



Un résumé de l'intervention de sœur Hélène. " Quand moins est plus"

« **Moins est plus** », cette expression est du pape François dans sa lettre LS (2015). Il nous invite à la sobriété, comme réponse à la crise écologique. Mais, si la sobriété est une exigence éthique... il se pourrait bien qu'elle soit aussi une nécessité, une chance, pour « vivre mieux » !

Notre mode de vie consumériste a des conséquences lourdes. Le jour du dépassement est de plus en plus précoce dans le monde ! Les conséquences nous les connaissons : dérèglement climatique et ses conséquences ; crise de la biodiversité... et toutes les autres crises écologiques imbriquées entre elles.

❖ La sobriété heureuse : Moins de biens...

✓ ...pour plus de liens

On peut se poser la question. À partir de quand nos objets nous isolent-ils plus qu'ils ne nous mettent en relation ? Devenir indépendant, c'est risquer de finir tout seul. L'inverse n'est évidemment pas de prêcher la dépendance mais **l'interdépendance** : je te donne et je reçois. Dans ce contexte, j'ai l'objet (ou le bien) et la relation !

✓ ... pour plus de liberté : sortir du consumérisme

Le consumérisme est une addiction qui nous rend esclaves (de la publicité, de l'obsolescence programmée, marketing, logicielle... du marché...). Le consumérisme est maladif – « compulsif » dirait le pape François (LS 203). Il témoigne d'un « vide » que l'on cherche à combler par des achats. La personne finit enfermée sur elle-même et ses biens, condamnée à accumuler toujours plus. Consommer moins c'est alors retrouver la joie d'une certaine maîtrise sur sa vie. **Apprendre à être heureux de ce que nous avons pour ne pas toujours vouloir ce que nous n'avons pas.**

❖ Le « moins est plus »

Ne concerne pas que des objets mais aussi notre niveau d'activité et, dans un contexte de crise écologique et énergétique, majeure : de mobilité. S'arrêter préserve de l'activisme vide, prendre le temps et apprécier la vie qui nous entoure : les rencontres, la nature...

✓ Moins de technologie... pour une vie plus digne de l'homme

Le « progrès » technique n'est pas mauvais en soi et la technique peut être un lieu formidable de créativité humaine. Sans éthique, la technique peut être dangereuse (intelligence artificielle, manipulation génétique, armes nucléaires...) Un monde meilleur est possible grâce au progrès technologique s'il est accompagné d'une éthique fondée sur une vision du bien commun.

Pour conclure

Nous devons redire la nécessité, et l'exigence éthique, de réduire notre consommation, de changer nos modes de vie... Soyons des éveilleuses, rappelons-nous. « Tout est lié, tous nous sommes reliés »
Grâce à l'intervention de Sœur Hélène Noisette toutes ont réalisé que les petits gestes du quotidien apportent cette sobriété souhaitée par le pape François

Prise de notes Jocelyne Jérôme