

## SE CHANGER SOI POUR CHANGER LE MONDE

*“Je pense donc je ne suis plus” ? “Suivre ou ne plus suivre” : telle est la question  
“Celui qui croit à la force de l'eau douce, devient un danger pour toutes les pierres.”  
Eugen Drewermann*

Les nouvelles du journal sont mauvaises, les dysfonctionnements de la société sont partout ou presque. Il est non seulement impossible d'énumérer tout ce qui ne va pas, mais c'est tout simplement inutile.

Vous regardez la vie autour de vous, et vous vous rendez-compte que rien ne va plus.

Vous avez l'envie que les choses changent, d'apporter votre pierre à l'édifice d'une transformation positive en profondeur. Vous savez cependant que vous n'avez aucune possibilité pour influencer et changer votre entourage.

Vous refusez de jouer la carte de l'impuissance face à ce constat, Car se déclarer impuissant ne fera que prouver que ne rien faire aide à ne rien changer.

De la même manière, râler ou se plaindre ne changera rien aux problèmes, sinon en leur donnant du poids, en leur donnant plus de place, et de la sorte, en leur permettant de s'étendre.

S'agiter dans tous les sens pour se rassurer qu'on aura au moins fait quelque chose, ne fera pas plus avancer les choses.

Or vous êtes prêts à vous investir personnellement pour changer les choses.

Par quel bout, en tant que citoyen, peut-on aborder les problèmes ?

Dans quelle direction s'engager, que faire à titre individuel et collectif, qui ne soit pas une goutte d'eau dans l'océan, et puisse rayonner et influencer le plus loin possible?

Tout d'abord, éliminons les objectifs irréalistes qui consisteraient à penser « sauver » le monde. Nous ne sommes ni des dieux, ni des héros. Ramenons nos responsabilités à une échelle acceptable.

Ensuite, éliminons l'objectif, ô combien tentant, mais totalement illusoire, de vouloir changer les autres. Car de quel droit pourrions-nous prétendre les changer sinon par sentiment de supériorité déplacé. Restons humbles et réalistes : nous n'avons tout simplement pas ce pouvoir, et de plus, chacun est responsable de sa vie. Nous ne pouvons pas choisir pour les autres.

Pour initier le changement, je pense qu'il y a plusieurs pistes pour agir, et qu'elles doivent être menées de front.

Celles dont je parle sur le site et dans le livre sont toutes individuelles . Et c'est intentionnellement que je ne parle que d'elles pour deux raisons :

La première, et la plus importante, c'est que, comme le disait Einstein : « La manière de penser qui a généré un problème ne pourra jamais le résoudre. » Et pour apprendre à fonctionner différemment, il faut toute une série de conditions que l'on ne peut remplir qu'en changeant d'abord à un niveau individuel (même si le soutien des groupes et collectivités n'est pas à négliger). Le changement individuel est donc préalable aux actions collectives, bien qu'il n'exclue pas ces dernières, bien au contraire. Je pense qu'il est inutile de s'investir dans le collectif, tant

que nous fonctionnons de manière problématique (avec un mode de pensée qui a créé, crée, et continuera à créer, des problèmes tant qu'il sera présent).

La seconde raison est tout simplement que je ne me sens pas compétente pour proposer des actions collectives adéquates, je préfère donc laisser cela à d'autres. Je me contenterai juste de lancer une piste en citant l'existence de l'intelligence collective, dont un article résumé tente de décrire ce phénomène encore peu connu à l'adresse suivante : (<http://sechangerson.be/4Articles/intelligencecollective01.htm>).

Peut-être trouverez-vous sur le site les premiers éléments de réponse pour initier ce changement à votre niveau.

Car, vous l'avez compris, les choses ne changeront que si notre façon de les appréhender change.

Il ne s'agit pas de combattre des problèmes, pas plus que d'améliorer une situation indésirable. La transformation doit être bien plus profonde, et elle commence par soi.

Tout comme nous ne pouvons profiter du paysage tant que les volets sont baissés, nous n'avons de pouvoir sur le monde tant que nous concevons la réalité de manière erronée.

Alors, quels sont les changements que nous pouvons effectuer à titre individuel?

Tout d'abord, celui de prendre conscience que, si nous ne sommes pas directement à l'origine du désastre dans son ensemble, notre mode de vie quotidien y participe de façon importante (voir à ce sujet l'article sur notre complaisance : <http://sechangerson.be/4Articles/Complaisance01.htm> ), et nous pouvons dès lors décider, à un niveau individuel, de prendre nos responsabilités en arrêtant de participer activement à tout ce qui contribue au réchauffement climatique, au gaspillage (direct et indirect) d'énergie et de denrées alimentaires, etc.

La légende du colibri (<http://sechangerson.be/5Contes/colibri.htm>) illustre assez bien cette responsabilité.

Quelles que soient les conséquences de nos actes sur la totalité d'un problème : tant qu'ils iront dans la direction d'y participer, nous serons aussi responsables de ce problème. Je ne parle pas de culpabilité, mais de responsabilité. Il ne s'agit pas de chercher la faute, il s'agit de chercher des solutions.

Une fois la conscience de la responsabilité que nous avons individuellement établie, il est alors possible de s'investir dans d'autres changements. Ceux-ci concernent la manière de nous informer.

Ensuite ou en parallèle ce sont les attitudes de consommation qui vont être remises en question.

En passant du très concret au plus psychologique, suivent alors les thèmes de la communication relationnelle, la non-violence, la gestion du temps, la gestion des pensées, l'attitude positive.

Plus loin encore, à un niveau spirituel cette fois on approche alors les thèmes de la conscience de la relation entre monde intérieur et réalité extérieure, la remise en question de nos croyances et conditionnements.

Car à l'origine de nos actions « sont » nos attitudes. Ces attitudes sont la conséquence de nos pensées et modes de pensées, et celles-ci sont induites par notre manière de regarder, d'aborder la réalité : les lunettes de nos croyances, les conditionnements de notre éducation. Donc tant que nous n'avons pas travaillé jusqu'à ce niveau, nous ne pourrions que modifier l'aspect des problèmes qui nous entourent sans parvenir à les résoudre; nous nous contenterions de réformer plutôt que de transformer. Si une chenille veut voir le monde, elle peut tenter de grandir, de s'améliorer, mais elle ne pourra aller bien loin. La transformation devra être majeure, en papillon. Nous ignorons notre potentiel tant que nous nous contentons de nous réformer et de réformer nos problèmes.

Se changer soi peut changer le monde. Cela va de soi pour certains, encore plutôt rares; cela reste une idée à creuser pour d'autres; et cela consiste plutôt en une idée farfelue pour la majorité.

Il ne s'agit pas de commencer par faire le choix de se changer soi-même. Ce choix n'intervient qu'une fois qu'on arrive à un certain stade du changement. On prend alors conscience de sa portée au-delà de nous-même, et on peut choisir d'accompagner consciemment ce changement, tout en essayant de contacter ceux qui sont sur un chemin similaire. Le site s'adresse donc à ceux qui en sont là. Et cela n'empêche pas bien sûr, que toute autre personne puisse s'y intéresser.

Que chacun puisse prendre ce qui peut le stimuler, le motiver, l'aider sur son chemin.

Claire De Brabander  
version du 22/08/2010  
du site <http://sechangersoi.be>  
page <http://sechangersoi.be/2Presentation/presentation01.htm>

© Toute reproduction du présent document (pour des objectifs non commerciaux uniquement) est libre et souhaitée, sous réserve de n'effectuer aucune modification et de mentionner l'auteur, le site et la page concernée.