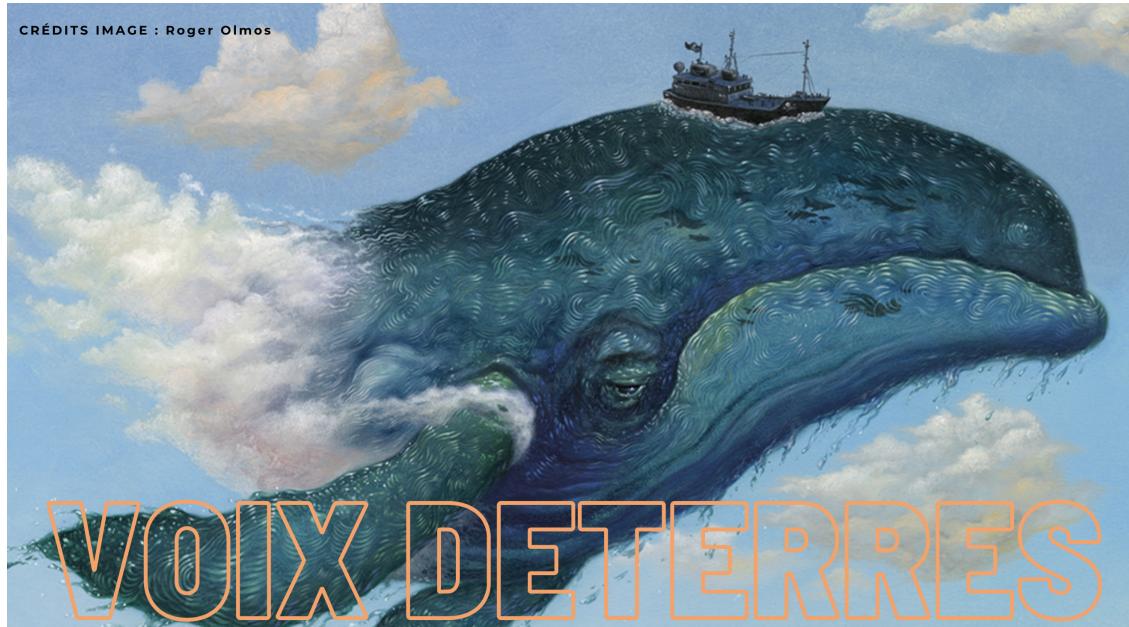


[View this email in your browser](#)



## SPÉCIALE ANTISPÉCISME

---

Les personnes qui s'expriment sont *opale O*  
(non-binaire, pan, racisé-e, classe aisée, troisième génération  
d'immigré-es, mince, valide et neurodivergent)  
et *mamue M* (femme cis, blanche, valide, mince, de classe moyenne, pas  
hétéro).

---

Nous avons écrit cette newsletter à partir d'une discussion personnelle  
sur nos moments de vie depuis les luttes contre l'exploitation animale  
et le rapport au corps, à l'enfance, aux autres.

---

« Le terme "Animal" est une catégorie dans laquelle nous rangeons certains corps lorsque nous voulons justifier la violence à leur égard, c'est pourquoi la libération animale devrait concerner toutes celles et ceux qui sont minorisé-es.

*Tant que les animaux seront opprimés,*

– Aph Ko

[Aphro-ism: Essays on Pop Culture, Feminism, and Black Veganism from Two Sisters](#)



*"Nous sommes les oiseaux de la tempête à venir"*

Gravure de l'artiste [@agathelunaire](#), hommage à August Spies.

## O :

Depuis que je suis enfant, on m'a toujours rabâché « tu ne peux pas considérer la vie d'un animal autant que celle d'un être humain », quand je me mettais à hurler et à pleurer parce que quelqu'un·e avait tué un animal ou quand j'en voyais un écrasé, on me faisait vraiment comprendre que ce n'était pas normal, voire "pathologique". En grandissant, on ne m'a pas du tout encouragé à faire confiance à mon intuition et à comprendre d'où me venait l'intensité de ces émotions, on a plus cherché à les éradiquer, à me faire culpabiliser de ressentir la force de la compassion : on me l'a

Un moment clé dans ma vie, c'était lorsque j'ai proposé à ma mère d'aller voir le documentaire [Dominion](#) au cinéma en espérant que ça lui ouvre les yeux sur l'industrie de la souffrance animale.

Je ne suis resté-e que 20 min et je me suis décomposé-e tant c'était traumatisant, j'ai éclaté en sanglots, ça ne s'arrêtait pas. Ma mère m'a sorti-e, l'énergie dans la salle était insoutenable.

L'état de choc m'a créé un trauma, les images et les sons continuent de me hanter. À ce moment là, je me suis dit « plus aucun produit d'origine animale n'entrera dans mon corps ».



*"Les insectes et les humains ne peuvent pas vivre dans le même monde", "S'il te plaît, ne le tue pas!"*



Extraits de Nausicaä de la Vallée du Vent (風の谷のナウシカ) 1984

**M :**

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▾](#)

émotionnel. C'était impossible de continuer à consommer ces mort·es donc j'suis devenue végétarienne puis végane (après avoir vu notamment [Earthlings](#) et [Cowspiracy](#)). Puis je me suis mise à regarder des vidéos de [Jihem Doe](#), [l'Effet Chimpanzé](#) et [Earthling Ed](#), et je me disais que pour militer l'action ultime à faire c'était de libérer des animaux de ferme de leur élevage, des abattoirs, de les "sauver". Le truc héroïque. Ou alors de devoir débattre dans la rue avec des arguments solides, connaître tous les faits, les chiffres, les sources, les définitions de l'éthique, la [sentience](#), avoir du charisme, savoir convaincre.

Je me sens intellectuellement incapable de faire ça, ça me déstabilise, les mots me viennent pas assez rapidement, je suis submergée par mes émotions, mon cœur s'emballe. Du coup j'ai toujours eu du mal à me considérer militante antispéciste. Je me suis politisée/sensibilisée grâce à des images, à des regards, et en me laissant toucher par cette tristesse, cette injustice, et même si les chiffres ont pu aider, ce ne sont pas eux qui me font faire ces choix quotidiens.

*« L'écueil militant consisterait à faire fi de toutes ces complexités, à produire une image fixe des animaux comme de purs êtres à sauver et à protéger, des réceptacles de jolis élans humanitaires motivés pas de belles intentions. (...) »*

*Mais, finalement, considérer les animaux uniquement sous le prisme de l'abstinence, de la sauvegarde, c'est éviter de "vivre avec le trouble", qui pourtant nous rappelle que nos rapports sont aussi brouillés, illisibles et difficilement tenables, car intimement liés à la violence »*

– Myriam Bahaffou

[Des paillettes sur le compost](#)



## O :

Beaucoup de mecs cis het blancs vont se porter comme les libérateurs, les théoriciens, les penseurs de la "Libération Animale" ☆, avoir la place du messager, celui qui a le dernier argument mais sans s'emporter et en gardant son sang froid. Il y a un truc très élitiste et intellectuel, si tu connais bien les chiffres, les termes savants, tu peux faire passer l'autre pour un-e abruti-e et le discréditer. C'est un peu : « regarde, je suis en bonne santé, je suis fit, je vais t'expliquer la vie et la vraie lutte », en plus, l'argumentaire est bien trop souvent auto-centré, individualiste, méritocrate et les liens ne sont pas forcément faits avec d'autres combats, ils sont négligés, voire invisibilisés.

☆ Virginia Markus, fondatrice de l'association [Co&Exister](#) qui a mis sur pied un sanctuaire pour animaux dits "de rente" et "de compagnie" en Suisse, a enregistré une vidéo à ce [sujet](#).



Sarah et Jonina du [Lancaster Farm Sanctuary](#), un sanctuaire pour animaux "domestiqués" et qui se veut être un espace safe pour la communauté LGBTQIA+, en Californie (États-Unis).



[Sylvestres](#), un sanctuaire queer & végane, espace politique et inter-espèce dans l'Aude (France)



Le Vélo-doc en Bourgogne "alternatives, terroir et animaux" documentaire autoproduit qui offre entre autres un regard sensible sur certains sanctuaires antispécistes

*« Le projet antispéciste n'a de sens que s'il est fondé sur la reconnaissance de l'agentivité des autres animaux. Une approche misérabiliste, qui ne les considère que comme des victimes passives subissant la violence humaine, ne restitue que partiellement ce qu'ils sont – à savoir aussi des individus qui développent des projets, qui sont auteurs et acteurs de leur existence, qui négocient leurs conditions de vie et luttent pour leur liberté. »*

*Ce ne sont pas seulement des objets de considération morale, ce sont des sujets politiques. »*

– Axelle Playoust-Braure  
"Spécisme : Abolir ne suffira pas"

★ Vous avez dit l'**agentivité** ?

En psychologie, l'*agentivité* est la perception de soi comme acteur·ice du monde qui fait arriver des choses, et pas seulement comme quelqu'un·e à qui il arrive des choses. Elle peut être consciente ou non, et intentionnelle ou non.

**M :**

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▾](#)

... j'avais toute une carence, j'avais des fer, j'avais des problèmes de santé mentale. Ça voulait dire quoi, que c'est pas viable mon régime alimentaire et que j'en étais la preuve ? Alors qu'une personne menstruée sur 5 a des carences en fer, y'a plein de raisons pour lesquelles les gens sont pas en santé parfaite, d'ailleurs ça n'existe pas, c'est hyper pressurisant. T'es censée être parfaite pour représenter le mouvement ? Ça rejoint le validisme intérieurisé, le capacitisme, le spécisme en fait...

Le début de mon véganisme baignait dans la blancheur et l'esthétique de "that girl" à base d'avocado toasts, de smoothies détox avec des bananes et des noix de cajou à gogo, et tout plein d'autres aliments issus de la colonisation.

Comme si pour adopter cette éthique il fallait avoir quelque chose à vendre, pour montrer qu'on ne perd rien, donc s'insérer dans le modèle marketing capitaliste.

Comme si être végane c'était le nouveau truc trendy à faire sans comprendre, une nouvelle case à cocher pour se faire accepter dans la sphère militante.

Comme si on pouvait pas être végane antispéciste et être grosse, non blanche, pauvre, pas « valide » etc...

C'était devenu pour moi un véganisme déconnecté, performatif et élitiste. [Alors que le véganisme a toujours existé et ailleurs qu'en Occident](#).

Personnellement je pense que ça a pu accélérer une forme d'orthorexie, m'obséder sur la santé, le contrôle de la qualité de mon alimentation, l'envie de montrer que mon corps est musclé et fort, cuisiner des trucs hyper alléchants aussi pour montrer l'exemple, pour contrer le discours de « vous mangez des cailloux ».



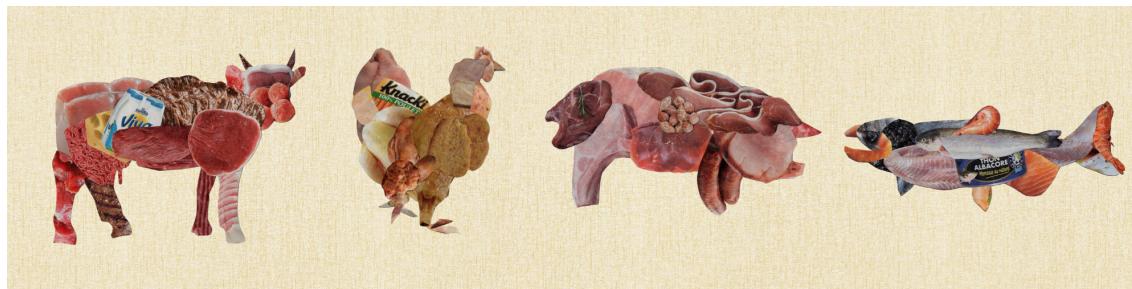
« (...) il nous paraît nécessaire de casser l'opposition entre humain et animal : à la fois pour libérer les animaux de l'animalité, mais aussi pour tenter, en tant qu'humain animalisé, de guérir des blessures patriarcales, racistes et coloniales qui ont usé de l'animalisation. »

– Vipulan Puvaneswaran, Shams Bougafer et Clara Damiron,  
Autonomies Animales, Ouvrir des fronts de luttes inter-espèces

## O :

J'ai eu ou je me suis mis la pression pour l'annoncer du côté vietnamien de ma famille, car traditionnellement, il y a beaucoup de plats à base de viande et de poisson. Pendant plusieurs années, je ne leur ai pas dit et lors des repas j'enlevais de mon assiette, j'échangeais, je passais des trucs sous la table, j'avais mis en place une stratégie tellement j'avais peur d'être découvert-e et de ne pas faire 'honneur" à la famille, c'était presque comme un coming out.

Iels finirent par s'en rendre compte, puis j'ai eu le droit à des réflexions du type « tu vas tomber malade, tu n'es pas "belle", tu vas avoir le teint blafard, tu es trop maigre" etc. Ce jugement perpétuel du corps à travers le regard familial rigide qui contrôle, je l'ai entretenu et me le suis infligé des années, notamment à travers le contrôle alimentaire. Devenir végétarien-ne à 17 ans en décidant ce que je choisissais de manger, m'a aidé-e à sortir de mes troubles du comportement alimentaire, et je sais bien que ce n'est pas le cas pour tout le monde.



Série de collages "Alimentation IN-CARNÉE" réalisée par Opale en 2019.

## O :

Maintenant je peux dire que le fait que je sois exclusivement végétalien-ne est "toléré" dans mes deux familles, bien que ce choix continue d'être perçu tantôt comme une lubie de "sobriété ou de décroissance passagère" made by les écoterroristes hein, ou

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▾](#)

blanc de ma famille), ou alors comme un choix incompris, soupçonné d'être sectaire et également source d'inquiétude pour ma santé (perçu du côté racisé de ma famille).

### Une sélection de podcasts qui lient le spécisme à d'autres oppressions



L'approche intersectionnelle de l'animalité : entre racisme et spécisme (Kaoutar Harchi)



Grossophobie et véganisme (Géraldine Franck)



Transidentités, féminismes, antispécisme (Lexie)



Récit de luttes antispécistes au Brésil, véganisme populaire (Sandra Guimarães)

**M :**

réfléchir sur cet engagement et pourquoi j'avais choisi de privilégier cette lutte à ce moment-là.

## O :

Makes sense ! Lorsque des proches remarquaient que je ne mangeais plus d'aliment à base de produits d'origine animale, je me souviens très bien qu'on essayait de retourner la situation de malaise et de dissonance cognitive ☆ qu'ils ressentaient, contre moi :

en prétendant que mes engagements étaient irréfléchis (la santé comme argument paternaliste, justifiant le contrôle de mes propres choix), une sorte de chantage à base de désinformation pour renverser et décrédibiliser la lutte, tout en me faisant passer pour une personne égoïste et ingrate. "Tu manges pas ce qu'on te propose, alors que plein d'autres personnes crèvent la dalle ?"... car tout ramener à la condition humaine, c'est l'argument massue pour nous faire passer pour des illuminé-es privilégié-es, là encore, les plus précaires servent d'exemple misérabiliste pour conforter les plus riches dans des choix alimentaires bien confortables et "éthiques" (tu sais, le "manger mieux = manger de la viande locale, bio de qualité" et pouf, tous les problèmes de vol des terres natives, de subsistance et d'inéquité à l'accès alimentaire disparaîtront : lmfao)

---

### ☆ C'est quoi la **dissonance cognitive** ?

C'est un état d'inconfort psy qui survient lorsque 2 éléments de connaissance entrent en contradiction chez un individu, souvent lorsqu'une info extérieure vient mettre à mal ou démentir une connaissance intérieure, dans notre cas : d'une part, l'envie de consommer des produits d'origine animale, et de l'autre part, dire les aimer et vouloir prendre soin d'eux

---

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▾](#)

exist so you can maintain oppressive behaviours in their names; poor and disabled vegans exist and should not be erased. Saying that 'veganism [REDACTED] isn't accessible to everyone' from a position of privilege and while doing nothing to change it is [REDACTED] ableist, classist, and speciesist."



handicapées n'existent pas pour que vous mainteniez des comportements oppressifs en leur nom, les véganes pauvres et handicapé-es existent et ne doivent pas être effacé-es. Dire que "le véganisme n'est pas accessible à tout le monde" à partir d'une position privilégiée et sans rien faire pour le changer est validiste, classiste et spéciste. »

- [@anti.speciesist.action](#)

Depuis le début de mon engagement militant, la lutte pour la libération animale (pour une "libération totale") est celle que je veux prioriser parce qu'elle occupe une place encore trop minime dans les combats féministes, queer, handi, et même écologistes... La considération animale est toujours reléguée, l'angle mort continu qui fait des animaux les plus grands oublié-es de nos sphères humaines, même militantes, alors qu'ils résistent à nos côtés et de leurs côtés, en prenant place dans nos luttes.



Depuis 2020, plusieurs ["attaques"](#) d'orques ont été recensées contre des embarcations et navires en mer Méditerranée, à l'ouest du détroit de Gibraltar. Pour reprendre les mots de [@\\_contreattaque](#) : "La nature reprend ses droits ou un anthropomorphisme qui met en péril la survie des cétacés ?", la question reste ouverte...

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▾](#)

Au Chili en 2019, les chiens errants ont choisi de se révolter aux côtés des manifestant-es.

- Désobéissance Ecolo Paris et Cerveaux non disponibles.



De plus en plus de goélands, de mouettes et de corvidés attaquent les drones des forces de l'ordre, en manifestations. Soutenons la coordination de l'action anti drone !

## M :

Parce que le spécisme est utilisé dans des arguments féministes antiracistes antivalidistes ou autre en disant justement "on n'est pas des animaux /on mérite la dignité /on veut pas être traité·e·s comme de la viande ou des bêtes", c'est pourtant contre productif de revendiquer ça, pas de libération de l'un sans l'autre. ([Lettre ouverte aux féministes](#))

« Un angle mort majeur dans le féminisme moderne est l'incapacité à protéger les femelles exploitées d'autres espèces. Je vous invite à réfléchir à ce qu'est réellement l'industrie laitière pendant une seconde. Juste une seconde. Ensuite, vous pouvez retourner à votre latte »

– [Aotearoa Liberation League](#)

Pour en savoir plus, sur l'industrie laitière : [@theravencorps](#)  
"Le lait est une oppression liquide"

Hey! What's in  
that glass?



What's in your  
glass,  
motherf\*cker?!



"Pas ta mère, ni ton lait.", dessiné par Curren du RavenCorps

## O :

C'est terrible car on reproduit une oppression en pensant qu'on va se libérer de la sienne. Au vu du passé esclavagiste et des traumas transgénérationnels, l'antispécisme continue d'être perçu comme la lutte secondaire qui dénie le fait qu'il y ait des personnes humaines qui ont été animalisées - et le sont toujours (le dernier épisode du podcast [Avis de Tempête](#) en parle). Ça dépend beaucoup de quels points de vue on part, une chose est sûre : un prisme occidentalocentré. Les leaders mainstream "vegan-antispéciste-écolo" sont souvent controversés, avec de [nombreux angles morts](#) sur les questions sociales, raciales, de genre et de handicap, et pourtant, ce sont les figures les plus médiatisées (Peter Singer, Brigitte

"Non, le végétarisme et le véganisme ne sont pas des préoccupations modernes nées d'une conscience écologique du 21e siècle ; et non, ils ne sont pas l'apanage des métropoles occidentales."

- ["Pour en finir avec le véganisme blanc"](#) Bouffon #118 de Nouvelles Écoutes

Pour avoir été un temps dans plusieurs sphères antiracistes asiodescendantes, je me suis souvent demandé-e où se trouvaient mes allié-e-s antispécistes, véganes asiodescendant-e-s. Tout comme l'afrovéganisme, j'aimerais tant qu'une porte s'ouvre à la réflexion du sens d'un **asiovéganisme** post-colonial, en réclamant les conséquences de la colonisation sur l'alimentation et les enjeux prégnants de la justice environnementale en Asie.



Illustration de l'artiste [Oh Mu](#), "Free yourself = Free everyone, Every step you take for yourself is contributing also for the collective without even realizing it", 2020.

**M :**

J'ai toujours été très poilue et très complexée, petite on disait que je ressemblais à un mec, à un singe dans la cour de récréation, c'était très difficile. Au fil des années la

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▾](#)

mes bras, en arrachant ma peau tout simplement. Je vivais en hypervigilance constamment, en me demandant ce que l'autre pensait de moi, si quand ielle me fixait un peu trop longtemps c'était parce qu'ielle voyait. "Oh j'avais jamais vu mais t'as des poils sur le nez!" Oui Thomas, et grâce à cette réflexion je vais faire en sorte que plus personne ne s'approche de mon visage.

C'est récemment quand j'ai commencé à me laisser durablement pousser les poils sur tout le corps que j'ai eu un autre déclic.

Allongée par terre, nue, un matin de printemps, dans une vallée surplombée d'arbres, baignée dans les gazouillements des oiseaux et le bruissement des feuilles. Le vent faisait bouger mes poils, les faisait caresser ma peau. Tellement agréable de ne plus sentir cette peau anesthésiée par le rasage. Tellement émouvant de ressentir le plaisir de la chair de poule sur toute ma surface.

J'imaginais être la terre, mes poils étaient des brins d'herbe ondulant au vent.

À ce moment tout prenait un nouveau sens. Je n'étais plus une femme, je n'étais plus quelqu'un·e qui existait pour plaire et s'inquiétait du regard des autres. J'étais ce corps, j'existaient pour moi et je vivais mon incarnation, dans ma chair, jusqu'au bout de mes poils. Je n'avais plus à me cacher, à avoir honte. Je me sentais juste vivante. Enfin. Waouh ! Quelle joie.

Et à ce moment-là j'ai aussi senti très fort que j'étais un animal, un corps qui appartenait au règne du vivant, qui n'a de compte à rendre à personne, débarrassé des codes et des pressions. C'était un sentiment tellement libérateur d'avoir cette pensée là, de me ré-approprier mon animalité. De me remémorer toute cette peine, cette honte, les transformer en force, oser dire que c'était moi et que j'étais ce corps.

Avec le recul je me dis que ce genre de pensée m'est aussi agréable parce que je suis une femme cis blanche, mince, de classe moyenne et valide. J'imagine que cette réappropriation de mon animalité n'aurait pas la même saveur si j'avais subi dans la mémoire de ma chair des siècles de déshumanisation, qui ont mené à la torture, à l'effacement et à la mort.

[Un post de Alokymenon sur l'histoire de l'épilation des corps.](#)



[Animal & Disability Liberation with Sunaura Taylor - ... just wondering](#)

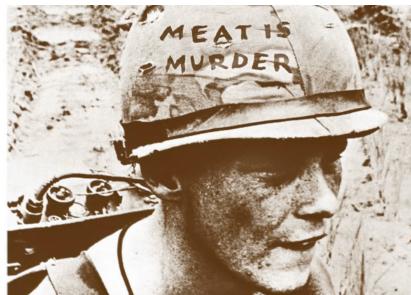
“Petite fille, je suis brièvement passée par une phase où j’aboyais quand on me parlait. Ce n’était pas par timidité ; d’après mes parents, je voulais vraiment être un chien. Naturellement ils étaient horrifiés. Non seulement leur fille était dans un fauteuil roulant, avec toutes les conséquences sociales que cela implique et qu’ils devaient gérer, mais en plus elle se mettait à aboyer. À quoi cela reviendrait-il, concrètement, de revendiquer le qualificatif d’"animal" ? Si, comme je l’ai écrit, les animaux peuvent être des crips, cela signifie-t'il que les crips peuvent être des animaux ?”

– Sunaura Taylor

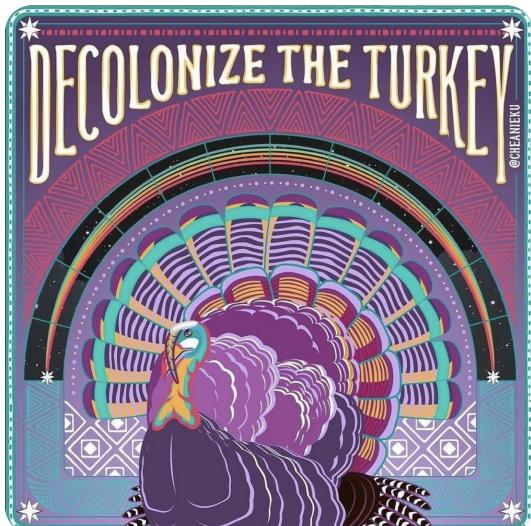
Braves Bêtes : animaux et handicapés, même combat ?

---

Une sélection de musiques

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Translate ▾](#)[Soya the cow - Veal](#)[CocoRosie - Tears for Animals](#)**SMITHS**[The Smiths - Meat is Murder](#)[Mohy - Don't leave me](#)

(TW: images exploitation animale)

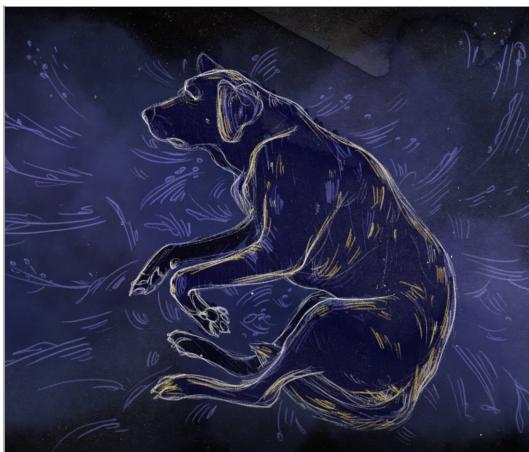


## Sites ou comptes Instagram

- [Brown Feminist Vegan](#)
- [La Raie Futée](#)
- [Total.Liberation.art](#)
- [L'afrø ecologiste](#)
- [Afrovnews](#)
- [Crip Humanimal \(site\)](#)
- [Amour Végétal](#)
- [Afro Liberated Taste](#)
- [Le cri du manioc \(site\)](#)
- [Végane pratique \(site\)](#)

## Vidéos YouTube

- **Just Wondering** [Children & Animal Companions: Care, love, and grief in multispecies families](#)
- **Vers un véganisme intersectionnel** ([conférence de Marilou Boutet](#))
- **Queering Animal Liberation** [with patrice jones](#)
- **Réplique Éthique** "[Tu peux bien faire un effort !](#)" au sujet des repas de famille
- **Conférence de Christiane Bailey : l'écoféminisme et la thèse des destins liés**
- **Recettes** [Mangeuse d'herbe](#)
- **Recettes** [La petite Okara](#)





## Zines, articles et brochures

- [Zoologie queer](#)
- [Bestiaire inespéré](#)
- [Au sujet de la pureté](#)
- [Antispécisme et luttes des classes](#)
- [Revendiquer l'animalité depuis une perspective décoloniale](#)
- [Petit lexique animaliste](#)
- [Perspectives afroqueer, anticapitalistes et écologiques sur la maladie chronique, le handicap, la neurodivergence et la contre-performance radicale](#)
- [Les animaux avec nous, nous avec les animaux](#)

## SOUTENIR

Financièrement le sanctuaire / la communauté des [Luttes à Lier](#) qui cohabite avec des chèvres, boucs, poules, chat-te-s et humain-es



## SUIVRE

l'*Accord animal* une chorale animaliste /antispéciste parisienne



Pour plus d'infos ou pour la rejoindre

contactez [contact.nath.maisonneuve@gmail.com](mailto:contact.nath.maisonneuve@gmail.com)

Le squat de [la Trotteuse](#) à Pantin qui organise des discussions en vue de créer un collectif antispéciste du 93.