

SE CHANGER,
CHANGER
LE MONDE

© L'Iconoclaste, Paris, 2013
Tous droits réservés pour tous pays.



L'Iconoclaste

27 rue Jacob, 75006 Paris
Tél.: 01 42 17 47 80

SE CHANGER, CHANGER LE MONDE
se prolonge sur le site www.editions-iconoclaste.fr

SE CHANGER, CHANGER LE MONDE

Christophe André, Jon Kabat-Zinn,
Pierre Rabhi, Matthieu Ricard

Avec Ilios Kotsou & Caroline Lesire

L'ICONOCLASTE

*«Je ne crois pas que nous puissions corriger
quoi que ce soit dans le monde extérieur
que nous n'ayons d'abord corrigé en nous.»*

ETTY HILLESUM

INTRODUCTION

Un jour, dit la légende amérindienne, il y eut un immense incendie de forêt. Tous les animaux terrifiés, atterrés, observaient, impuissants, le désastre. Seul le petit colibri s'activait, allant chercher quelques gouttes avec son bec pour les jeter sur le feu. Après un moment, le tatou, agacé par cette agitation dérisoire, lui dit : « Colibri ! Tu n'es pas fou ? Ce n'est pas avec ces gouttes d'eau que tu vas éteindre le feu ! » Le colibri le regarde droit dans les yeux et lui répond : « Je le sais, mais je fais ma part. »

Nombre d'entre vous ont sans doute déjà entendu Pierre Rabhi raconter avec malice cette fable inspirante. À une époque où un quart des habitants de la planète consomment les trois quarts de ses ressources, nous avons assurément besoin, toutes et tous, de devenir des colibris afin de changer la donne. C'est à cela que nous incite cet ouvrage porté par l'association Émergences, dont la mission est de réconcilier développement personnel et actions solidaires.

Vous vous êtes sans doute, tout comme nous, déjà sentis indignés, émus ou révoltés par l'injustice du monde. Sans doute avez-vous souhaité y remédier... Mais dans ces moments-là, on se sent tout petits. Qui sommes-nous pour changer le monde ? Nous qui n'arrivons pas toujours à faire face aux épreuves de notre propre vie, que pourrions-nous donc faire à l'échelle de l'humanité ?

Les défis pour une société plus juste, plus durable, plus respectueuse de l'homme et de l'environnement sont énormes et le temps nous est compté. Mais le germe du changement est présent en beaucoup d'entre nous. Il nous semble important de souligner cette énergie et de l'aider à se développer. Partout, des femmes et des hommes se lèvent, mettent sur pied des initiatives, modifient leurs habitudes, viennent en aide aux autres, se questionnent, se mobilisent et, ainsi, transforment la société. Alors, bien sûr, nous manquons parfois d'outils, de modèles et même d'espoir, mais en prenant confiance et conscience, nous pouvons espérer atteindre la masse critique qui fera basculer la société vers un autre équilibre.

Cet ouvrage rassemble les contributions de quatre auteurs d'une grande sagesse. Ils changent le monde, chacun à leur manière, et partagent une

réelle volonté de transformer les consciences et de toucher les cœurs en vue d'une évolution profonde de la société.

Le premier chapitre explore la question du lien entre transformation globale et personnelle; il souligne l'urgence d'un changement afin d'éviter le point de non-retour. Le deuxième chapitre, écrit par Christophe André, décrit la manière dont notre société nous aliène et évoque quelques pistes de résistance. Dans le chapitre 3, Jon Kabat-Zinn parle de l'impact qu'un changement de relation avec nous-mêmes est susceptible d'avoir sur le monde. Il y est évidemment question de méditation de pleine conscience, qu'il a contribué à développer et à faire connaître à travers le monde. Quant au quatrième chapitre, il propose les attentes de Matthieu Ricard pour un monde plus altruiste. Dans le chapitre 5, Pierre Rabhi éclaire l'étrange complicité qui nous relie à la nature et l'importance de la préserver pour voir germer une société plus harmonieuse. Enfin, dans le sixième chapitre, nous développons comment mettre notre conscience en action.

Tout au long du livre, nos quatre sages proposent des conseils pratiques que nous pouvons toutes et tous mettre en œuvre, à notre niveau. En

fin d'ouvrage, vous trouverez des idées d'actions, des associations, des pistes concrètes pour vous lancer à votre tour dans le changement et vous relier aux autres.

Le développement personnel et la transformation sociale sont-ils opposés ou complémentaires ? Quels sont les freins ou les pièges qui peuvent entraver ces changements ? Quel est le lien entre développement de nos consciences et changement de société ? Quelle est l'importance de nos liens avec les autres pour une transformation durable ? Voilà les questions que ce livre aborde au fil des chapitres, en alliant à la réflexion des pistes d'actions très concrètes à appliquer au quotidien.

L'espoir, c'est ce que nous souhaitons vous inspirer à la lecture de ces pages. La nature – dont nous faisons partie – possède d'innombrables ressources et recèle un génie créateur extraordinaire. Les termitières, par exemple, construites sans mathématiques ni ingénieurs, sont aujourd'hui étudiées par les scientifiques pour leur système de ventilation qui surpasse nos propres inventions. Elles fonctionnent selon un principe que l'on appelle l'émergence. C'est un phénomène qui s'observe dans différents domaines (biologique, écologique) : un système complexe (comme une termitière ou une

ruche) ne peut être prédit par la simple addition de ses composantes. Ce qui en fait son mystère et sa magie : l'ensemble des actions communes donne un résultat inimaginable au niveau micro. La nature nous l'enseigne à l'envi : le tout est plus que la somme des parties.

Ce livre se veut une illustration de ce principe du vivant, autant qu'un détonateur supplémentaire pour mettre en route ces actions, ces rêves de colibri qui sommeillent chez certains ou se sont déjà concrétisés chez d'autres.

La réussite collective d'un monde plus juste et durable peut-elle être autre chose que la convergence de tous nos actes individuels ?