

13. La relation à notre environnement : interdépendance et non-violence

L'environnement est ce qui nous entoure, l'altérité extérieure, notre monde. La façon dont nous nous relient à cet environnement est étroitement connectée à notre compréhension et expérience de l'interdépendance. Nous sommes interdépendants à tous les niveaux : au niveau physique, cognitif, personnel, social, économique, écologique... Nous dépendons les uns des autres, nous dépendons de notre environnement, de ses éléments, qui nous constituent de bien des façons. L'interdépendance est aussi celle du moi et de l'autre. « Moi » est fait de « non-moi », d'« autre », tout comme l'autre est fait de « moi », et ce à différents niveaux. Plus nous entrons dans l'intelligence et l'expérience de l'interdépendance, plus notre relation aux autres évolue et devient plus ouverte et altruiste.

« Je » et « son monde » évoluent de pair. Habitants et habitat, êtres vivants et écosphère évoluent ensemble dans leur interdépendance. Les violences que nous faisons à notre environnement sont des violences que nous nous faisons à nous-mêmes, indirectement mais de façon certaine et ce même si leurs effets ne sont pas visibles directement et immédiatement. Le désastre écologique que nous vivons vient largement de la perte de notre sentiment d'être des enfants de la nature. Nous nous sommes coupés, exilés, de la nature, notre nature. Notre perte de contact direct avec celle-ci nous conduit à la traiter comme si elle était autre que nous. C'est ainsi que nous finissons par la considérer comme un produit de que nous consommons comme si elle était inépuisable. La pratique de la pleine présence, dans ses dimensions d'ouverture et d'empathie, est la façon, par excellence, de remédier à cette coupure.

La pratique de la pleine présence bienveillante et altruiste change la relation à notre environnement en nous faisant communiquer et communier avec celui-ci. Dans la présence empathique, nous nous ressentons comme faisant partie de la nature, du tout omniprésent. Nous nous vivons alors comme une partie de cette nature omniprésente, dont nous procédons. Nous nous ressentons comme enfants de la nature et développons à son égard : respect, non-violence, attention et bienveillance.

La pleine présence nous reconnecte à la nature, notre nature, et c'est dans son état d'être que se développe une profonde attitude écologique, comme nous le verrons dans la conclusion.