

Que devons-nous faire ? Que pouvons-nous faire ?

Beaucoup de gens pensent encore que nos actions n'ont d'importance que si tout le monde s'y met. Toi d'abord ! Et je te suivrai ! Mais dans ce cas, qui va commencer ?

« Ce que tu veux que d'autres fassent, commence donc par le faire toi-même », nous enseigne Jésus. Si tu veux voir le monde changer, n'attends pas que les autres changent, commence déjà toi-même, et d'autres suivront ton exemple ! Un océan est fait de milliards de gouttes d'eau, et chacune à son importance. La solidarité de l'humanité se construit jour après jour sur le moindre de nos petits gestes qui vont dans ce sens. Il est en ton pouvoir d'élever le monde en t'élevant toi-même, ou de l'abaisser quand tu t'abaises...

Concrètement, que pouvons-nous faire, nous, simple citoyens ? Réduire encore notre vitesse en voiture, nous mettre au vélo, baisser le chauffage, ne plus acheter de fruits venant de l'autre bout du monde, renoncer à tout produit nécessitant des matières de provenance lointaine et de l'énergie pour les acheminer vers nous ? La liste des recettes est longue, et les témoignages qui suivent illustrent assez bien l'ampleur des possibilités et des engagements...

Oui, un art de vivre plus sobre, pratiqué par chacun, serait conforme aux intérêts de la planète. Mais n'oublions pas aussi ceux qui vivent une forme contrainte de sobriété parce qu'ils sont pauvres ou dans la misère, et ont déjà du mal à vivre au jour le jour... C'est pourquoi il n'y a de véritable écologie environnementale que si elle s'accompagne de la rencontre des plus petits, des plus pauvres, de ceux que l'on laisse au bord de la route. Cette proximité nous enseigne l'ardente nécessité de vivre plus simplement, en discernant dans le quotidien de nos vies, les remises en cause nécessaires, et en osant de nouveaux chemins de fraternité.

Se former et éduquer

Il est de notre devoir de nous former sur les questions écologiques, en recherchant les informations fiables, approfondies et plurielles. C'est un peu pour cela que j'ai inclus à mon site cette partie importante sur « l'écologie globale », qui ne dissocie pas l'écologie de la nature de celle de l'homme, car les deux sont intimement liées. Seul l'homme, en effet, parmi les êtres vivants de cette terre, a le pouvoir de modifier le comportement du monde, et son propre destin...

Les éléments qui déterminent nos choix de consommation, d'épargne et d'investissement devraient être la recherche du vrai, du beau et du bon, ainsi que la communion avec les autres hommes pour une croissance commune. « On doit toujours plus éduquer à construire la paix à partir de choix de grande envergure au niveau personnel, familial, communautaire et politique » (par exemple en privilégiant les « emplois verts », et en faisant travailler des structures de l'économie sociale et solidaire).

Une véritable alliance éducative qui implique les familles, l'école, les universités, les institutions, est plus que jamais nécessaire, de façon à éduquer prioritairement les jeunes (car ils sont plus réceptifs) à ne pas gâcher « la nourriture, le papier, l'eau et l'énergie chez soi, apprendre à « consommer engagé », à respecter l'environnement, à toucher du doigt que la sobriété fait du bien à soi-même et aussi aux autres. Et qu'ainsi on devient plus juste...

Réduire notre empreinte écologique

Nos comportements – apparemment anodins – en tant que consommateurs sont porteurs de conséquences sociales au sens large, à côté de chez nous ou à l'autre bout du monde, et le « rapport qualité /prix » et la « maximisation du profit personnel » ne peuvent plus constituer le seul critère d'achat.

Nous essayons de réviser nos modes de vie pour réduire notre « empreinte écologique » due à une consommation toujours croissante, souvent au détriment de pays moins développés qui subissent les dommages de notre traitement de la nature, et qui souffrent de leur total assujettissement aux lois des échanges économiques, conçues pour les plus riches.

Nous faisons en sorte que notre mode de vie soit le moins possible source de pollution, par respect de notre corps et de la Création.

Cela implique entre autres de redécouvrir la nature et de réapprendre les savoir-faire traditionnels.

Nous nous soignons le plus naturellement possible: se soigner sans modération par la chimie favorise la résistance des microbes, abîme nos corps mais aussi notre environnement par nos rejets, notamment l'eau potable où finissent ultimement les résidus moléculaires de nos médicaments.

Nous limitons l’empreinte carbone (CO²) de nos modes de vie, en faisant attention notamment à notre consommation d’énergie (chauffage, essence) et à la provenance de ce qu’on achète.

Nous veillons à ne pas laisser la lumière allumée quand nous quittons une pièce.

Nous privilégions le « fait maison » : faire plus souvent de la cuisine, de la pâtisserie (et non plus l’acheter), constitue une activité très sympa en famille, contribue à une alimentation plus saine et constitue aussi une économie non négligeable.

Nous trions mais surtout limitons nos déchets, qui sont une source de pollution majeure.

Consommer autrement

Le marketing et la publicité qui en est l’expression cherchent sans cesse à créer de nouveaux besoins chez leurs cibles, ce que nous refusons. C’est notre vie spirituelle elle-même qui est agressée quand les marques peuplent notre imagination d’inquiétudes, de frustrations, d’envies...

Vu que nous n’achetons quasiment plus que "le nécessaire", et le plus souvent bio et socialement équitable, nous ne donnons jamais suite aux 'promos' proposées en magasin (sauf si nous avons l'intention d'acheter le produit en question !). Il est devenu très rare que nous ressortions d'un magasin avec autre chose que ce que nous avons l'intention d'y acheter. J'ai l'impression d'y avoir gagné en liberté intérieure et en sérénité.

J’achète des produits locaux : œufs, fruits, légumes, fromages, volaille.

Nous cherchons à ce que notre mode de consommation permette aux producteurs de vivre décemment. En particulier, que notre argent aille en priorité chez celui qui produit et non pas chez celui qui distribue, et dont les marges excessives étouffent celui qui crée la vraie valeur. En s’approvisionnant, par exemple auprès du réseau des [AMAP](#) (Associations pour le Maintien d’une Agriculture Paysanne).

Nous consommons une nourriture autant que possible biologique. La dégradation de notre santé, l’épuisement avéré et catastrophiques des sols, ainsi que la disparition accélérée des espèces animales ou végétales l’exigent.

Je cultive mon potager biologique et je fais mon compost.

Nous achetons le plus possible une nourriture bio et équitable, mais le budget est serré.

Nos revenus ne nous permettent pas d’acheter bio près de chez nous et nous allons faire nos courses au supermarché, mais nous n’achetons que des fruits et légumes de saison et boycottons autant que faire se peut ceux qui sont cultivés à l’autre bout du monde ou en Espagne. Ceci dit, un primeur vient de s’ouvrir près de chez nous et nous envisageons de nous y fournir.

Nous mangeons moins de viande (rouge en particulier), en raison des volumes de production agricole phénoménaux qui servent à nourrir les bêtes au détriment des hommes, et des folles quantités d’eau qu’exige un élevage intensif.

Je fais de plus en plus attention aux produits que j’achète ou que je consomme (provenance locale ou lointaine, travailleur exploité, qualité du contenu pour la santé, quantité d’emballage,...) .

Nous empruntons énormément à la médiathèque (CD, DVD, livres).

Nous n’avons pas la télévision.

Nous luttons contre l’omniprésence des échanges marchands et favorisons les échanges de services entre particuliers.

Nous jeûnons de temps en temps pour stimuler la relation à la nature et faire découvrir la fécondité d’une sobriété heureuse. En plus, cela repose notre corps, ce qui est bon pour notre santé.

L’eau : un bien précieux

Nous économisons l’eau, qui devient un bien des plus précieux.

Nous récupérons l’eau de nos douches pour les chasses d’eau (ce qui, mine de rien, nous fait faire une sacrée

économie...). Par exemple, la première eau froide de la douche, avant qu'elle ne soit chaude : c'est quelques litres par jours, et plus de 2 mètres cubes par an !

Nous rejetons à la terre l'eau de nettoyage des fruits, légumes, l'eau de rinçage quand elle est propre : car nous avons appris que 30% de l'augmentation du niveau des océans (problème majeur qui va pénaliser deux milliards d'humains) est due à nos rejets domestiques !

Notre logement

Nous avons lu le guide de l'ADEME « [Etre écocitoyen à la maison](#) » : c'est fantastique de découvrir tout ce que l'on peut faire chez soi pour l'environnement et pour notre santé aussi !

Nous travaillons années après années à isoler correctement notre vieille maison.

Nous avons opté pour un chauffage au bois performant (donc économe), écologique et économique aussi.

Nous avons fait poser des panneaux photovoltaïques sur le toit de notre habitation, et revendons notre électricité à EDF. Notre investissement demandera douze ans pour être amorti, mais c'est un geste pour produire de l'énergie autrement qu'avec de l'uranium, du gaz ou du charbon !

Nous prenons soin de la maison avec des produits naturels : en France les intérieurs sont plus pollués que les rues des villes.

Nous utilisons à la maison des produits naturels (ce qui demande d'être beaucoup plus soigneux et de bien comprendre comment faisaient nos ancêtres car les mites et autres bêtes se réjouissent des maisons bio). Mais c'est parfaitement faisable, une fois qu'on sait comment faire !

Nos transports

Le tourisme de masse est l'un des facteurs de réchauffement de la planète par la pollution dégagée par les moyens de transport. Il y a actuellement 900 millions de voyageurs du monde dont une grande majorité pourrait renoncer à une certaine dimension égoïste du tourisme qui nuit à la planète !

Nous diminuons au maximum les déplacements en voiture.

Nous privilégions les transports publics pour les déplacements quotidiens.

Je vais au travail en covoiturage : nous sommes quatre et chacun prend sa voiture une semaine sur quatre.

Nous ne partons plus à l'étranger en avion.

Nous évitons de partir loin en vacances.

Nos loisirs

Nous cultivons l'émerveillement devant les merveilles de la Création. Nous valorisons les promenades dans la nature qui sont l'occasion de s'émerveiller toujours plus des beautés de la Création.

Le ski alpin, on peut s'en passer ! Les stations sont des gouffres à énergie nucléaire et saccagent nos montagnes (on s'en rend compte l'été). Nous avons adopté le ski de randonnée et la raquette à neige : vive les promenades sauvages dont on revient toujours si heureux !

Se désencombrer de l'inutile

On ne peut pas s'épanouir en voulant tout faire : c'est impossible ! Méditez bien cette vérité fantastique, car il m'a fallu plus de 40 ans pour la comprendre !

Il y a une liberté gagnée en nous libérant des soucis, des angoisses de budgets, de crédits, de manquer la dernière occasion, la dernière promotion ou de manquer tout court. On ne sent plus ce poids de l'achat et du paiement sur nous. On est libéré du fardeau d'avoir toujours plus, de la surenchère matérialiste qui caractérise notre temps.

La joie vient ensuite : joie de remettre quelque chose en marche, de redonner "vie" à un objet promis à la casse, d'éviter de puiser encore une fois dans les réserves de la Terre et de mon compte en banque. Quand je répare un truc ou que je bricole dans la maison, j'ai l'impression de construire, d'apporter quelque chose à ma famille et en plus j'ai une joie personnelle d'y arriver.

Nous n'avons pas les derniers gadgets à la mode des téléphones portables (indispensables dans nos métiers). J'ai le même téléphone portable depuis sept ans.

Après avoir lu le livre « *Se désencombrer de l'inutile* », nous avons commencé à passer en revue de façon systématique mais très progressive le contenu des armoires, bibliothèque et placards... et nous poursuivons en donnant ce qui n'est pas indispensable.

Progressivement nous essayons d'acheter d'occasion, et nous réparons au lieu de jeter.

Depuis des années, je fais dans la récupération : amplis, radios, électrophones, ordinateurs que les gens veulent mettre à la déchetterie... J'ai toujours du mal à digérer la perte d'un appareil pour un simple composant que l'on ne trouve plus.

Notre mode de vie depuis notre installation ensemble n'est pas orienté vers la surconsommation. Nous ne remplaçons le matériel audiovisuel, les meubles et les équipements électroménagers que lorsqu'ils sont usés.

Nous luttons contre la virtualisation des échanges qui, sous couvert de rapprocher les gens et d'accélérer les échanges, accroît la dépendance à la consommation et le sentiment de solitude. Internet ignore ce qui fait la richesse essentielle d'une relation, à savoir une rencontre authentique entre deux personnes qui se voient vivre.

Nous nous donnons les moyens de prendre du temps en couple et en famille, au quotidien, malgré un emploi du temps souvent chargé, avec les amis aussi. On veut rester ouvert et disponible pour l'inattendu, le non-programmé.

Gérer autrement son argent et son épargne

Nous sommes en train de réfléchir profondément à notre rapport à l'argent : de quoi avons-nous vraiment besoin ? Comment pourrions-nous partager ?

Nous évitons autant que possible de nourrir les réseaux d'une finance hors sol éloignée des réalités de la vie et destructrice d'emplois : nos économies sont placées en parts sociales de la Caisse d'Épargne afin d'aider les associations locales.

J'ai l'intention de sortir mes petites économies de la banque pour acheter de la terre ou placer chez [Terre de liens](#) qui aide les paysans à s'installer là où c'est le plus difficile pour eux, comme en Île-de-France.

Un de nos objectifs à moyen terme : confier notre épargne à une banque ou un institut de crédit solidaire, qui investit les dépôts qui lui sont confiés, essentiellement dans des projets - marchands, ou non - intégrant une forte dimension sociale et environnementale.

Nous avons entrepris les démarches proposées par la Campagne [Stop Paradis Fiscaux](#), menée par un réseau d'associations et de syndicats, dont le CCFD-Terre Solidaire et le Secours Catholique. Par exemple : inciter les collectivités locales à travailler avec des acteurs économiques qui n'ont rien à cacher dans les paradis fiscaux, demander des explications à son banquier sur l'usage que fait sa banque des paradis fiscaux, et dans le choix de ma banque et de mes produits d'épargne, être vigilant sur les types de placements réalisés.

Travail et conscience

Nous cherchons petit à petit à ce que nos choix professionnels soient en accord avec nos convictions.

J'ai quitté mon travail à l'hôpital, le jour où l'on m'a demandé de pratiquer des actes contre ma conscience. Il m'a fallu quelques mois pour en retrouver, mais j'étais en paix intérieure !

Au delà de tout ceci, l'humilité nous conduit à admettre qu'au niveau individuel, nous ne sommes pas tout puissant, et que malgré toute notre bonne volonté à mieux agir, des décisions courageuses devront être prises à d'autres niveaux, politiques, économiques, des sphères régionales aux sphères planétaires.

Principe de localité : le retour du bon sens

Prenons un exemple simple : les français font venir d'Espagne les fraises entre avril et juin, car elles sont mûres un peu plus tôt au sud, et en juin-juillet, ils exportent en Espagne leurs fraises, parce que les espagnols n'en n'ont pas eu assez. Cherchez l'erreur ! Toute la chaîne de distribution alimentaire est touchée par cette folie du transport tous azimuts de fruits et de légumes en provenance du monde entier, et à destination du monde entier (enfin, presque...).

Il est aussi absurde de continuer à faire se croiser des porte-conteneurs au milieu des océans avec les mêmes objets qui viennent, par exemple, du Japon ou de la Chine vers les États-Unis et des États-Unis vers la Chine ou le Japon.

Tout cela symbolise une société du caprice et du gâchis. On va devoir renouer avec la production équilibrée et l'économie de proximité : c'est tout simplement du bon sens, si l'on veut être à la hauteur de l'enjeu qu'est le destin de l'humanité !

Il va donc falloir inventer une économie sobre, relocalisée, décentralisée, par la décroissance de la consommation de matières et d'énergie, et de leur transport boulimique.

Ce qui veut dire : mobiliser la société autour d'une économie solidaire et sociale, d'abord par une prise de conscience de masse, puis par un renouveau du politique, tellement attendu, surtout dans nos pays inféodés au libéralisme.

Une économie au service de l'homme, et non pas le contraire

Il faut introduire au sein même de l'économie mondiale actuelle, hyper-financiarisée, les principes de gratuité et de don, ce qui conduit le Pape Benoît XVI à prôner le développement d'entreprises non tournées vers le profit mais vers des buts mutualistes et sociaux, et plus généralement à retrouver le sens de la coopération, de l'économie solidaire, à l'exemple des entreprises associatives membres du réseau [Tissons la solidarité](#).

Il s'agit aussi de réinsérer l'économie dans le tissu des relations sociales, et ultimement, dans la théologie de la charité, comme ce fut longtemps essentiellement le cas, jusqu'à la révolution industrielle. Concrètement, cela implique de donner la préférence à des entreprises « sociales et solidaires », ou bien « conventionnelles », mais dont le patron et les actionnaires assument clairement cette responsabilité. Mais nous avons encore des progrès à faire !

Ici, retenons cette proposition de Gérard Lafay, professeur émérite à l'Université Paris II, de « créer un nouveau statut, celui de la compagnie, ensemble de compagnons réunissant un capital humain et un capital financier. A côté des autres propriétaires, les "travailleurs propriétaires", à la fois de façon individuelle dans leur propre entreprise et de façon mutualisée par corps de métier, pourront ainsi détenir une part importante du capital, suffisante pour pouvoir peser sur les orientations stratégiques. C'est seulement ainsi que la sortie de crise débouchera sur un système viable ».

Actions planétaires

Des combats décisifs se mènent aussi au niveau d'organismes, de sociétés, de groupes, d'États et de la communauté internationale : ONU, UNESCO, gouvernements, qui ont plus de pouvoir. Tous les niveaux de mobilisation sont concernés, du local au mondial : chacun a son rôle, mais pour les puissants aussi le principe énoncé plus haut reste valable : ne pas attendre que d'autres s'engagent pour se remettre en question !

L'un des points principaux que la communauté internationale doit affronter, est celui des ressources alimentaires, énergétiques et de l'eau, en trouvant des stratégies communes et durables pour satisfaire les besoins de cette génération et des générations futures. L'accaparement des ressources énergétiques non renouvelables, de l'eau et des terres cultivables par certains états, groupes de pouvoir ou entreprises, constitue un grave obstacle au développement des pays pauvres, et nécessite que la communauté internationale trouve les voies institutionnelles pour réglementer l'exploitation de ces ressources, en accord avec les pays pauvres.

C'est bien au niveau mondial que doivent être prises des décisions d'envergure pour : assurer la redistribution planétaire des ressources afin que les pays qui n'en ont pas puissent y accéder, faire progresser la recherche d'énergies alternatives dont l'impact environnemental soit moindre, et favoriser des politiques de décroissance de la consommation d'énergie dans les pays développés, car il nous est possible d'améliorer aujourd'hui la productivité énergétique et les conditions de son utilisation.

Enfin, n'oublions pas que la lutte pour l'accès aux ressources naturelles est l'une des causes de plusieurs conflits, entre autres en Afrique, et bientôt en Asie (pour l'eau!). Les experts les plus pessimistes nous parlent, pour les décennies à venir, de possibles guerres pour l'accès aux ressources devenues de plus en plus rares. En sera-t-il ainsi ? Prions pour que notre monde s'oriente au plus vite vers des chemins de justice et de paix qui passent par une inévitable conversion écologique globale.

Notre conclusion : la sobriété est un chemin d'humilité et de joie

Tous ces témoignages expriment la joie retrouvée d'être enfin acteur de sa propre vie, en cuisinant, en jardinant, en réparant, en achetant « local ». Le cheminement entrepris permet de nous réapproprier le décor qui nous entoure au quotidien et d'en goûter la saveur, que ce soit en ville ou à la campagne.

Le choix d'une vie sobre nous rapproche de ce qui fait la vraie saveur de la vie, et éloigne de nos quotidiens les artifices qui le maquillent d'un vernis de bonheur. C'est un choix humain au sens plein du terme, car la sobriété passe par le lien social, l'amitié, la proximité des gens, et suppose enfin une conscience forte des destinées communes de notre humanité : c'est pour nos enfants, et les enfants de nos enfants, trésors de vie d'une planète qui n'est pas destinée à mourir dans vingt ans, que nous choisissons la simplicité volontaire.

C'est ce que nous dit l'Évangile : la vie simple, c'est de ne pas s'enrichir, amasser, mais vivre et aimer chaque jour, dans la joie, la fidélité au Seigneur et à ceux qu'on aime, choisir d'être pauvre à la suite du Seigneur qui a choisi cette pauvreté parce qu'elle dispose plus facilement nos cœurs à s'ouvrir à l'essentiel. En nous dépouillant un tout petit peu, nous faisons de la place à l'essentiel : le Christ qui vit en nous à mesure que nous lui offrons une parcelle de nous-mêmes...