

Je fais ma part¹

*« Si vous avez l'impression que vous êtes trop petit pour changer quelque chose, essayez donc de dormir avec un **moustique**. Vous verrez lequel des deux empêche l'autre de dormir. »*

Dalaï Lama

Inspiré de la légende du colibri², je vous propose un dialogue intérieur entre mon « moi du quotidien » (à tendance moralisatrice et limitant) et ma pure conscience (celle vraie, pure, qui donne la vie).

Peut-être que ce dialogue peut se transposer pour une situation où vous empruntez un chemin de transformation et où vous vous sentez peut-être découragé-e et seul-e face à l'ampleur de la tâche ; ou en dialoguant avec un-e ami-e qui l'est ?

Mon « moi du quotidien » s'exclame :

- A quoi ça sert que je fasse des efforts si la majorité des gens qui m'entourent ne le font pas ? Le colibri est bien gentil mais qu'est-ce qui change si « il fait sa part » ?
- *Si une des milliards de tes cellules abandonne la tâche répétitive pour laquelle elle est programmée, que se passe-t-il dans ton corps ?*
- Je ne comprends pas le lien avec ma question.
- *Je retourne mon exemple : si dans un corps malade, une cellule s'active pour la guérison, son action pourrait être celle qui va faire basculer le corps vers une totale guérison. Et elle fait sans avoir besoin de savoir si son action sert ou non à quelque chose.*
- Je comprends un peu mieux intellectuellement mais ça ne me suffit pas pour dépasser ma frustration et mon découragement d'agir « pour beurre »
- *Qu'est-ce qui te permet mieux de dépasser ton ressenti de frustration pour tenter de sentir une onde de bien-être : une action qui te nourrit ou un amollissement qui t'endort et te vide de ta substance ?*
- Je ne sais pas. Peux-tu m'illustrer cela dans des exemples concrets ?
- *Cite-moi quelques situations que tu vis ou observes et qui peuvent entraîner du découragement et de la frustration ?*
- A quoi ça sert de se priver de voyages en avion si tout le monde le fait ? A quoi ça sert de questionner mes croyances et me fragiliser plutôt que de demeurer dans des certitudes douillettes ? A quoi ça sert de répondre à mes ressentis, pas forcément agréables, si la plus grande partie de mon entourage préfère l'endormissement et la fuite ? A quoi ça sert de consommer moins si la majorité ne le fait pas ? ...
- *Si je te dis que tu restes dans le déni, que ressens-tu ?*

¹ Il existe de nombreux groupes « jefaismapart » principalement axé développement durable, gestion des déchets qui, dans ces contextes, peuvent être intéressants à visiter. De mon côté, l'inspiration est plutôt liée à la difficulté rencontrée dans la transformation des mentalités liées à des 'manières d'être' diverses (encore plus sournoises que des 'manières de faire')

² <https://www.colibris-lemouvement.org/mouvement/legende-colibri>

La voix de ma tête s'éteint un instant puis s'écrie :

- Je ne comprends pas !
- *Si tu sais que tu peux expérimenter l'exploration en nourrissant ta créativité pour l'exercer différemment, sans te comparer aux autres, demeures-tu frustré ? Si tu sens que tu te meurs en donnant vie une n^{ième} fois à une croyance qui t'enferme, ne te sentirai-pas mieux en t'ouvrant et en explorant d'autres voies, même inconfortables ? Si tu t'interroges sur tes vrais besoins, ne te sens-tu pas plus libre de choisir d'autres voies que la voie de la consommation à outrance qui semble l'unique possible ?*
- ...(silence)
- *Si tu te concentres sur l'émerveillement et la gratitude de ce qui t'es offert, penses-tu à ce qui semble te manquer ? Si tu vis en conscience la boucle du « donner-recevoir », as-tu envie de « prendre » ou de garder farouchement quelque chose uniquement pour toi ou préfères-tu le partager ?*
- ...(silence)
- *Si tu te considères comme une parcelle du monde, connecté à tout ce qui existe, peux-tu percevoir l'intérêt de « faire ta part », sans besoin de savoir si ça aura un impact sur d'autres, mais avec la certitude que tu nourris la Vie qui vibre en toi ?*
- ...(silence)
- *Alors, fais simplement la part qui nourrit ton âme et qui nourrit naturellement la Vie autour de toi. N'abandonne pas...*

Pour laisser résonner ce petit dialogue, je vous convie à une petite animation musico-photographique lente et méditative avec le morceau « Don't give up » de Peter Gabriel : <https://vimeo.com/347120142>

Jean-Pierre, juillet 2019