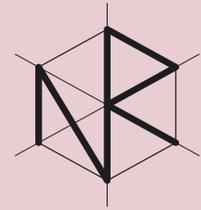


# ENTRER EN EXPÉRIENCE AVEC LA NATURE



NATURE  
RÉCRÉATION &

Mars 2024- n°15

CHRONIQUE  
SCIENTIFIQUE

**S**acha est ravi.e, iel a bien décoré son château : une belle allée pour entrer, une cuisine aménagée, et surtout une tour avec un beau balcon. C'est le moment de trouver un arrangement avec les fourmis et les mulots qui y habitent aussi, ainsi qu'avec la sittelle et l'écureuil ! Car Sacha a installé son château dans le marronnier du coin... Iel a bien proposé à ses ami.es de l'aider, mais la plupart ont décliné : trop sale, trop dangereux, pas assez temps... On aurait dit des adultes ! Mais celles et ceux qui sont venu.es tous les jours ont bien joué, ont inventé des histoires, se sont lancés mutuellement des défis : Sacha se souvient qu'iels sont montés tous les jours un peu plus haut à l'intérieur du marronnier, au milieu de tout cette vie sauvage, et avec une vue de plus en plus dégagée ! Sacha aime ce château, il lui permet d'apprendre, de se renforcer, de prendre confiance, d'affiner ses envies. Alors, ça y est c'est décidé, Sacha va inviter Émile, ce grand qui s'occupe de iel tous les jours et en qui iel a toute confiance. Et puis ensuite, ce sera le tour de sa maîtresse et de ses voisins. En espérant qu'ils n'auront pas peur de monter dans sa tour, tous ces adultes !

Sacha (il ou elle, comme vous le voulez) n'existe que dans mon imagination, mais cet enfant peut aussi peupler vos souvenirs. Malheureusement, ces souvenirs sont de moins en moins présents chez les générations d'adultes qui se succèdent : les enfants et les adultes des sociétés dites occidentales ont de moins en moins l'occasion et même l'envie de faire des cabanes dans les arbres, et plus généralement d'entrer en expérience de nature (au sens de Clayton et al. 2017). Pour celles et ceux qui ont encore l'occasion d'en vivre, ces moments de contact avec la nature sont cantonnés aux moments de l'enfance ou de loisirs, hors du brouhaha de leurs vies quotidiennes. Ces moments sont aussi cantonnés à des espaces dédiés, là où ils sont moralement ou socialement acceptables. Ce sont des moments hors du temps.

**Anne-Caroline PRÉVOT**  
Directrice de recherche  
au CNRS

Chercheuse au Centre d'écologie  
et des sciences de la conservation  
(CESCO, UMR 7204) au Muséum  
national d'histoire naturelle (Paris)

Co-responsable du parcours de  
master Sociétés et biodiversité au  
Muséum, finalité Transformations  
et Transitions socio-écologiques  
(TTSE)

Parce que, dans le temps dit 'utile' ou 'sérieux' (d'après les normes sociales en vigueur), les sociétés occidentales ont collectivement développé une indifférence généralisée aux vivants non humains, indifférence qui participe à la crise actuelle de la biodiversité et que le naturaliste américain Robert Pyle (e.g. 1993) appelait « l'extinction de l'expérience ». Cette indifférence est le plus souvent passive, quand nous, adultes occidentaux, considérons la nature comme un simple décor sans réellement y faire attention. Mais elle peut être active, par exemple quand nous combattons et éliminons des plantes (les dites 'mauvaises herbes'), des animaux (des guêpes ou des araignées, des pigeons urbains) ou des écosystèmes (des zones humides ou des friches), et ce par commodité, par peur, par ignorance ou par habitude. Cette indifférence peut aussi être excluante, quand certains groupes sociaux décident pour d'autres : par exemple dans la plupart des métropoles, l'installation d'espaces verts, facteur de gentrification, exclut de fait les habitants qui n'ont plus les moyens financiers de rester dans ces quartiers (par ex. Wolch et al. 2014). Et contrairement à Sacha, la plupart des enfants sont rappelés à l'ordre par l'adulte dès lors qu'ils jouent dehors : interdit de se salir ou de manger des fruits, attention à ne pas tomber, à ne pas se faire mal... une quantité d'injonctions venant de nous, adultes, coincés dans des normes sécuritaires, de contrôle ou de vitesse.

Pourtant, entrer en expérience avec la nature, par tous ses sens, son histoire personnelle, ses connaissances et ses envies, tout cela a souvent des effets transformateurs réels, pour les individus qui les vivent, et plus tard pour les collectifs. Louise Chawla, une chercheuse américaine en psychologie de l'éducation, rappelait encore en 2020 dans une revue de littérature combien des expériences de nature chez les enfants et les adolescents pouvaient les aider à construire un espoir en s'intégrant dans la biosphère. J'irais plus loin : les expériences de nature sont aussi un espoir pour prévenir une partie des maux de nos sociétés. C'est déjà bien établi pour les maladies physiques et les problèmes psychiques (e.g. Bratman et al. 2012), ce pourrait être le cas pour les relations sociales, comme cela a déjà été démontré dans certains jardins partagés (Torres et al. 2017), ou pour les dialogues entre parents et enfants (e.g., Cameron-Faulkner et al. 2018).

Alors, comme Sacha, prenons le temps d'entrer en expérience avec la nature qui nous entoure. Dans notre réalité, le marronnier de Sacha est l'arbre de notre jardin, de la cour d'école, de la rue, du bord du champ d'à côté, de notre cour d'immeuble. Si la nature n'y est pas encore totalement détruite, il y a toutes sortes d'animaux et de plantes autour de ce marronnier. Comme Sacha, prenons le temps d'observer, de sentir, d'écouter, de toucher, de découvrir ou de percevoir le vivant qui nous entoure ; d'imaginer, de rêver, de nous souvenir ; d'apprécier, de laisser la place, d'être en colère ou triste, d'avoir envie de nous battre...

Et puis, si nous avons envie d'en savoir plus, nous irons nous renseigner auprès d'associations naturalistes ou d'éducation à l'environnement.

ronnement, nous lirons des textes scientifiques. Si nous avons envie de renouveler ces expériences, nous réorganiserons nos priorités et nos vies personnelles pour pouvoir dégager du temps. Si nous avons envie qu'il y ait plus de nature autour de nous, nous mettrons la main à la terre et irons convaincre les bonnes personnes, nous nous engagerons socialement et politiquement Et si nous avons envie de partager, ne nous privons pas ! Invitons nos proches, nos voisins, et des cercles de plus en plus larges.

Car oui, les expériences de nature ne se vivent pas seul.e, mais font interférer trois séries de protagonistes : les individus qui les vivent, les éléments de nature en cause, mais aussi la société, le collectif. En effet, c'est par le collectif que les opportunités pourront être données à tous et toutes d'entrer en expérience de nature quotidiennement, il est de la responsabilité des pouvoirs publics de tout mettre en œuvre pour rendre celles-ci possibles : physiquement, en créant ou arrêtant de détruire des espaces de nature à côté de lieux de vie ; socialement, en cherchant activement à attirer dans ces lieux les personnes qui ne s'y sentent pas invitées ; moralement enfin, en rendant ces expériences de nature enviables.

Si collectivement et individuellement, nous décidons de mettre ces expériences de nature dans nos routines et nos usages, décidons aussi quelle nature nous privilégions, en fonction de nos objectifs (voir aussi Clayton et al. 2017). Une nature de carte postale, bien ordonnée et esthétique, est bénéfique pour le bien-être et le mental de la plupart des individus occidentaux, car elle correspond à nos standards et nos normes. Mais si nous voulons transformer nos normes et intégrer la nature dans nos futurs, alors, laissons la place à une nature écologiquement fonctionnelle qui n'a pas besoin des humains pour exister. D'abord parce que c'est cette nature fonctionnelle qu'il faut préserver ; mais aussi parce que cette nature vivante et imprévisible peut nous toucher, nous surprendre, nous donner l'occasion de changer nos façons de penser le monde, nos relations à l'autre, à nous-mêmes et au futur.

## BIBLIOGRAPHIE

- BRATMAN G. Y., HAMILTON J. P., DAILY G. C. (2012), « The impact of nature experience on human cognitive function and mental health ». *Annals of the New York Academy of Sciences* 1249, pp. 118-36.
- CAMERON-FAULKNER T., MELVILLE J., ET GATTIS M. (2018), « Responding to nature: Natural environments improve parent-child communication ». *Journal of Environmental Psychology* 59, pp. 9-15.
- CHAWLA L. (2020), « Childhood nature connection and constructive hope: a review of research on connecting with nature and coping environmental loss ». *People and nature* 2, pp. 619-42.
- CLAYTON S., COLLÉONY A., CONVERSY P., MACLOUF E., MARTIN L., TORRES A.C., TRUONG M.X. ET PRÉVOT A. C. (2017), « Transformation of experience: Toward a new relationship with nature », *Conservation Letters* 10, pp. 645-51.



- PYLE R. M. (2016), « The extinction of experience », in *The Thunder Tree. Lessons from an Urban Wildland*, 130-41. Corvallis: Oregon State University Press, 1993. (traduit en 2016 par M. Lefevre, dans *Ecologie et Politique* 2, n° 53, pp. 185-196)
- TORRES A.C., NADOT S. ET PRÉVOT A. C. (2017), « Specificities of French community gardens as environmental stewardships ». *Ecology and Society* 22(3):28. <https://doi.org/10.5751/ES-09442-220328> (2017).
- WOLCH J., BYRNE J. ET NEWELL J.P. (2014), « Urban green space, public health, and environmental justice: The challenge of making cities 'just green enough' ». *Landscape and Urban Planning* 125, pp. 234-44.