

TRAVAILLER ET CONSOMMER MOINS... pour vivre mieux

Aux États-Unis et au Québec, 12 à 15% de la population auraient opté pour la simplicité volontaire (lire encadré). Chez nous, cette orientation est encore marginale. On estime à plus ou moins 400 le nombre de personnes appartenant à ce nouveau mouvement culturel. Le témoignage de deux d'entre eux, Émeline De Bouver et Dominique Masset.

Ottignies. Un habitat groupé, perdu au milieu des bois, trempé par la pluie. Émeline De Bouver (notre photo), doctorante à l'UCL, me fait entrer chez elle, un grand sourire sur les lèvres. À l'intérieur, quelques meubles visiblement récupérés, une déco très discrète, pour ne pas dire inexistante. Et sur le sol, un tapis plain usé jusqu'à la corde, inspirant davantage la pitié que l'envie. Ici, pourtant, la sobriété n'est pas imposée par les circonstances. Elle est un choix.

Assise en tailleur dans un fauteuil qui n'en est pas à sa première propriétaire, la jeune femme m'explique comment la simplicité volontaire s'est peu à peu imposée à elle. "Cela faisait déjà quelques années que je cherchais un mode de vie qui soit cohérent avec mes valeurs: l'écologie, le respect de la vie, la justice sociale... Mais c'est en réalisant mon mémoire de licence et en discutant avec des simplicitaires que l'idée m'est venue de m'engager moi-même sur cette voie." En fait, il existe bien des raisons d'opter pour la sobriété matérielle: une situation financière difficile, la prise de conscience des disparités inouïes qui caractérisent notre monde, une préoccupation pour l'environnement, le sentiment de voir sa vie passer en coup de vent, etc.

Retisser les liens sociaux

De cette recherche scientifique et de ce cheminement personnel est né "Moins de biens, plus de liens", un petit ouvrage paru aux éditions Couleurs livre et dont le titre, en forme de slogan, résume à lui seul un des aspects qui a le plus séduit Émeline De Bouver dans la simplicité volontaire. En privilégiant l'être à l'avoir, la participation citoyenne à la consommation marchande, cette nouvelle philosophie de vie vise, en effet, le retissage des liens sociaux et une plus grande solidarité entre les gens.

"La problématique du temps est également centrale pour les simplicitaires", poursuit la jeune chercheuse. "Beaucoup optent d'ailleurs pour le travail à temps partiel afin de retrouver du temps pour eux et pour les autres. Mais pour cela, il faut ré-évaluer son rapport à l'argent, effectuer de grands changements dans ses habitudes de vie, et surtout de consommation." Émeline De Bouver reconnaît toutefois que ce n'est pas toujours facile de vivre "à contre-courant" et qu'il lui arrive de "craquer". "On est vite repris par ses anciennes habitudes, mais j'essaie de ne pas culpabiliser", ajoute-t-elle.

Une centaine de kilomètres plus loin, dans un petit village nommé Fexhe-le-haut-Clocher, Dominique Masset, 46 ans, semble plus tourmenté. Le gaspillage, la pollution, la surconsommation, la recherche effrénée de la croissance... tout cela l'inquiète terriblement. Pour lui, il n'est plus possible



sible de continuer à vivre de cette façon. Cette prise de conscience n'a toutefois pas été immédiate chez lui. "Longtemps, j'ai vécu comme tout le monde: voiture, vacances, carrière professionnelle...", reconnaît-il. "Tout a bousculé le jour où Ezio Gandin, un membre des "Amis de la Terre," nous a proposé, à ma femme et moi-même, de poser un geste écologique relativement aisé: l'installation d'une toilette sèche dans notre maison. Il s'agit d'une toilette qui n'utilise pas d'eau et qui permet de récupérer les excréments pour en faire du compost. Pour nous, cela a été un délice."

Anticiper sur l'avenir

Depuis, Dominique Masset et sa famille ont clairement opté pour une vie sobre, pour ne pas dire spartiate. Ils ont renoncé à leur voiture, aux vacances, au GSM et aux énergies fossiles pour leur chauffage. Ils ont procédé à des travaux importants d'isolation dans leur maison, opté pour l'alimentation bio, réduit leur temps de travail. Ils achètent leurs légumes directement chez le producteur, ne mangent

pratiquement pas de viande, envisagent de passer au solaire pour l'eau chaude sanitaire, de transformer une partie de leur jardin en potager...

Ce mode de vivre peut paraître extrême et même faire peur à certains par son côté marginal, mais lorsqu'on parle avec des simplicitaires, on se rend compte combien ils se sentent en accord avec eux-mêmes. Ils ont sans doute beaucoup moins d'argent que la plupart des gens qui les entourent, mais ont la satisfaction de mener une existence qui est en adéquation avec leurs valeurs et leurs idées. Leur témoignage ne laisse en tout cas pas indifférents. À leur façon, ils préfigurent ce que nous serons sans doute, un jour, tous amenés à mettre en pratique dans nos vies. Pourquoi, dès lors, ne pas suivre leur exemple et anticiper sur l'avenir, sans contrainte extérieure?

Pascal ANDRÉ

"Moins de biens, plus de liens – La simplicité volontaire", Émeline De Bouver, Éd. Couleurs livre, 120 pages.

DIMANCHE Paroissial



Chaque semaine, retrouvez chez vous *Dimanche Paroissial*.

Proche de vous, il vous apporte : informations paroissiales, interviews, actualités diocésaines, page junior, courrier des lecteurs et bien d'autres rubriques. Une vraie diversité sous un format dynamique et attractif.

À bientôt et bonne lecture,

L'équipe de Dimanche

Infos et abonnement: adressez vous à votre paroisse pour des tarifs préférentiels, ou directement à *Dimanche* (065/35.28.85 – abonnement@dimanche.be)
Sur simple demande, nous vous adresserons un exemplaire gratuit.

S'inform... et respirer

LA SIMPLICITÉ VOLONTAIRE Chemin vers le bonheur?

Dans sa dernière encyclique, Benoît XVI est très clair: la crise économique que nous traversons actuellement ne doit pas nous faire baisser les bras. Au contraire, elle "nous oblige à reconsidérer notre itinéraire, à nous donner de nouvelles règles et à trouver de nouvelles formes d'engagement". Le pape, bien sûr, se contente de donner les grandes orientations et refuse d'avaliser tel ou tel type de projet, mais il est fort probable qu'il serait séduit par la simplicité volontaire, ce mouvement originaire des États-Unis et du Canada, qui "propose à chacun d'évoluer de façon consciente vers une existence matérielle simplifiée et désencombrée".

Si le vocable "simplicité volontaire" est assez récent, l'idée, elle, existe depuis très longtemps et trouve même un certain écho dans les évangiles et la spiritualité chrétienne. En effet, "chaque fois que, dans l'histoire, sont survenues des périodes d'excès sous une forme ou une autre, il s'est toujours trouvé des sages pour rappeler les exigences du bon sens, de la modération ou de juste milieu", explique le Canadien Bominique Boisvert, citant des personnages tels que Socrate, Gandhi, François d'Assise, Charles de Foucault... connus pour le dépouillement matériel qu'ils ont incarné.

Propre aux sociétés occidentales, la simplicité volontaire n'est toutefois ni une religion, ni un parti politique, ni un mouvement organisé. Née dans les années 70 de la constatation que la consommation n'apporte pas le bonheur, elle regroupe des personnes qui choisissent de simplifier leur existence pour favoriser une plus grande qualité de vie. C'est une démarche que chacun vit à sa façon et à son rythme. La simplicité volontaire offre, de plus, la rare opportunité, dans notre monde si individualiste, de faire deux choses souhaitables en même temps: travailler à son propre épanouissement tout en agissant pour le bien de la collectivité. "Vivons simplement afin que d'autres puissent simplement vivre", conseillait déjà en son temps le mahatma Gandhi.