

La simplicité volontaire

ou vivre plus simplement pour vivre mieux

Ezio Gandin, membre d'un groupe de simplicité volontaire et des Amis de la Terre, Belgique

La simplicité volontaire, on en parle dans les pays francophones depuis une dizaine d'années. Toutefois, ce concept est d'abord apparu aux États-Unis, au milieu des années 1970, dans ce pays champion depuis longtemps de la surconsommation et de l'endettement des ménages. C'est ensuite à partir du Canada grâce à Serge Mongeau et au réseau de simplicité volontaire du Québec que cette expression s'est propagée vers l'Europe et la Belgique francophone en particulier.

Son aspect le plus connu est certainement celui d'un mode de vie qui vise à réduire les besoins matériels à ce qui est vraiment nécessaire – ce qui est très personnel et évolue avec le temps – mais c'est d'abord la concrétisation d'un mode de pensée qui cherche à consommer moins pour vivre mieux. Il donne l'opportunité de simplifier sa vie, de devenir plus autonome : réapprendre des savoir-faire oubliés (jardinage, artisanat, etc.), retisser des liens avec ses proches, s'intégrer dans des groupes locaux de solidarité, retrouver l'émerveillement de l'enfance devant les beautés que la nature nous offre. Autant de pistes qui complètent avec bonheur la sortie de la surconsommation. C'est à un autre rapport à l'argent, aux relations humaines, à la nature et au temps

que nous invite la simplicité volontaire. Tout cela remet bien sûr aussi en cause notre relation avec le travail salarié et certains choisissent grâce à cette réduction de leurs besoins matériels, et donc d'argent, de réduire leur temps de travail pour « profiter » ainsi d'une énergie et d'un temps de vie retrouvés.

Cette démarche individuelle mène progressivement vers le sentiment très agréable de devenir « acteur-responsable-pilote » de sa vie en retrouvant le pouvoir de choisir plutôt que de subir. Cette responsabilisation peut être ressentie de manière inconfortable car elle nous oblige à prendre conscience des

conséquences de nos actes quotidiens, accomplis le plus souvent par habitude; le bonheur n'est pas toujours confortable !

Les personnes qui évoluent sur ce chemin (appelées « simplicitaires ») y trouvent parfois un moyen de sortir de

l'endettement, de donner du sens à leur vie ou de sortir du mal-être qu'elles éprouvent face à la destruction de la planète ou de l'injustice sociale grandissante.

Depuis 2005, grâce notamment aux actions des Amis de la Terre en Belgique, la simplicité volontaire s'est diffusée via des groupes qui ras-

semblent généralement une dizaine d'adultes habitant à proximité les uns

Ce mode de pensée donne l'opportunité de simplifier sa vie, de devenir plus autonome : réapprendre des savoir-faire oubliés (jardinage, artisanat, etc.), retisser des liens avec ses proches.





des autres. Le point fort des rencontres (souvent mensuelles) est le partage de leur expérience de vie dans une attitude de profond respect envers les choix de chacun. Ce moment privilégié, unique, de parler de soi et de ses espoirs de changements de vie en toute liberté est un moteur personnel très important pour développer à son propre rythme une démarche de simplicité à contre-courant de la société de consommation.

Et si la simplicité volontaire devenait contagieuse ? Et si nous décidions de rendre hors-la-loi cette publicité agressive ? Et si nous remplacions le crédit des banques par la solidarité des hommes ? Que de bouleversements collectifs cela entraînerait ! Et pourquoi ne pas opter pour la décroissance économique, volontaire et soutenable, pour construire ensemble un monde durable au Nord comme au Sud ?

