

# Que puis-je faire ?

---

*« Tout le monde pense à changer le monde,  
mais personne ne pense à se changer soi-même. »*

Léon Tolstoï

Pour terminer l'année, j'ai été inspiré à écrire un billet un peu différent et qui pourrait, peut-être, vous accompagner durant ces fêtes.

Cette fin d'année 2016 a été marquée par une forte agitation politique qui a, plus ou moins fortement, affecté nos quotidiens. Ce qui a prévalu dans les médias, dans ce climat de grande incertitude, est une atmosphère de peur qui favorise une sorte de résignation populaire, un découragement d'une grande partie des masses populaires qui se sentent impuissantes face à de telles machineries. Ou qui marquent leur désintérêt à un establishment qui s'accroche, en élisant/votant un changement qui leur fait miroiter monts et merveilles de manière simpliste et populiste. Avant la prochaine grande désillusion qui risque de se produire et qui risque de laisser cette classe moyenne encore plus exsangue et dépendante d'un système.

Alors, dans ce contexte, pour tenter de vivre cet esprit de Noël frais et vivant, que pouvons-nous faire, chacune et chacun, à notre petit niveau ?

A notre niveau, nous ne pouvons pas changer les politiques mondiales même si elles semblent prendre une direction plus belliqueuse que pacifique. Mais nous pouvons, toutes et tous, cultiver la paix et la bienveillance en soi et autour de soi. Au quotidien et à chaque instant. Et retrouver un tout petit peu de notre pouvoir de créer « notre petit monde de paix ».

A notre niveau, nous ne pouvons pas modifier la dynamique d'ultra-libéralisme qui prône une croissance à outrance et qui est condamnée à s'effondrer un jour ou l'autre. Mais au quotidien, nous pouvons choisir de ne pas fermer les yeux, de ne pas vivre dans le déni et de ne pas céder aux affres du consumérisme à outrance. Ce consumérisme qui nous fait croire que nous existons grâce à ce que nous possédons (ou ne possédons pas). Chacune et chacun peut le faire en reprenant une parcelle de son pouvoir propre. Car en cédant, sans s'interroger, aux modes ou aux normes consuméristes imposées par la société, ne contribuons-nous pas à nourrir ceux que nous percevons comme « nos oppresseurs » ? Chacune et chacun a le pouvoir de choisir si il/elle veut participer plus ou moins activement à cette dynamique, par exemple, en s'interrogeant s'il est nécessaire d'acheter le dernier standard de smartphone, s'il est vital d'aller en vacances à l'autre bout du monde deux fois par année, s'il est indispensable d'avoir chaque année le dernier matériel sportif, etc. Si, peut-être seulement une fois en 2017, vous réussissez à remettre en cause un standard oppressant imposé par la société, aurez-vous le sentiment de retrouver un peu de votre pouvoir ? Et aurez-vous le sentiment de vous donner la chance de sentir que vous pouvez, par moments, retrouver une vraie liberté de choisir ?

A notre niveau individuel, nous n'avons aucune chance de faire changer rapidement les abus de pouvoir (ou les manipulations) peut-être constatés professionnellement ou personnellement. Par contre, chacune et chacun peut, à chaque instant, choisir de cultiver en soi-même et autour de soi une attitude coopérante et bienveillante. Et contribuer ainsi à diminuer la nourriture de manipulation ou d'abus de pouvoir dont se gavent certaines personnes ; retrouvant ainsi une partie de son propre pouvoir ?

Nous n'avons pas la puissance de communication des grands médias qui abreuvent nos journées. Mais, au quotidien et à notre niveau, nous pouvons toutes et tous choisir de ne véhiculer sur les réseaux sociaux que des messages qui servent réellement à la communauté, qui participent à faire grandir plutôt que de chercher à être reconnu ou à exister. Si, avant de poster quoi que ce soit sur un réseau social, chacune et chacun pouvait se poser la question « est-ce que ça peut être utile à quelqu'un ? » ou « est-ce que ce que je vais poster peut contribuer à faire plus de bienveillance sur le réseau ? », ne pourriez-vous pas contribuer à nourrir plutôt qu'à gaver les membres de vos réseaux ?

Si, chacune et chacun pouvait s'atteler à retrouver des parcelles de ce pouvoir qui consiste à réellement choisir ce dont il/elle a vraiment besoin pour être profondément nourri (amour, bienveillance, beauté, bonté, générosité, créativité, amitié, liens profonds, ouverture d'esprit, capacité à donner le meilleur de soi, etc.) peut-être que des changements collectifs invisibles pourraient s'initier ? Et, après quelque temps, influencer ce qui semble impossible à faire évoluer ?

Je suis idéaliste. Mais pas ni naïf ni « bisounours ». Je connais des entreprises suisses de plus de 100 personnes réparties sur tout le territoire qui ont fait des choix de coopération et de pouvoir collectif pour tester d'autres chemins plutôt que des choix de croissance effrénée, d'enrichissement des actionnaires, de pouvoir hiérarchique farouchement gardé ou de (sur-)protectionnisme excessif qui vont, me semble-t-il, à l'encontre de tout développement durable. Au-delà de certaines communautés marginales qui tombent souvent dans des excès ou de l'extrémisme, il existe aujourd'hui de plus en plus de communautés qui se bâtissent sur d'autres valeurs que celles prônées dans les canaux d'information d'aujourd'hui : valeurs plus en phase avec l'évolution du monde actuelle. Mais il faut peut-être chercher un peu ces communautés car peu d'entre elles apparaissent sur les sources d'informations populaires qui nous nourrissent.

L'enjeu d'une évolution sociétale qui ne passe pas par des guerres ou des oppressions fortes ne pourrait-il pas passer par ce type de démarche ? Où la force du collectif est plus utilisée pour la richesse de sa diversité que par le côté « moutons-qui-bêlent-tous-ensemble-sans-réellement-savoir-pourquoi » ? Et où chacune et chacun peut sentir qu'il a une certaine utilité ?

Comme accompagnement musico-photographique, j'ai réalisé, il y a une année, une randonnée avec une musique qui vibre parfaitement dans l'esprit de ce billet : <https://vimeo.com/149563853> !

C'est peut-être le dernier billet avant les fêtes, alors j'en profite pour vous souhaiter de très belles fêtes de fin d'année !!

Jean-Pierre Rey, le 17 décembre 2016

Partagez si le billet vous a plu et [inscrivez-vous](#) à mon info-lettre si vous voulez recevoir hebdomadairement une inspiration !

Et le menu [Tout le blog](#) vous donne accès aux derniers billets, en cas d'intérêt !