans deux poubelles différentes, à quelques mois d'intervalle, de gros emballages d'une matière végétale isolante servant à garder au frais des livraisons de smoothies. Ayant en ma possession une bonne quantité de cette matière mystérieuse, mais très intéressante, j'ai décidé de l'utiliser pour rembourrer ma grande courtpointe. Malheureusement, les deux paquets repêchés des poubelles n'ont finalement pas été suffisants pour remplir complètement ma courtpointe. Ainsi, l'aboutissement de cette pièce dépendra des prochaines livraisons de smoothies des résidents de mon quartier et de la chance que j'aurai en passant peut-être au bon endroit au bon moment !

Dans ma pratique artistique, j'applique aussi le principe décroissantiste de produire moins en remettant en question la pression de production qui émane du monde de l'art contemporain. Je ne suis pas (et ne souhaite pas être) une artiste prolifique. Je tente au contraire de m'éloigner de tout ce qui pourrait potentiellement m'imposer un rythme ou une manière de travailler.

J'aime travailler seule chez moi, en écoutant un balado et en regardant mon chat dormir sur le bord de la fenêtre. Il y a quelque chose d'hypnotisant et d'enveloppant à assembler des centaines de morceaux au ronronnement de la machine (et du chat). Lorsque la routine de danse des mains s'installe, après quelques coutures, le cerveau décroche, ce sont les mains qui mènent. Parfois, je sens mon impatience monter. Je voudrais que l'aiguille pique plus vite, que le moteur bourdonne plus fort, qu'il reste moins de pièces à assembler ; mon pied pèse à fond sur la pédale. Alors, je change d'activité. Je tente de cultiver un certain type d'état d'esprit lorsque je travaille à la machine à coudre ; un état que certaines personnes appellent la méditation pleine conscience. C'est dans ce même état que je travaille au jardin.

RECETTE DE DÉSENGOÛTEMENT

La tisane d'ortie

Dans une théière avec filtre, laisser infuser une dizaine de minutes une poignée de feuilles d'ortie séchées dans de l'eau chaude, mais pas bouillante. Verser dans une tasse et consommer.

Une consommation régulière pourra avoir des effets bénéfiques pour la santé et encourager un ralentissement.

** Il est important d'identifier la plante avec certitude lors de la cueillette et de vérifier les contre-indications médicales avant la consommation.

Si j'explique tout cela, c'est parce que je crois de plus en plus que « le faire » est l'un des aspects les plus importants de mon travail, car c'est en faisant que je me désengoûte. L'action de montrer mon travail, elle, m'apparaît plutôt comme un moyen de partager et non pas comme une finalité en elle-même. Faire > partager > montrer

Finalement, mes manières de travailler sont aussi une façon de résister aux codes capitalistes du monde de l'art. En n'ayant ni l'objectif de produire beaucoup, ni celui de montrer ou de vendre, je tente plutôt de m'inscrire dans un système artistique alternatif. Je souhaite mettre au cœur de mon travail le faire et le partage afin de rendre ma pratique artistique cohérente avec mes valeurs et mon mode de vie.

CHAPITRE 4 ÉCOFÉMINISMES

4.1 Capitalisme patriarcal

Le capitalisme est basé sur l'appropriation : l'appropriation du travail, des corps, de la nature et ses ressources ainsi que des savoirs. Si l'on définit souvent le capitalisme comme patriarcal, c'est parce que les structures de pouvoirs de ces deux systèmes s'imbriquent l'une dans l'autre, s'entre-nourrissent et se supportent.

Le capitalisme patriarcal s'approprie le travail; le travail prolétaire, mais aussi le travail domestique. Ce travail domestique consiste en des tâches essentielles au maintien de nos existences : la cuisine, le ménage, l'éducation des enfants et la reproduction. Avec l'appropriation de ce travail, à la fois invisible et non-rémunéré, presque toujours effectué par des femmes, des enfants, des minorités et des personnes provenant de classes sociales inférieures, vient l'appropriation de leur propre corps. Bien qu'il ne reçoive aucune reconnaissance ni considération, ce travail est essentiel au fonctionnement du capitalisme. « En effet, on ne peut retourner au travail si l'on n'a pas mangé et si l'on n'a pas minimalement régénéré sa force de travail. » (Casselot et Lefebvre-Faucher, 2017, p.129).

De la même manière qu'il s'approprie les corps, le capitalisme patriarcal tente aussi de s'approprier la nature et ses composantes, vivantes comme inanimées. Ainsi, la terre est considérée comme un bien immobilier, tandis que les minéraux, les arbres et les animaux, sont nommés « marchandises » ou « ressources ». Le capitalisme patriarcal ne considère ni les liens qui unissent ces éléments entre eux, ni leur interconnexion avec nous. De ce désir de dominer la nature, il n'importe que l'accumulation toujours croissante de profits.

C'est ce même système qui s'approprie les savoirs, en annihilant les connaissances locales, marginales, alternatives et traditionnelles. Cet effacement des cultures s'effectue au profit d'un savoir dominant « profondément lié à l'économisme », mais déconnecté des réels besoins humains (Shiva, 1993/2022, p.78). La disparition de ces savoirs, souvent liés à l'autonomie alimentaire, à l'écologie et aux soins est l'une des externalités du capitalisme qui contribue à installer sa domination et ses monocultures partout sur son chemin. Ces conséquences sont particulièrement

notables dans le Sud globalisé, où les populations voient leur souveraineté alimentaire menacée par la modernité coloniale.

HISTOIRE DE RÉCOLTES

Les pommettes

Il y a un tapis de pommettes étendu sur le plancher de la petite cuisine de mon appartement. Disposé en rang sur une serviette de bain jaune, l'ensemble ressemble à un tapis de pompons. Je les fais sécher ici quelques heures, puis je commencerai les premières étapes de ma recette. Je veux faire de la gelée de pommettes, et en faire assez pour toute l'année. J'ai dû remplir au moins deux sacs de pommettes au parc. Les deux pommetiers qui s'y trouvent produisent des fruits jaunes et rouges qui sont surets, mais aussi sucrés, contrairement à d'autres variétés presque immangeables. Si j'en ai cueilli autant, c'est parce que je ne voulais pas gaspiller; au parc, personne d'autre ne semble les cueillir. J'ai donc pris toutes celles qui étaient à ma portée. J'ai cuisiné celles qui étaient en bon état et on a eu assez de gelée pour en offrir en cadeau.

Il y a un autre pommetier, au coin de ma rue. Vers la fin de l'automne, j'ai remarqué qu'il perdait toutes ses feuilles, mais que ses fruits restaient bien accrochés à ses branches. Les fruits persistaient aux branches même durant l'hiver.

Dans ce décor, ils ressemblaient à de petites boules de Noël. Les pommetiers du parc étaient dans ce même état. Les fruits que je n'avais pas pu atteindre ornaient toujours leurs branches, mais ils étaient aussi accompagnés de quelques oiseaux qui semblaient apprécier la collation.

Les colons des Grands Lacs qui observaient les autochtones récolter le riz sauvage trouvaient que ceux-ci gaspillaient. Après quatre jours de récolte abondante, ils cessaient le travail. Pourtant, les rizières étaient encore pleines, mais, disaient-ils, ce qui résistait n'était pas pour eux. Cette pratique contribuait à préserver la faune et la flore qui les entourait (Kimmerer, 2015/2021, p.255). En effet, comme l'a expliqué une famille de riziculteurs traditionnels ojibwée à un étudiant en ingénierie leur proposant un système de cueillette à haute performance, ce qui est laissé n'est pas gaspillé. « Nous ne sommes pas les seuls à aimer le riz. Tu crois que les canards s'arrêteraient ici si on prenait tout? » (Kimmerer, 2015/2021, p.256).

4.2 Écoféminismes

C'est en réaction au capitalisme patriarcal que les écoféminismes se sont érigés. Issues des milieux pauvres du Sud globalisé, les premières écoféministes vivaient « entre la course à la modernité coloniale de leur propre pays et la résistance de certains aspects de leur culture traditionnelle. » (Bahaffou, 2022, p.29). Contestant les violences du néolibéralisme, du patriarcat et du colonialisme, elles ont bricolé des manières alternatives de survivre en agissant « par la permaculture, l'éducation, le soin des animaux, la préservation de la souveraineté alimentaire, le renouvellement des institutions démocratiques, la décroissance conviviale, le blocage actif des destructions » (Casselot et Lefebvre-Faucher, 2017, p.13).

Les écoféministes tentent de réenchanter le monde en valorisant la magie, les rituels, les espaces d'échange et le partage des savoirs traditionnels pour combattre la standardisation capitaliste

(Bahaffou, 2022, p.42). Leur manière de vivre vise à reconquérir le pouvoir de transformer leur vie par le biais entre autres, de la démocratisation des savoirs. Elles considèrent que le système de connaissances contemporain est déconnecté de l'être humain (Shiva, 1993/2022, p.80) et militent pour que les savoirs locaux, alternatifs ou traditionnels soient reconnus et valorisés en tant que connaissances légitimes. En effet, ces savoirs libèrent et rendent autonomes, en plus d'être concrets, authentiques et en contact avec la réalité.

Les écoféministes s'intéressent également au *care* sous toutes ses formes, mettant en lumière les liens unissant féminisme et gestes de subsistance. Elles montrent ainsi que les tâches d'autoproduction des éléments nécessaires à nos quotidiens (la nourriture et les vêtements par exemple) sont un travail long et précaire mais aussi indispensable « à tout projet écologique alternatif soutenable. » (Bahaffou, 2022, p.23). En intégrant les luttes politiques à leurs manières de vivre, les écoféministes mettent en place une écologie de la vie quotidienne qui témoigne de leur aspiration pour un monde créatif, communautaire, écologique et véritablement démocratique.

Ce désir de démocratie est fortement lié à leur vision holistique du monde, qui prend en considération et reconnaît les interconnexions entre tous les êtres marginalisés et vulnérables, humain-es et non-humain-es : plantes, animaux, cours d'eau, écosystèmes, etc. Selon cette idée, la destruction de la nature est un problème social mais aussi politique et « ce qui affecte une espèce en particulier touche l'entièreté du vivant » (Casselot et Lefebvre-Faucher, 2017 p.23).

Finalement, les écoféministes s'intéressent aux modèles d'auto-gestion et remettent aussi en question l'économie, qu'elles considèrent déconnectée de nos vies et de nos besoins. Elles cherchent des manières de se la réapproprier, d'en faire un outil qui les sert, et non plus un outil qu'elles servent (Casselot et Lefebvre-Faucher, 2017, p.66).

HISTOIRE DE RÉCOLTE

Les tisanes

Les plantes aromatiques et médicinales poussent en abondance dans le jardin. L'ortie, la mélisse, la menthe poivrée et la menthe de la montagne se font compétition dans un même carré de terre et elles gagnent toutes. Chaque été, la récolte est énorme et l'appartement se retrouve envahit de bouquets odorants accrochés dans toutes les pièces. J'en dispose sur une corde à linge tendue aux extrémités de ma cuisine et sur tout ce qui peut faire office de support : une tringle à rideau, un clou au mur, une grille de four.

Une fois séchées, je conserve les feuilles en bocaux pour en faire des tisanes. La récolte est d'une telle abondance que je ne m'en veux pas de jeter au compost les quelques bouquets qui prenaient la poussière encore accrochés dans la cuisine des mois plus tard. Ces plantes, j'en ai tellement, qu'elles ne me semblent plus précieuses. Et pourtant, j'en bois des infusions chaque soir.

4.3 Pratiquer l'écoféminisme

Les tentatives de désenvoûtement que j'élabore sont pour moi une manière sensible de répondre au capitalisme patriarcal. Ma pratique se veut une manière d'entretenir les savoir-faire traditionnels. Je les apprends, les applique, les détourne et les partage afin d'ouvrir un champ de possibilités et de les sortir de l'oubli. Je ne donne pas à mes courtpointes, vermicompost, lessis de cendres et autres éléments présentés, le statut d'œuvres. Ce sont plutôt des outils de désenvoûtement. Toutefois, en présentant ces éléments inspirés de l'artisanat et des soins domestiques et de subsistance, des pratiques encore aujourd'hui invisibilisées et dévalorisées, je souhaite leur redonner l'importance méritée. Je souhaite que la valorisation de ces pratiques s'inscrive dans nos discours au quotidien, que l'on cesse de regarder de haut ces occupations artisanales et domestiques, mais aussi qu'elles s'inscrivent dans les réflexions sur le mouvement écologique et dans le champ des arts contemporains.

Les écoféministes le savent; les savoirs manuels artisanaux (raccommoder, tricoter, coudre), domestiques (nettoyer, cuisiner) et de subsistance (semer, récolter, transformer, conserver) sont des savoirs essentiels qui peuvent nous outiller vers un mode de vie plus soutenable et permettre à certaines populations de s'émanciper du système capitaliste. Pour ma part, ces gestes et savoirs s'inscrivent à la fois dans ma pratique artistique, mais aussi dans mon mode de vie. Dans cette écologie de la vie, la pratique artistique s'entrecroise au quotidien. Le jardin, la cuisine, les tâches ménagères nourrissent ainsi ma pratique artistique. C'est dans cet échange et cette réciprocité que je m'inscris : un échange où les frontières disparaissent, où il n'est plus possible de distinguer si le lessis de cendres servira à faire ma prochaine brassée de lavage ou à laver le capitalisme qui nous

recouvre. Pour partager ces réappropriations de savoir-faire et ces détournements, j'ai parfois utilisé le troc ou le fanzine. Dans le cas de mon aménagement-atelier au CDEX, j'utiliserai plutôt l'autopublication sous la forme de feuilles d'instructions dessinées. Ces feuilles en libre-service accompagneront certains éléments présents dans la salle. Les instructions qui y figureront seront libres d'interprétation, faisant appel à l'intuition du public et lui laissant une part de liberté dans la fabrication et l'usage des tentatives de désenvoûtement. Ni l'utilité, ni la perfection ne seront l'objectif ; au contraire, une part de mon travail vise à s'en défaire, car « quand l'utilité domine, les adultes perdent quelque chose d'essentiel à leur capacité de penser ; ils perdent la curiosité gratuite qui s'épanouit dans l'espace ouvert du jeu » (Huizinga, 1988/1998).

RECETTE DE DÉSENOÛTEMENT

Lessis de cendres

Le lessis de cendres ne demande pas d'achat, est écologique et est un agent nettoyant efficace. Il a le pouvoir de laver nos vêtements des poussières capitalistes qui nous recouvrent avant que celles-ci ne s'introduisent en nous.

Dans un récipient ouvert, mélanger

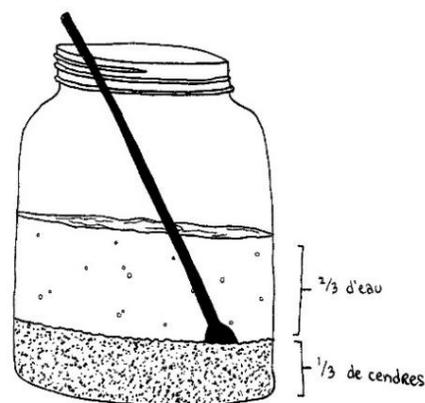
1/3 de cendres de bois

2/3 d'eau

Laisser macérer 3 à 10 jours en brassant quotidiennement

Une fois la macération complétée, filtrer à l'aide d'un tissu tissé (un morceau de jeans est ce qui fonctionne le mieux) et transférer dans un contenant fermé

Disposer les cendres mouillées au jardin ou sur la pelouse en fine couche
Utiliser le lessis filtré de la même manière qu'un savon à lessive commercial lors du lavage des vêtements.



** Il est important de manipuler les cendres sèches dans un endroit aéré et de porter des gants et des lunettes de protection afin d'éviter tout contact direct avec le liquide lors du filtrage, car son PH est très alcalin.

Pour la sorcière écoféministe Starhawk, qui « milite pour une éthique de l'intégrité, du soin et de la guérison », un changement dans nos consciences est nécessaire (Casselot et Lefebvre-Faucher, 2017, p.24). « Pour changer notre attitude envers la nature, nous devons changer nous-mêmes radicalement, par le biais d'une spiritualité ancrée dans l'action politique » (Casselot et Lefebvre-Faucher, 2017, p.24). Ainsi, dans ma pratique artistique, c'est en élaborant et en effectuant des tentatives de désenvoûtement que je tente d'opérer ce changement de conscience et d'attitude. Pour moi, ces actions désenvoûtantes sont en quelque sorte des rituels : elles sont symboliques et visent

à mobiliser un processus magique qui permettrait de se défaire de nos réflexes capitalistes. Ce procédé magique est aussi bien connu dans le domaine des neurosciences : il s'agit en fait de la plasticité cérébrale.

CHAPITRE 5 PLASTICITÉ

5.1 La nature humaine

Si les réflexions sur les manières de sortir du capitalisme sont de plus en plus nombreuses, celles qui proposent des solutions pour sortir le capitalisme de nous sont encore rares. Car comment sortir d'un système qui nous a modelé ? Ni les théories sur la décroissance, ni celles sur le monde vécu ne semblent s'intéresser à cette question pourtant majeure.

Dans les dernières années, nous nous sommes surpris-es à trouver des plastiglomérats, un nouveau type de roche composé de plastique, sur certaines rives. Nous avons décelé des polluants dans l'eau de pluie sur l'ensemble de la planète. Nous avons même retrouvé des particules de microplastique dans nos corps et dans celui de fœtus en gestation. Nous ne sommes toutefois pas au bout de nos surprises, car il semblerait que le capitalisme lui-même se soit infiltré en nous.

Félix Guattari aborde lui aussi la question de la plasticité au travers de ce qu'il nomme « les trois écologies » (1989) : l'écologie sociale, environnementale et mentale. Ces trois écologies étant interreliées, il les considère comme des outils permettant d'agir efficacement sur les problèmes en incitant à des réflexions éthiques et politiques intersectionnelles. Son principe d'écologie mentale considère que l'inconscient est modelé par son milieu et connecté au social et au politique; il s'agit en fait de la théorie de la plasticité neurologique du cerveau. Pour Félix Guattari, c'est le « Capitalisme Mondial Intégré » qui modèle notre cerveau et il importe de le libérer afin de retrouver notre singularité et de s'émanciper des paradigmes d'accumulation. Cela peut s'effectuer par une réappropriation de l'art et de la culture, qui ont le pouvoir d'activer un tel changement dans les trois sphères.

Le capitalisme s'est infiltré en nous. Par cela, je n'entends pas, comme le croyait Émile Durkheim, que ce « mal de l'infini » soit dans la nature humaine (Abraham, 2019, p.28). Comme le soulève Yves-Marie Abraham, il ne se trouve nulle part ailleurs les traces d'une course à la croissance semblable à celle que nous connaissons présentement. « Cette absence est particulièrement flagrante dans le cas des sociétés de chasseurs-collecteurs », qui consacraient bien peu de temps aux tâches de subsistance, travaillant souvent moins que quatre heures quotidiennement, ce qui correspond à la moitié de nos journées de travail habituelles. (Abraham, 2019). Si un tel horaire

leur laissait le temps d'accumuler et de produire plus de biens, les chasseur-euses-collecteur-trices étaient pourtant insouciant-es par rapport à leurs biens matériels et ne tentaient pas d'en accumuler davantage, même lorsque cela était possible (Abraham, 2019).

Ainsi, le capitalisme ne fait pas partie de la nature humaine, il semble plutôt avoir été intériorisé, au point d'être devenu une norme sociale, une habitude apprise, un chemin de synapses qui s'est construit lentement dans nos cerveaux. Quelque chose donc, qu'il est possible de désapprendre, de déconstruire. Comme l'explique avec humour Yves-Marie Abraham, « Pour le dire à la manière de Simone de Beauvoir, on ne naît pas forcément *Homo oeconomicus*, mais on le devient inévitablement. » (2019, p.182).

HISTOIRE DE RÉCOLTE

Les poubelles

Il y a des récoltes qui se font dans les poubelles. De temps en temps, je sillonne les ruelles du Mile-End avec mon amie Annie-Kim à la recherche d'aliments jetés, mais encore bons. Ici, ce qui n'est pas ramassé risque d'être véritablement gaspillé. À chaque fois ou presque, nous faisons une bonne récolte et lorsqu'on trouve de grandes quantités d'aliments ou des aliments qui ne nous intéressent pas, on les partage. Si je passe des soirées la tête dans les poubelles à repêcher des petits casseaux de mûres et de framboises, des grappes

de tomates juste un peu molles ou des pots de fromage à la crème à peine périmés c'est pour sauver ces aliments du gaspillage, pour leur gratuité et pour le plaisir de cette chasse au trésor. Mais même si ce mouvement *freegan* a des racines anticapitalistes et en appelle à sortir de la consommation, le réflexe me revient chaque fois de calculer la valeur de ce que j'ai ramassé, de mettre un prix sur mes déchets comestibles; 30 \$ de fromage à la crème, 50 \$ de petits fruits, 5\$ de poivrons...

5.2 La plasticité

Si le capitalisme a pu transformer nos esprits pour faire de nous des êtres qui cherchent constamment à produire et accumuler, toujours plus vite, c'est grâce à la plasticité de notre cerveau. Mais avant de s'intéresser à cet envoûtement, il importe d'abord de bien comprendre ce concept.

Pour Catherine Malabou, la plasticité est le concept qui unifie les neurosciences (2004/2011, p.41). Il permet une nouvelle conception du cerveau selon laquelle ce dernier n'est plus conçu comme une entité rigide. Ainsi, le cerveau est plutôt dynamique et capable d'adaptation. Selon cette nouvelle conception de l'organe, on pourrait donc comparer ses propriétés à une boule de pâte à modeler, dont la matière est apte à être formée, faisant de lui « une instance à la fois modifiable, « formable » et formatrice. » (Malabou, 2004/2011, p.43). Cette plasticité se déploie de trois façons : par le modelage des connexions neuronales lors du développement du fœtus ou de l'enfant, par la modification des connexions au cours de la vie et par la réparation des connexions lorsque

cela est nécessaire (Malabou, 2004/2011). Nous nous intéresserons principalement ici au deuxième point; la modification des connexions neuronales tout au long de la vie.

Les connexions neuronales, aussi nommées synapses, sont les liaisons entre les neurones. Ce sont de multiples ponts placés entre les nombreuses îles-neurones, qui peuvent être érigés, déplacés vers l'île voisine ou laissés à l'abandon jusqu'à leur écroulement. Le modelage de ces liaisons est alimenté par nos manières de vivre, nos expériences et nos aptitudes (Malabou, 2004/2011, p.45) qui renforcent certains liens et en défont progressivement d'autres, et ce « sur le cerveau en croissance, comme chez l'adulte » (Habib,1998, p.32).

Lorsqu'un parcours d'île-neurone et de pont-synapse est fréquemment utilisé, cette synapse augmente de volume et devient plus efficace, tel un pont achalandé auquel on ajouterait des voies pour y laisser passer un plus grand flux de trafic. Nos cerveaux se modèlent ainsi progressivement, développant des parcours uniques modelés selon nos expériences, notre identité, notre environnement, nos rencontres, nos apprentissages, notre vécu, nos pratiques et nos manières de vivre.

5.3 Le capitalisme au quotidien

La théorie de la plasticité cérébrale peut expliquer notre envoûtement capitaliste. En effet, influencées par leurs expériences et leurs apprentissages issus d'un quotidien teinté par le capitalisme, nos synapses auraient été modelées par ce système, sans que nous en ayons fait délibérément le choix. Catherine Malabou explique que « Le modelage est peu à peu celui que notre propre activité imprime aux connexions » (2004/2011, p.46). Ainsi, une activité teintée par le capitalisme pourrait donc modeler des connexions du même type entre nos neurones. Un tel modelage pourrait par la suite encourager ces activités à se reproduire.

Ces activités teintées par le capitalisme consistent en des gestes simples et banals qui se fondent dans notre quotidien. Séparée en catégories, la majorité est bien connue; on retrouve en fait ces mêmes caractéristiques dans le système capitaliste à grande échelle. Ici, je mettrai plutôt l'accent sur leur présence à petite échelle, dans nos activités et nos gestes du quotidien.

La première catégorie consiste en un besoin toujours croissant d'accumulation de capital. Elle peut se traduire par une quête de l'infini, un désir sans limites d'argent ou de biens. À l'échelle

individuelle, on peut l'observer par des activités d'accumulation injustifiées, par exemple des cueillettes ou des achats dont l'abondance dépasse largement nos besoins réels.

HISTOIRE DE RÉCOLTE

Les raisins du parc

Il y a des grappes de raisins bleus qui poussent au parc, près de chez mes parents. Les vignes grimpent sur un arbre et les grappes se cachent entre les feuilles. Il faut chercher une manière d'entrer et se faufiler à travers l'arbre et la vigne pour arriver dans un cocon de feuilles qui nous coupe du reste du monde. Les raisins tapissent le haut du cocon, on se croirait dans un

observatoire astronomique où les étoiles seraient bleues et en grappes. Obnubilée par ces petites constellations bleues, j'en cueille au moins un sac chaque automne. Pourtant, ils sont si acidulés que j'ai du mal à en manger plus d'une poignée. Chaque automne, je finis par en perdre, oubliés dans le fond du frigo.

La deuxième catégorie est un désir de productivité dans les différentes sphères de nos vies. Alors qu'on nous l'impose déjà dans la sphère du travail, cette injonction à la productivité s'infiltré aussi dans notre quotidien. En effet, on tente constamment de rendre nos tâches domestiques plus rapides à effectuer et d'accroître notre efficacité en utilisant notamment des machines, des services et des outils. Ce désir de productivité peut être en partie justifié par le manque de temps dans notre quotidien pour effectuer les tâches domestiques requises au maintien de notre existence. Il reste néanmoins que le capitalisme insufflé un besoin de vitesse et une impression d'urgence dans toutes les sphères de nos vies, jusque dans nos temps libres et que nous sommes nombreux-ses à ressentir ce besoin de tout voir, tout faire, rapidement.⁶

La troisième catégorie se traduit par un esprit constant de concurrence avec les autres. Cette tendance à se comparer traduit le désir de posséder plus, de réussir mieux, d'être meilleur-es dans toutes les sphères de nos vies (au travail, dans un sport, dans une activité, d'avoir la plus grosse maison ou la plus récente voiture). C'est, selon Yves-Marie Abraham, un apprentissage qui s'est amorcé à l'école en confrontant les enfants à « une concurrence permanente » pour les notes, puis pour accéder aux meilleures formations, aux meilleures écoles, aux meilleurs diplômes et à la meilleure carrière pour enfin obtenir le meilleur salaire (Abraham, 2019, p.182).

Finalement, la quatrième catégorie est la défense de notre propriété privée, qui nous pousse à vouloir conserver et protéger les biens que l'on possède et être réticent-es à partager.

⁶ Je pense par exemple au syndrome FOMO, qui signifie en anglais *Fear Of Missing Out* ou anxiété de ratage et qui peut se manifester sous différentes formes.

Ainsi, nous effectuons ces activités teintées par le capitalisme par habitude, encouragé-es par les compagnies et leurs publicités, par les modes de vie proposés dans les médias et par nos apprentissages acquis dans et à l'extérieur du système d'éducation. Et puisque « l'exercice d'une fonction, surtout s'il est répété de manière régulière et intensive, est capable de modifier [...] la forme même du cerveau » (Habib, 1998, p.33), nous voilà maintenant envoûté-es.

Mais le cerveau, rappelons-nous, est plastique. Et s'il est possible de le « programmer » en développant des parcours neuronaux, il est aussi possible de le déprogrammer. En effet,

La capacité qu'ont les synapses de moduler leur efficacité et de modifier la force de leurs branchements sous l'effet de l'expérience opère dans un double sens. Soit l'efficacité de la synapse (sa capacité de transmettre des signaux de neurone en neurone) augmente, c'est la « potentialisation à long terme »; soit elle diminue, c'est la « dépression à long terme. » (Malabou, 2004/2011 p.50)

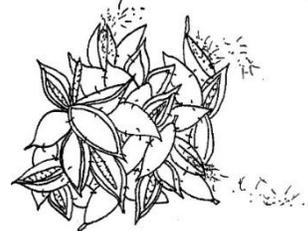
Ce processus de dépression, qui fait en sorte que les synapses moins utilisées deviennent moins efficaces, permet donc de désapprendre un acquis ou de se débarrasser de certains troubles ou réflexes. On peut ainsi imaginer qu'un désenvoûtement de nos réflexes capitalistes serait possible en diminuant nos expériences teintées par le capitalisme, car la plasticité de notre cerveau consiste à « l'aptitude à changer de destinée, à infléchir sa trajectoire, à naviguer autrement, à réformer sa forme et pas seulement à la constituer. » (Malabou, 2004/2011 p.39).

MÉTHODE DE DÉSENOUÛTEMENT

Cueillir l'asclépiade

Chaque automne, je cueille des gousses d'asclépiade qui poussent dans mon quartier. Pour que la manipulation soit plus facile, je les cueille avant qu'elles s'ouvrent et libèrent les aigrettes qu'elles contiennent. Ce n'est souvent que quelques jours plus tard, placées au sec chez moi que les gousses commencent à se fendre. C'est à ce moment que le travail commence. Il faut alors ouvrir complètement chaque gousse et en sortir son contenu. Mais les aigrettes sont volatiles et se sauvent dans tous les sens au moindre courant d'air; impossible de les confiner dans un contenant sans qu'une partie d'entre elles ne s'échappent en chemin. Elles restent en suspension dans l'air et vont se cacher dans les racoins de l'appartement. Mes réflexes d'accumulation sont déjoués par la plante, car je voudrais utiliser tout ce que

j'ai cueilli, en avoir le plus possible (cependant je limite mes cueillettes de gousses pour préserver la plante). Toutefois, les aigrettes me forcent à me défaire de ces réflexes; impossible de ramasser une à une celles qui se sauvent en s'envolant, chaque mouvement en leur direction pour les attraper les fait virevolter plus loin. Ainsi, cueillir l'asclépiade chaque année confronte mes réflexes d'accumulation à cette plante qui reste chaque fois, en partie, hors d'atteinte et permet de remodeler lentement ces réflexes capitalistes qui m'habitent.



5.4 Synapses et environnement

Nos cerveaux sont modelés par nos expériences et nos apprentissages, mais aussi par ce qui nous entoure : notre milieu de vie, notre environnement. C'est entre autres au contact de ces stimulations extérieures que s'établissent nos connexions neuronales (Malabou, 2004/2011, p.45). Et si l'environnement dans lequel nous vivons influence nos connexions neuronales, l'inverse est tout aussi vrai. Nos connexions neuronales influencent l'environnement dans lequel nous vivons, embrouillant ainsi les frontières entre les deux.

Alors, dans quel environnement vivons-nous? Pour Émile Durkheim, l'un des fondateurs de la sociologie, le monde moderne est un monde sans religion (Durkheim, 1894, p.4 cité dans Abraham, 2019, p.16). Selon lui, « Une religion est un système solidaire de croyances et de pratiques relatives à des choses sacrées, c'est-à-dire séparées, interdites : croyances et pratiques qui unissent en une même communauté morale, appelée Église, tous ceux qui y adhèrent. » (Durkheim, 1912/2013, p.65 cité dans Abraham, 2019, p.17). Pour Yves-Marie Abraham, cette définition du phénomène religieux ouvre toutefois un questionnement sur le monde dans lequel nous vivons : ne serions-nous pas plutôt en présence d'un nouveau sacré ?

Selon Émile Durkheim, les sociétés humaines sont basées sur des idéaux collectifs qui constituent une autorité, une puissance coercitive pour les personnes qui les partagent. Ces idéaux sont appliqués à de nombreux aspects de notre société et forment le sacré de celle-ci (Abraham, 2019, p.17).

Ce sacré se manifeste de différentes manières dans notre monde et il nous est, en quelque sorte, invisible.

[Notre sacré] Nous ne le voyons pas, car il constitue une part essentielle de notre quotidien et qu'il est pour nous, bien souvent, synonyme de « réalité ». Ce sacré, notre sacré, est ce que nous appelons « l'économie » [...] c'est aussi et surtout le cas de ces choses que nous appelons « argent », « marchandise », « capital », « travail », « marché », « entreprise »... [...] Il y a également des comportements sacrés : « travailler », « acheter », « vendre ». (Abraham, 2019, p.20)

Pour l'anthropologue Mary Douglas, ces éléments sacrés, tels que « la « logique économique », la « marchandise », l'« argent » sont perçus et décrits comme ayant tendance à envahir spontanément tous les domaines d'existence : c'est l'idée de « contagiosité du sacré » (Abraham, 2019, p.21). Cette contagiosité lui a permis de s'infiltrer dans nos vies privées, mais aussi dans nos cerveaux.

CONCLUSION

Il y a différentes manières de remodeler nos cerveaux. Divers traitements comme les thérapies comportementales et cognitives ou les entraînements de neuropsychologie travaillent à partir du concept de neuroplasticité et peuvent faire changer nos connexions neuronales afin de modifier nos comportements. Si, pour me désenvoûter de mes réflexes capitalistes, j'ai plutôt choisi de détourner des savoir-faire, c'est parce que cette méthode est accessible, s'inscrit dans mon quotidien et a un impact direct sur celui-ci.

Le désenvoûtement est un travail constant, dans un monde où l'environnement capitaliste tente constamment d'influencer nos synapses. Tel un énorme projet de courtepointe, il s'effectue par étapes, avec patience. Parfois on recule, on doit alors découdre certaines pièces et refaire le travail. Je termine toutefois mon parcours à la maîtrise avec le sentiment que les tentatives de désenvoûtement que j'ai expérimentées au cours des dernières années ont réussi à influencer quelques-unes de mes connexions neuronales; qu'un changement s'est opéré en moi alors que j'assemblais les pièces de mes courtepointes ou que je brassais mon lessis de cendres. Ce changement prend surtout la forme d'une nouvelle capacité à ralentir; je me sens maintenant capable de lenteur et de soins et je m'éloigne lentement des paradigmes de productivité. Peut-être me suis-je aussi suffisamment piqué les doigts sur les poils urticants de l'ortie pour que son aura de ralentissement me contamine enfin.

Je sais aussi qu'il me reste du chemin à parcourir. En effet, je constate que mon travail accompli jusqu'ici continue d'entretenir une relation utilitaire avec la nature : j'utilise l'ortie pour en faire du purin, j'utilise l'asclépiade pour rembourrer mes courtepointes. Ainsi, même en pratiquant une cueillette responsable, en ne prenant que ce qui est offert, comme me l'a enseigné Robin Wall Kimmerer, une partie de ma pratique artistique perpétue cette idée que ces êtres ne sont que des ressources. La suite de mon désenvoûtement pourrait donc consister à réfléchir davantage aux liens que j'entretiens avec les plantes présentes dans mon travail et à établir une relation avec elles qui ne soit pas qu'unidirectionnelle.

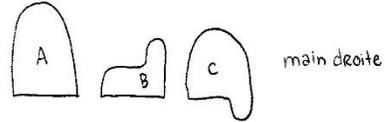
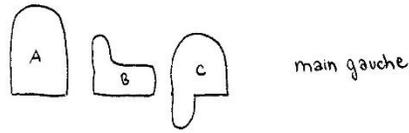
En plus de modeler mes connexions neuronales, ce projet de recherche-création m'a permis de découvrir des matériaux et des techniques cohérents avec mes valeurs et intérêts. Par exemple, l'apprentissage de la technique de la courtepointe est venu lier mon intérêt pour les savoir-faire artisanaux et pour les pratiques artistiques écologiques alors que la découverte du potentiel des sacs de terre du jardin en tant que matériau textile m'a permis de travailler en autosuffisance en plus de rejoindre mon grand intérêt pour les déchets. Mes lectures et réflexions sur l'écoféminisme, la décroissance, le capitalisme et les savoir-faire ont fait surgir de nouvelles questions que je souhaiterais approfondir dans le futur telle que la place du temps libre dans nos vies. J'ai également en tête un projet qui s'intéresse à la passation des savoir-faire, qui prendrait forme à partir d'œuvres artisanales textiles inachevées qu'on m'a données ou que j'ai trouvées. Je souhaite aussi continuer à travailler sur des tentatives de désenvoûtement, cultiver des méthodes de travail qui remettent en question la productivité et approfondir mes recherches sur les pratiques artistiques écologiques et autosuffisantes en expérimentant la fabrication de papier, d'encre et de textiles à partir de déchets.

Finalement, ce cheminement à la maîtrise m'a également permis de réfléchir à ma place dans le monde de l'art et   ma propre conception de la diffusion artistique. J'ai réalisé que mon travail n'est jamais vraiment fini et qu'il se situe plutôt dans le faire. C'est le tissu en train d'être teint, le papier qui sèche, le purin d'ortie   brasser chaque jour, la courtepointe sur laquelle on s'assoit. C'est un moment de temps libre, de petits gestes de soins à effectuer, un lieu d'échange de savoir-faire détournés. Ce petit pas dans l'inconnu, dans un monde artistique alternatif moins capitaliste est épeurant, mais c'est dans un souci de cohérence et d'authenticité que je le fais. Mon projet de diffusion, c'est plutôt un aménagement-atelier. Je remplirai mon petit *kart*, j'embarquerai dans l'autobus, puis dans le métro pour amener mon univers: mon jardin, ma cuisine et ma couture au CDEX, pour les partager avec d'autres, le temps de quelques jours.

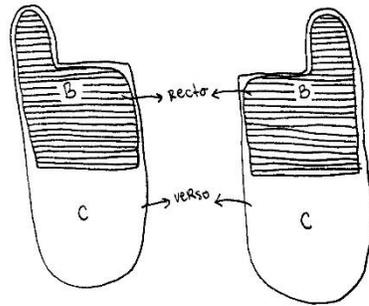
ANNEXE A

Instructions pour fabriquer des mitaines

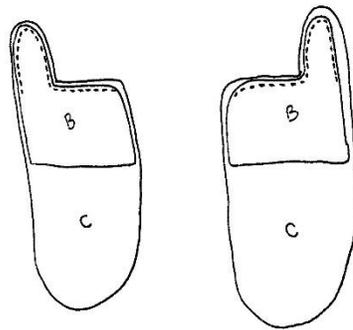
pour faire la doublure



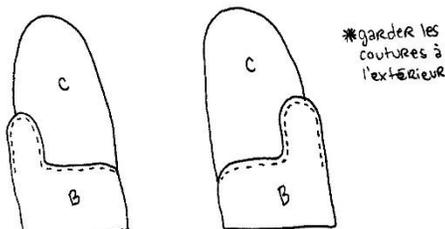
1- À l'aide du patron en annexe, découper les morceaux dans un tissu bien chaud



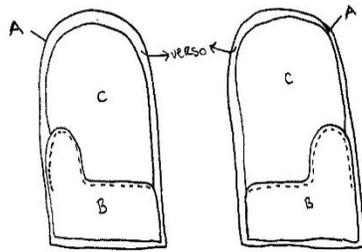
2- Superposer les pièces B & C de manière à ce que les deux pouces soient enlignés l'un sur l'autre



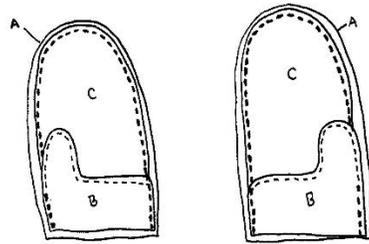
3- Coudre une partie des deux pièces ensemble (le pouce et l'extrémité)



4- Ouvrir le morceau assemblé. On obtient ainsi la paume de la mitaine



5- Superposer les pièces 2 avec B-C

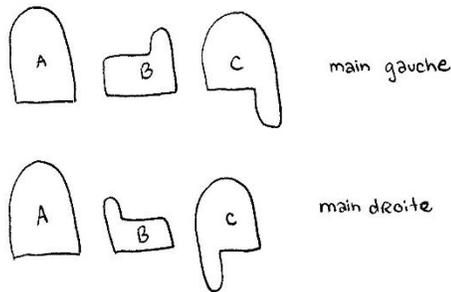


6- Coudre les pièces ensemble. Veiller à ne pas coudre le pouce ni l'ouverture!

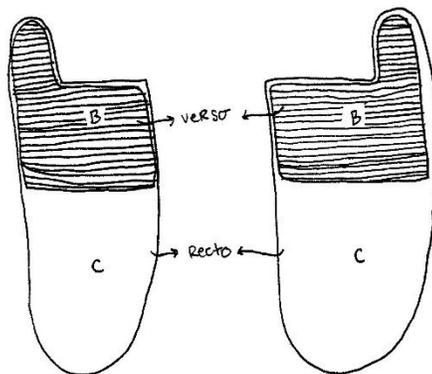
la doublure est terminée!

pour faire l'extérieur :

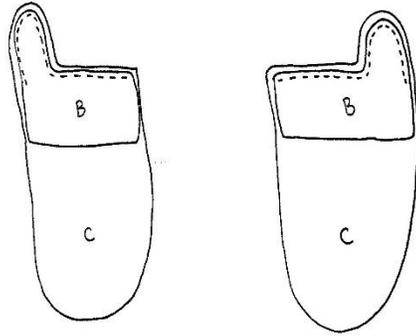
→ comme on retournera les mitaines cette fois-ci pour que les coutures soient à l'intérieur, les deux mains sont inversées



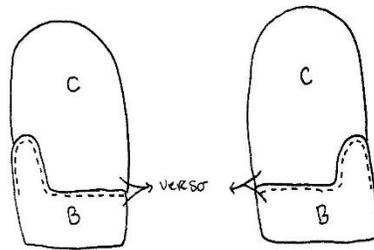
1- Découper les morceaux dans un tissu



2- Superposer les pièces B & C de manière à ce que les deux pouces soient enlignés l'un sur l'autre

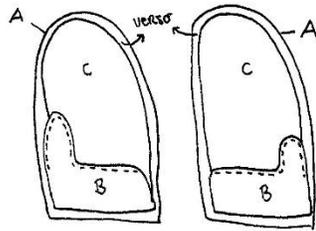


3- Coudre une partie des deux pièces ensemble.
(le pouce et l'extrémité)

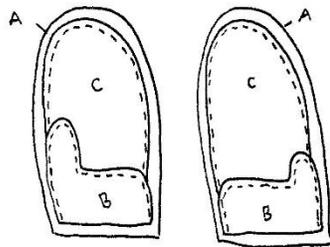


* garder les
coutures à
l'extérieure

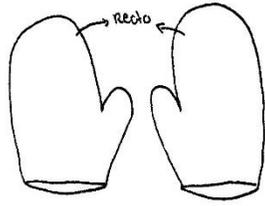
4- Ouvrir le morceau assemblé. On obtient
ainsi la paume de la mitaine



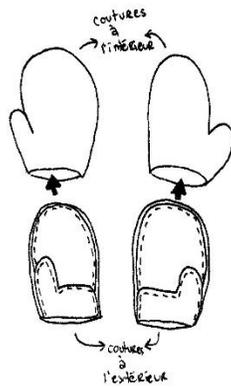
5- Superposer les pièces A avec B-C



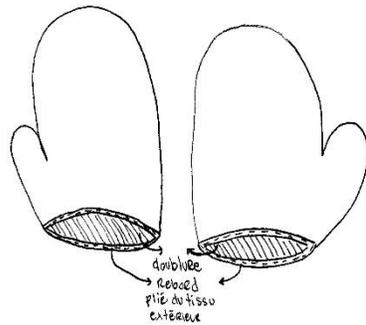
6- Coudre les pièces ensemble. Veiller à ne
pas coudre le pouce ni l'ouverture



7- Tourner les mitaines du bon côté pour que les coutures soient à l'intérieur



8- Insérer les doublures dans chacune des mitaines. On peut aussi ajouter du rembourrage entre les deux pour des mitaines encore plus chaudes!



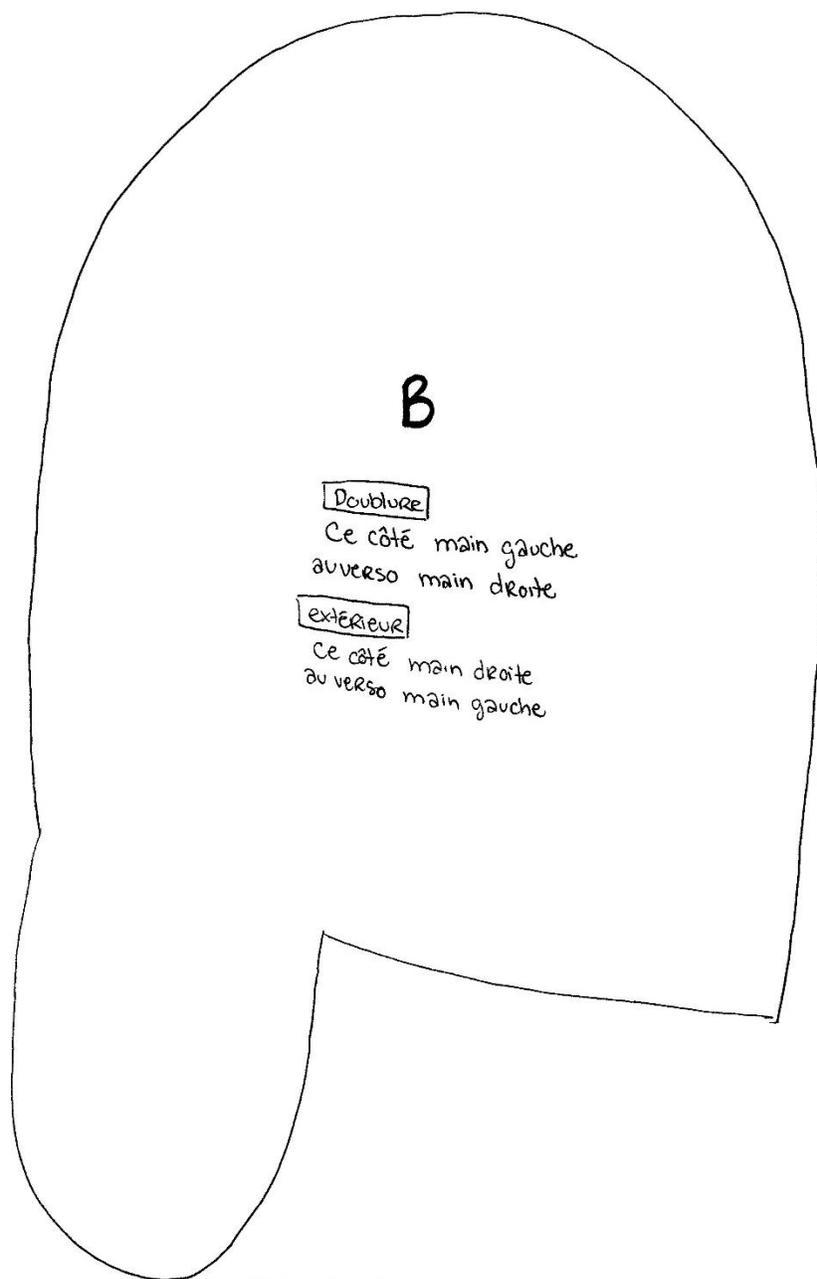
9- Faire une petite couture de finition sur le rebord de l'ouverture des mitaines en repliant le tissu extérieur afin qu'il recouvre le début de la doublure

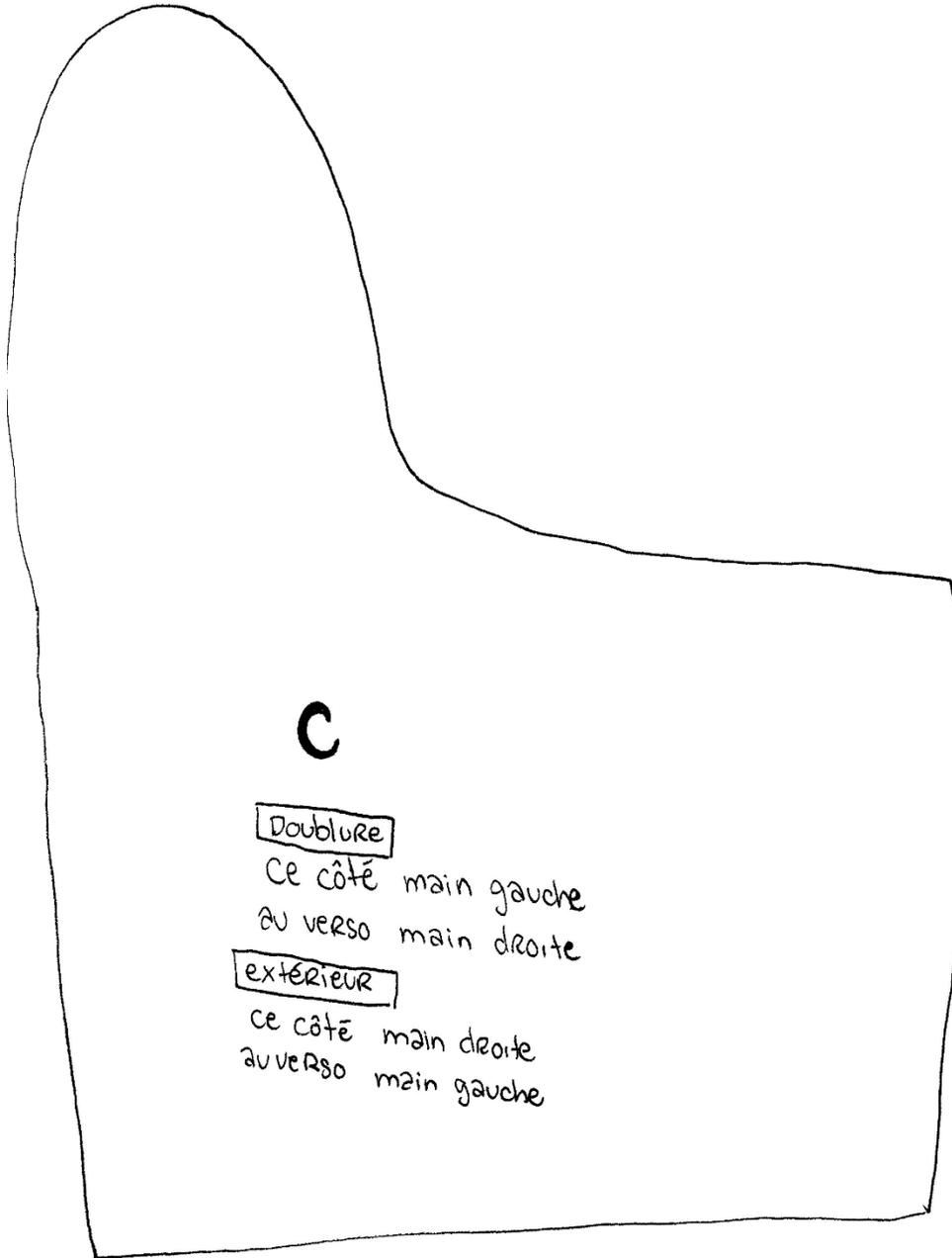
les mitaines sont prêtes à aller jouer dehors!

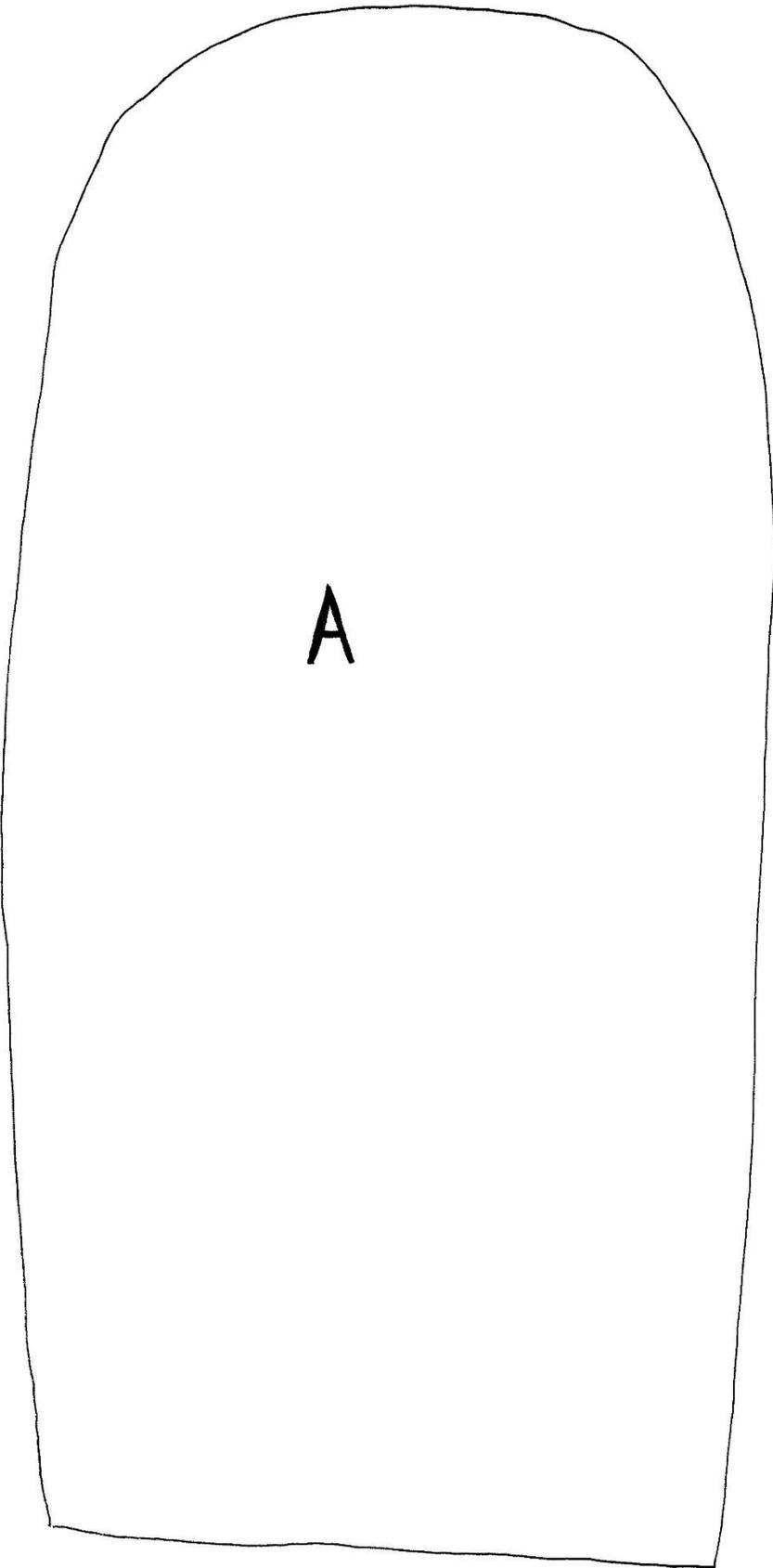
ANNEXE B

Patrons des mitaines

* Ces patrons sont dessinés pour des mains de taille moyenne mais il est possible de les adapter à des plus petites ou des plus grandes mains. Je conseille de découper et de coller le patron pour tester la grandeur avant de découper et de coudre le tissu, pour éviter les mauvaises surprises. Ces patrons laissent aussi une marge d'environ 1cm pour les coutures. Pour des mitaines durables et solides, repasser 2x sur chaque couture.

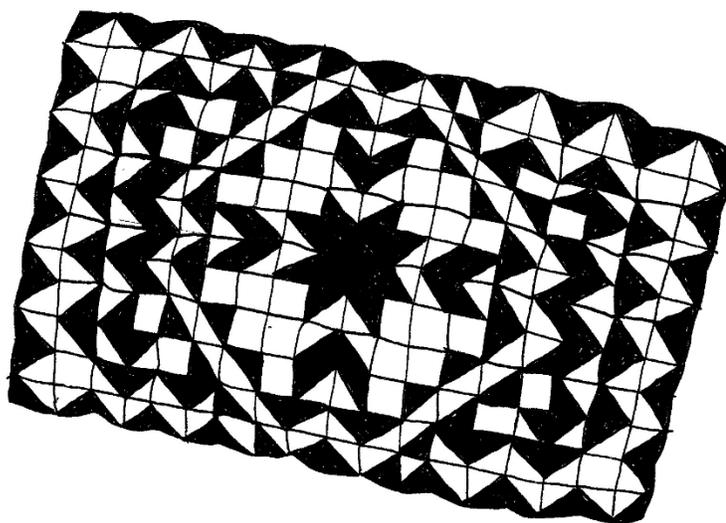
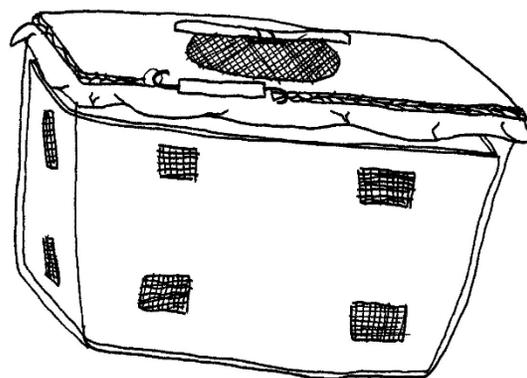
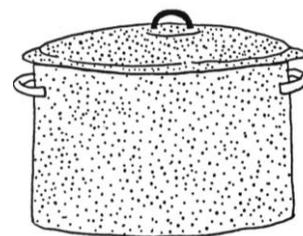
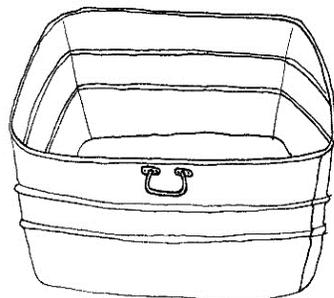
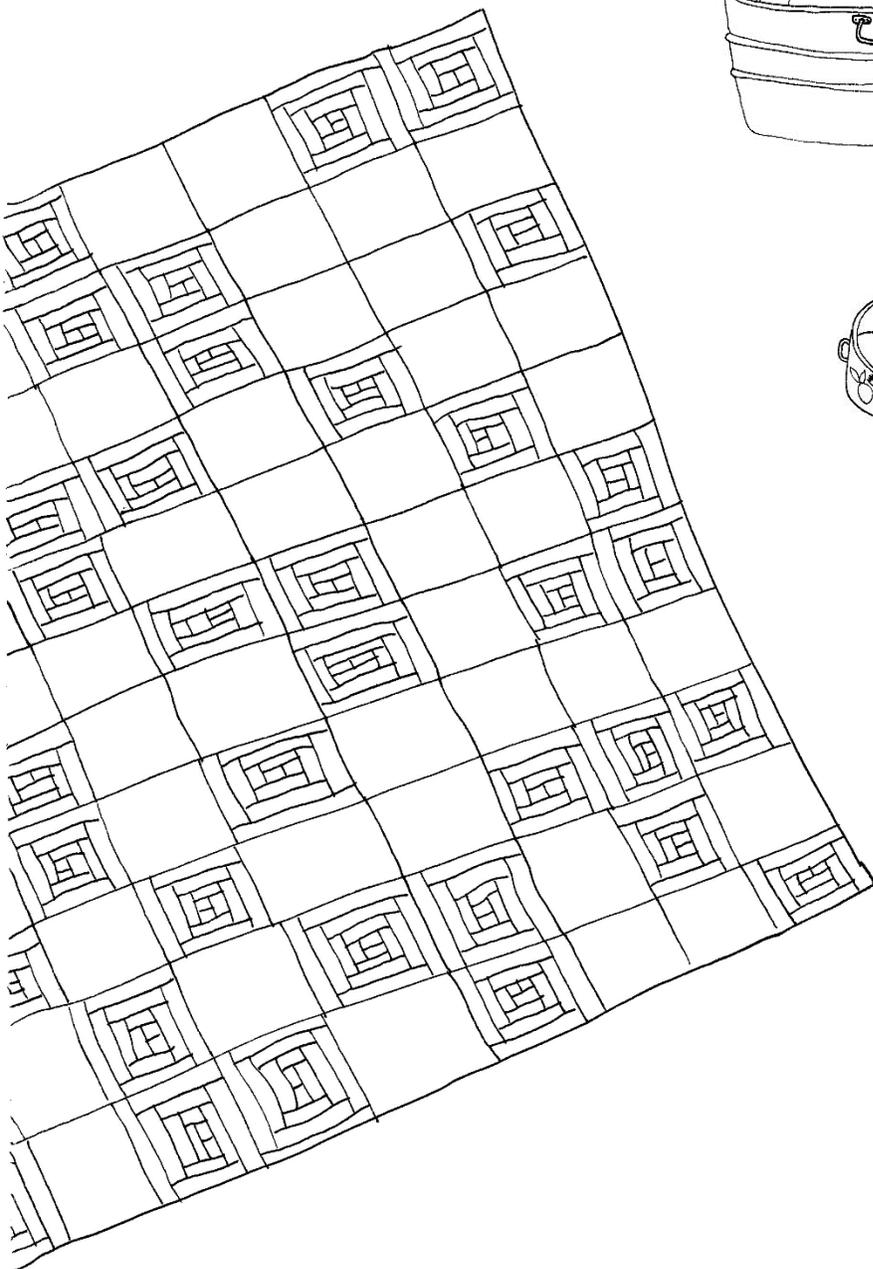






ANNEXE C

Quelques outils de désenvoûtement



ANNEXE D

Documentation de l'aménagement-atelier







RÉFÉRENCES

Abraham, Y.-M. (2019). *Guérir du mal de l'infini : produire moins, partager plus, décider ensemble* (Ser. Collection polémos : combattre, débattre). Écosociété.

Bahaffou, M. (2022). *Des paillettes sur le compost : Écoféminismes au quotidien*. Le passager clandestin.

Brand, U. et Wissen, M. (2021). *Le mode de vie imperial: vie quotidienne et crise écologique du capitalisme*. Lux. (Original publié en 2021)

Casselot, M.-A. et Lefebvre-Faucher V. (2017). *Faire partie du monde : réflexions écoféministes*. Remue-ménage.

Danneman, B. (1997). *Édredons en patchwork*. Dessain et tolra.

Durkheim, E. (2013). *Les formes élémentaires de la vie religieuse*. Puf. (Original publié en 1912)

Durkheim, E. (1988). *Les règles de la méthode sociologique*. Flammarion. (Original publié en 1895)

Emond, E. (2022). *Savoir-faire : histoires, outils et sagesses de nos grands-parents*. Cardinal.

Fukuoka, M. (2020). *La révolution d'un seul brin de paille : une introduction à l'agriculture sauvage*. Guy Trédaniel. (Original publié en 1975)

Galluzzo, A. (2020). *La fabrique du consommateur : une histoire de la société marchande*. Zones.

Gorz, A. (2019). *Éloge du suffisant*. Puf. (Original publié en 1992)

Guattari Félix. (1989). *Les trois écologies*. Galilée.

Guien, J. (2021). *Le consumérisme à travers ses objets : gobelets, vitrines, mouchoirs, smartphones et déodorants*. Divergences.

Habib, M. (1998). *Bases neurologiques des comportements* (3e éd). Masson.

Hache, E. (2016). *Reclaim : recueil de textes écoféministes*. Cambourakis.

Huizinga, J. (1998). *Homo Ludens*. Gallimard. (Original publié en 1988)

Kimmerer, R. W. (2021). *Tresser les herbes sacrées : sagesse ancestrale, science et enseignements des plantes*. Le Lotus & l'éléphant. (Original publié en 2015)

La Mauvaise Herbe. (2022, 13 février). *Qui survivra???*. Contrepoints média.
<https://contrepoints.media/fr/posts/qui-survivra>

Legault, F., Theurillat-Cloutier, A. et Savard, A. (2021). *Pour une écologie du 99% : 20 mythes à déboulonner sur le capitalisme*. Écosociété.

Malabou, C. (2011). *Que faire de notre cerveau?* Bayard. (Original publié en 2004)

Pignarre, P. et Stengers, I. (2007). *La sorcellerie capitaliste : pratiques de désenvoûtement*. La Découverte. (Original publié en 2005)

Shiva, V. (2022). *Monocultures de l'esprit*. Wildproject. (Original publié en 1993)

Vassiliou, V. (2009). *L'almanach Vassiliou : Petite encyclopédie curieuse, utile et poétique*. Argol.

(2022, 22 novembre). *Dictionnaire français : chronophage*. L'internaute.
<https://www.linternaute.fr/dictionnaire/fr/definition/chronophage/>

BIBLIOGRAPHIE

Arendt, H. (2018). *Condition de l'homme moderne* (Ser. Collection liberté de l'esprit). Calmann-Lévy. (Original publié en 1958)

Beaudoin, P. (1980). *Almanach Jardin : de mars 1980 à février 1981*. Beauchemin.

Cardin, E. (2021). *Le temps des récoltes : cultiver le territoire* (Ser. Documents, 19). Atelier 10.

Cauquelin, A. (2003). *Petit traité du jardin ordinaire* (Ser. Manuels payot). Payot.

Cisneros, D. (2016). *La guerre des fleurs : codexferus* (Ser. Anthologie secrète). Mémoire d'encrier.

Clément, G. (2014). *Traité succinct de l'art involontaire* (2^e édition). Sens et Tonka. (Original publié en 1997)

Federici, S. (2017). *Caliban et la sorcière : femmes, corps et accumulation primitive* (2e édition, Ser. Rupture, 19). Entremonde. (Original publié en 2014)

Federici, S. (2019). *Le capitalisme patriarcal*. La Fabrique éditions.

Hansen-Love, L. (2022). *Planète en ébullition : écologie, féminisme et responsabilité* (Ser. Collection polémos : combattre, débattre). Écosociété.

McDonough, W. et Braungart, M. (2011). *Cradle to cradle: créer et recycler à l'infini* (Ser. Manifestô). Alternatives.

Mies, M., Shiva, V. (1998). *Ecoféminisme* (Ser. Femmes et changements). Harmattan. (Original publié en 1993)

Pardo, T. (2020). *Weedon, ou, la vie dans les bois*. Les éditions du passage.

Quintane, N. (2010). *Tomates*. P.O.L.

Starhawk. (1982). *Rêver l'obscur. Femmes, magie et politique*. Cambourakis.

Sennett, R. (2010). *Ce que sait la main : la culture de l'artisanat*. Albin Michel. (Original publié en 2008)

Vidal, L. (2022). *Les hommes lents : résister à la modernité, XVe XXe siècle*. Flammarion.