Article sur la Simplicité Volontaire pour l’Edito mensuel du Selesneux (02/2017) : La SV : un nouvel art de vivre très personnel !

Introduction

J’ai découvert la « Simplicité Volontaire » il y a quelques semaines, grâce à Benoît et Ezio, suite à ma demande de conseils pour une alimentation plus naturelle. A la lecture des premières lignes, j’ai été de suite séduite par ce mouvement qui défend des valeurs humaines de partage, d’amour, de solidarité ; valeurs qui m’ont toujours fait rêver et en lesquelles je crois encore bien fort, grande utopiste que je suis, bien que je me sois sentie parfois un peu seule dans ce combat. Mais non ! Je n’étais pas seule et je le découvris enfin, alléluia !

Lorsque Benoît m’a proposé d’écrire quelques lignes sur le sujet pour l’édito de février, je me suis tout d’abord refermée, me pensant trop novice en la matière pour pouvoir en parler. Ensuite, reculant rarement devant le danger, j’ai accepté (à vrai dire, je n’ai pas vraiment eu le choix!☺) et j’ai découvert, à ma plus grande surprise, que la « Simplicité Volontaire » faisait en fait partie de ma vie depuis plusieurs années, sans savoir que mes nouveaux gestes quotidiens portaient un nom spécifique. Au vu de ce constat (merveilleux), je me suis dit que la meilleure façon de vous en parler était de vous partager mon expérience de simplicitaire.

Le déclic

L’élément déclencheur a été, pour moi, je pense, mon voyage en solitaire au bout du monde. Tout d’abord, portant ma maison sur le dos, j’ai vite appris à me contenter du minimum !

C’était une question de survie…dorsale ! Ensuite, j’ai vécu différentes expériences qui m’ont fait réfléchir : notamment, j’ai travaillé au fin fond des campagnes australiennes, 12h par jour, pratiquement 7j/7 avec des gens qui faisaient ça toute l’année et durant toute leur vie ! Ils étaient à des milliers de km de leur famille qu’ils ne voyaient que 3-4 jours tous les 3-4 mois avant de repartir travailler comme des acharnés. En fin de journée, ils étaient tellement crevés qu’ils avalaient leur assiette et partaient se coucher. Petite touriste que j’étais en soif de partage social, autant vous dire que je me sentais bien souvent seule ! Lorsque, par chance, je parvenais à établir un contact, j’osais alors leur demander si ce mode de vie les rendait heureux à partir du moment où ça les séparait des gens qu’ils aimaient. Ils me répondaient tous, en levant les épaules : « On fait de l’argent, on économise pour plus tard ! ». « Tout ça pour ça ! », me suis-je dit en moi-même, « tous ces sacrifices pour de l’argent ?! ». Je me suis alors demandé quel était l’intérêt de se tuer à la tâche toute sa vie et de passer à côté de moments riches en émotions avec sa femme, ses enfants qu’on pourrait voir grandir, simplement pour de l’argent, dont on profitera en plus seulement que plus tard, et encore !? Il y avait quelque chose qui m’échappait ! Était-ce CA le sens de la vie ? Était-ce pour cette raison que nous étions sur terre ? J’avais du mal à y croire ! D’un autre côté, j’étais en train de faire exactement la même chose, moi qui m’étais exilé sur le continent le plus lointain du mien et qui m’épuisais à bêcher sous un soleil de plomb, loin de tout et surtout de tous !

Je compris alors que le sens de la vie, pour moi en tout cas, n’était pas le boulot que je ferai ou l’argent que je gagnerai, ni les miracles que je réaliserai, mais simplement les moments que je partagerai avec les gens que j’aime. C’est ainsi que je repris l’avion pour la Belgique, là où m’attendaient, à mon plus grand désappointement, non pas l’amour et le partage tant convoités, mais les déceptions et les grands bouleversements ; les premiers étant que « ces gens que j’aime » n’avaient pas fait, eux, ce voyage et n’avaient donc pas fait ce même cheminement intérieur qui m’avait ramenée jusqu’à eux.

La dégringolade ascensionnelle

C’est dans ce contexte de déboires, de chutes, de désillusions (personnelles, sociales, familiales, culturelles, sociétales), qui a duré plusieurs années, que s’est installée progressivement la « Simplicité Volontaire » dans ma vie. Et aujourd’hui, je peux dire d’ailleurs « c’est GRACE à ce contexte de déboires, de chutes, de désillusions » car c’est en faisant justement l’expérience de la perte totale que j’ai pu me confronter au vide et au manque, ennemis premiers de toutes les dépendances sur lesquelles joue notre adorable société ; et c’est en m’y confrontant que j’ai réussi à en avoir moins peur et même à les apprivoiser tout doucement.

Car, oui, je pense que la galère a ça de bon : quand on se retrouve sans rien et seul, si on décide de se battre plutôt que de se laisser choir, on (re)découvre la vraie valeur des choses, on remet de l’ordre dans ses priorités et surtout, point capital de la guérison, on réalise que les solutions ne sont pas, comme on y croit pourtant très fort, à l’extérieur, mais bel et bien à l’intérieur de soi. Elle est là la magie de la galère : lorsqu’on pense qu’on est foutu, on (re)découvre, tout au fond de soi, bien cachées, des ressources oubliées, inestimables et surtout inépuisables qui vont nous donner cette force surhumaine de se relever, d’agir, contre-agir, créer, dépasser, réussir ! Et il est là l’enseignement de la galère : ce sont ces mêmes ressources qui vont nous aider à soigner nos manques et à remplir ce vide, non plus par des produits superficiels et coûteux, mais par des moyens plus authentiques, plus justes (car au plus près de soi) et à nous sentir plus heureux, épanouis et détendus.

Si je vous raconte tout ça, c’est pour mettre en évidence que la « Simplicité Volontaire » est le fruit d’un cheminement personnel. Il n’est pas un choix radical que l’on fait un beau matin en se levant. Il est plutôt un choix individuel, coloré par l’histoire de chacun, ses idéaux, ses besoins et qui n’appartient qu’à celui qui le fait. Il n’y a donc aucun mode d’emploi, aucun critère ou obligation, c’est bien là toute la liberté de la « Simplicité Volontaire » : c’est un art de vivre que l’on décide de mettre en place, quel que soit la raison première, le moment, souvent par essais-erreurs, et qui évoluera très certainement tout au long de la vie.

Si je vous raconte tout ça, c’est également pour vous tenir un discours, contrairement à la société, teinté de Vérité. Faire le choix de la « Simplicité Volontaire », c’est faire le choix du changement !

Et c’est bien connu de tous que changer ses habitudes n’est pas facile (si ça l’était, ça se saurait, on serait tous parfaits!☺) : ça implique des remises en question, des bouleversements, des efforts quotidiens ! Même si elles ne sont pas saines, nos bonnes vieilles habitudes nous sécurisent, nous rassurent. Changer, c’est quitter le connu pour l’inconnu ; c’est accepter de tâtonner, d’échouer, de recommencer encore et encore. Changer peut être encore plus compliqué dans une société comme la nôtre qui mise tout sur l’image et les possessions matérielles. Ou ça peut l’être d’autant plus en fonction de l’éducation reçue : dans une famille comme la mienne par exemple où la valeur d’une personne est fonction de sa réussite professionnelle et financière (je n’ose imaginer la mienne, mère célibataire que je suis, sans emploi, dans un 60 m² ☺), réussir le défi de mettre plus de simplicité dans sa vie n’est pas gagné d’avance !

Le but de mon discours ici n’est évidemment pas de vous décourager mais au contraire de vous aider en vous confrontant à la réalité ! Partir conscient va vous permettre justement de mieux vous préparer et de ne pas flancher à la moindre difficulté comme vous l’auriez fait avec l’idée d’une « Simplicité Volontaire miraculeuse-fastoche les mains dans les poches ». Partir conscient va vous aider aussi à définir votre « Simplicité Volontaire », en tenant mieux compte de vos besoins, vos objectifs du moment, votre contexte de vie actuel et ainsi à assurer un meilleur équilibre de votre balance coûts-bénéfices. Mais, au final, qu’est-ce, c’est vrai, la « Simplicité Volontaire » ? Elle est tout ce que vous voudrez qu’elle soit…

Vers une définition

En effet, la « Simplicité Volontaire » n’a pas de définition unique et c’est tant mieux, c’est bien là toute sa richesse ! Il est certes important de comprendre ce qui sous-tend ce courant mais il l’est d’autant plus, à l’image d’une chanson qu’on voudrait réinterpréter, de se l’approprier afin d’y découvrir toutes ses potentialités. La clé de voûte de ce mouvement est, à mes yeux, son intention de remettre à l’avant-scène « L’Etre » plus que « L’Avoir » ainsi que les valeurs fondamentales plus traditionnelles comme le partage, la solidarité, le « vivre ensemble », le temps pour soi. Après, ce que vous en faites vous appartient, le tout étant que vous trouviez VOTRE juste équilibre, toujours dans le respect de vous-même, des autres et/ou de l’environnement ; voie royale vers votre réussite. Comme je l’ai lu pas plus tard qu’hier : « Veille à ce que ton attitude soit juste dans tout ce que tu entreprends afin qu’y soient mises les bonnes vibrations » (Eileen Caddy).

Pour conclure, la « Simplicité Volontaire » pourrait être une merveilleuse alternative aux politiques actuelles de surconsommation, aux répercussions positives nombreuses, tant au niveau écologique, que sociologique ou économique, et qui, de surcroit, ne dépend d’aucune décision gouvernementale mais de notre simple volonté individuelle et immédiate. Alors, bien sûr que OUI, nous avons tous en nous le pouvoir de changer les choses et si en plus, nous mettons plus de solidarité dans nos vies, nous pourrions unir nos forces pour créer ensemble un océan ! A présent conscients et donc prêts, qu’attendons-nous ?