

JOURNAL D'UNE DECROISSANTE

**L'ART D'ÊTRE PAUVRE EN PAYS RICHE
OU
COMMENT SURVIVRE ET/OU AGIR ET CONSTRUIRE DANS LE CHAOS**



CHRISTA DONBRIEUX

CHRISTA DONBRIEUX

Journal d'une décroissante

*L'art d'être pauvre en pays riche ou comment survivre et/ou agir et
construire dans le chaos*

© CHRISTA DONBRIEUX, 2025

ISBN numérique : 979-10-405-9107-8

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l’auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

LE CONTEXTE

PRÉAMBULE

PLANTONS LE DÉCOR

Vous êtes pauvre ?

Si oui, vous touchez un revenu minimum, voire le RSA, ce qui veut dire que vos revenus sont insuffisants pour vivre correctement aussi vous survivez. De plus avec l'augmentation continuel du coût de la vie votre quotidien devient de plus en plus difficile à supporter. Ce qui veut dire encore qu'après règlement de vos frais fixes il vous reste si peu d'argent que tenir jusqu'à la fin du mois relève de l'exploit. En fin de compte cette situation vous oblige à faire des choix drastiques en vous « *serrant la ceinture* » dans une société où les produits abondent.

Ou bien, autre cas, votre situation économique est encore correcte mais la société dite de consommation commence à vous interpeller avec ses abus, son gaspillage, ses inégalités et ce jusqu'à vous affecter, voire vous dégoûter. Au final vous vous interrogez sur vos besoins véritables, sur le pourquoi d'autant consommer et aussi mal d'ailleurs, ce qui va souvent de pair. Puis vous vous représentez les dégâts causés par nos consommations débridées et anarchiques sur vous, sur nous, sur l'environnement. Et vous vous rendez compte – J'allais dire enfin ! – que notre Terre, mère nourricière par excellence, supportant depuis assez belle lurette nos caprices et nos excès, est menacée d'épuisement. Vos yeux s'ouvrent sur son exploitation par des industriels peu scrupuleux notamment ceux qui produisent et nous abreuvent de gadgets insignifiants et inutiles. Et que dire des abus perpétrés sur l'être humain et l'animal en faveur du « *profit* » ! Profit dont vous êtes exclus car vous n'êtes qu'un rouage de plus à ce système instauré par des entités cachées derrière de grandes multinationales. Pendant que des pans de notre humanité côtoient la misère, vous constatez dans votre pays dit riche, sous votre nez, que des associations genre « restos du cœur » ne désemplissent plus. Ceux-là réussissent à vous convaincre que la grande pauvreté sévit aussi chez nous. Enfin et pour bien planter le décor, je terminerai par votre confrontation aux nouvelles technologies qui, aussi utiles et pratiques qu'elles soient, vous montrent combien elles peuvent être dangereuses pour le vivant avec ses pollutions multiples et incontrôlées. Comment oublier les cas extrêmes d'un nucléaire mal maîtrisé comme Tchernobyl et Fukushima ? Et

que penser de l'armement, sensé dissuader l'assaillant potentiel mais allègrement utilisé pour détruire nos semblables, de plus sous notre barbe ??? Tant de preuves défilent sous vos yeux que vous serez tenté de les fermer pour échapper à ce réel angoissant. Bref à cette étape on peut dire que submergé par la réalité en ayant pris conscience des débordements de vos comportements consuméristes abusifs vous soyez poussé à vouloir transformer ce réel inquiétant déjà en commençant à agir sur vos habitudes.

Sans doute vous demanderez vous :

- *Comment faire pour diminuer ma consommation sans souffrir du manque ?*
- *Comment consommer plus sain, plus juste, pour moi, ma famille, mes proches ?*
- *Comment évaluer mes véritables besoins afin de vivre correctement ?*

À ce stade vous serez possiblement tiraillé pour faire des choix judicieux en cherchant à quels besoins essentiels répondre sans céder à ces désirs factices dont vous comprenez maintenant l'inutilité et le danger sur l'humain, l'animal, le végétal. Chose d'autant plus ardue que ces désirs sont majoritairement créés par des stimulations extérieures agressives. D'autres questionnements risquent d'affluer lorsque vous poserez votre regard devenu critique, sur vos congénères, du genre :

- *Ont-ils besoin de consommer autant, voire de s'empiffrer de produits au final de mauvaise qualité jusqu'à s'en rendre malades ?*
- *Ont-ils besoin d'accumuler autant d'objets qui à peine touchés sont délaissés ou repartent à la poubelle ?*
- *Quand se rendront-ils compte de ce qu'ils font afin que collectivement nous puissions passer d'une société de consommateurs inconscients et compulsifs à une société d'acteurs responsables et attentifs ?*

Quoi qu'il en soit si vous répondez non aux deux premières questions et que vous vous interrogez sur une autre voie d'avenir, c'est bon, vous êtes mûr pour le changement.

Aussi, ne pensez-vous pas qu'en vous s'éveille la conscience de votre responsabilité collective, voire la conscience que vous êtes partie d'un grand tout à l'échelle universelle ?

Là, c'est la question que je vous pose.

Sachez cependant que **si vous souffrez déjà de difficultés économiques croissantes, le changement s'imposera de lui-même tout naturellement** sous peine de ne pas pouvoir "*tenir le coup*"... tout simplement. Arrivé à ce stade Il sera urgent pour vous de bien évaluer vos possibilités de survie surtout si vous

tombez dans ces circuits infernaux de dettes exigibles à rembourser, de confrontations avec la loi et tout ce cortège de plaies sociales aussi aptes à vous miner de l'intérieur qu'elles le sont à vous précipiter dans l'exclusion. Exclue de quoi d'ailleurs ? Possiblement de sortir de systèmes, parfois, voire souvent sclérosants ! Je ne rentrerais pas dans la polémique que ce mot déclenche aussi dirais-je ici que vous serez exclu de vos circuits habituels de consommation et obligé d'abandonner vos comportements familiers pour vous limiter à l'essentiel. **Je vous conseille, pour être passée par là, de bien réfléchir en quoi consiste l'essentiel et quelle est la stratégie à adopter pour se le procurer.** Affaire de survie, bien sûr, vous serez d'accord ! Même dans notre société dont l'aide sociale est quand même conséquente. Ce sera votre nouveau challenge car, peut-être... qui sait... l'essentiel vous sera supprimé... aussi... un de ces jours ???

Si vous vous reconnaissez dans ces portraits, ce livre est pour vous.

Si non, il ne vous fera peut-être pas de mal aussi je vous engage à poursuivre.

DÉCROISSANCE IMPOSÉE LES "DÉCHUS", EXCLUS OU TOMBES DE L'ÉCHELLE SOCIALE

À vous tous qui subissez les manques et/ou qui supportez les absurdités de la société de consommation, je pense que je n'ai pas besoin de m'attarder outre mesure sur les conséquences d'une paupérisation lorsqu'elle atteint l'extrême. Il vous suffit de baisser votre regard sur les preuves vivantes échouées sur les bords de nos trottoirs, qui vous sollicitent et vous placent dans un embarras grandissant car leur nombre ne cesse de croître et là sans embellir quoi que ce soit. De plus ceux-là s'adressent à vous, français de la rue, citoyens lambda parce que vous retrouvez nez à nez avec eux. C'est cela vivre de plain-pied dans la société, vous êtes à même hauteur, à portée de leur regard et de leur voix, ce qui n'est certes pas le cas de nos dirigeants politiques qui malgré tout délibèrent et décident de nos destins sans partager notre quotidien.

– *Comment peut-on en arriver là, pensez vous.*

Peut-être regimbez vous – *Non, c'est impossible, pas moi !*

Je réponds à celui-ci : qu'en savez-vous ? Interrogez-vous quand même ! Je vais même vous aider à déterminer les causes possibles de la dégringolade car un simple coup dur suffit parfois ou une épreuve de trop, peu importe sa nature et la liste est, hélas, non exhaustive.

– Une maladie, un accident ?

– Un décès, un divorce ?

- Une perte d'emploi ?
- Une dépression ?
- Une injustice sociale ? ...

Malgré l'évènement à l'origine de « la chute », interrogez-vous aussi sur la raison qui vous ferait basculer dans l'irrémédiable. Dans ce cas je vous invite à penser à la manière dont vous répondrez à l'évènement. Ne négligez pas ce paramètre essentiel ! En effet, seuls votre état d'esprit, votre attitude, votre comportement feront la différence en bien comme en mal.

Pour mieux comprendre, examinons quelques exemples concrets et courants.

Imaginons que vous perdez votre emploi ce qui vous est insupportable. Quelle est votre attitude ? Vous laissez-vous aller ou bien essayez-vous de remonter la pente par tous les moyens, en prenant « *le taureau par les cornes* » ?

Serez-vous au(x) choix, optimiste, combatif, défaitiste, Je m'en-foutiste ???

Complétez à votre convenance et envisagez les scénarios possibles. Je vais même vous aider à répondre. Par exemple vous vous laissez aller si bien que vous gâchez en même temps la qualité de vos relations. Au final, en plus de votre emploi vous perdez votre famille, vos amis.

Autre scénario parti du même fait : vous luttez, cherchez des solutions jusqu'à en trouver une viable qui vous sauve du pire.

Autres situations possibles vécues par certains :

- une malveillance perturbe votre quotidien entraînant des pertes que vous n'arrivez plus à gérer, ...
- votre manque de maîtrise de votre comptabilité vous entraîne vers des difficultés croissantes. Ensuite par le phénomène boule de neige, c'est une suite de confrontations difficiles avec débiteurs, banques, institutions, la loi, etc...
- votre erreur dans votre déclaration d'impôts impose ses conséquences ou votre contrôle fiscal est réalisé par un agent un peu trop zélé...

Cas réels... hélas !... N'en disconvenez pas ! Nous en connaissons tous, même jusqu'à conduire certains trop fragiles vers une fin précoce. Ils « *en finissent* ».... aussi,... parfois... hélas !... Quoi qu'il en soit, que vous soyez fautif ou simplement victime d'autrui ou d'évènements, l'avenir ne manquera certainement pas de vous présenter la note, peu importe vos états d'âme... Soyez en sûr.

Face à cette situation votre seule liberté sera bien de vous comporter le plus judicieusement possible. Les maîtres mots sont : encaisser, assumer, supporter, dépasser. En espérant que vous puissiez rajouter le mot « rebondir ». Il est possible que vous rencontriez ou avez rencontré de ces personnes qui coulent

aussi sûrement qu'un bateau embouti prend l'eau, malgré leurs gros efforts parfois pour reprendre la maîtrise de leur existence. Nombre d'associations remplissent le rôle de sauveteurs providentiels et peut-être vous sollicitent-elles afin de vous convaincre, par solidarité, de grossir la cohorte de bénévoles volant au secours des plus fragiles.

Pour ma part, je suis d'autant plus sûre que la pente deviendra de plus en plus savonneuse et donc difficile à remonter car nous empruntons collectivement des voies périlleuses. C'est dire que nos sociétés occidentales, modernes, ne fonctionnent plus correctement et laissent sur le "bas-côté" une population croissante.

C'est mon constat de femme du peuple, citoyenne lambda, avec vue sur la rue, à votre hauteur. Constat qui, hélas, s'accorde pour les conséquences aux analyses de certains professionnels (sociologues, etc...) bien plus compétents que moi car le dessous des cartes leur est accessible. Combien de fléaux actuellement sans solution : pauvreté, maladies nouvelles, augmentation du coût de la vie, dégradation des services publics, conflits sociaux, manque de cohésion nationale, etc, etc.

Il serait peut-être temps d'agir collectivement dans le bon sens.

Mais comment ? Est la question cruciale.

Sans doute comprenez-vous que mes propos s'adressent non seulement à ceux qui souffrent déjà de restrictions obligatoires mais aussi aux autres plus ou moins impactés par les fléaux de nos sociétés dites modernes et développées. Malgré une profusion d'informations et aussi de désinformations, ce n'est plus "*ailleurs*" que les menaces s'accumulent mais aussi dans nos sociétés occidentales, d'autant plus que nos frontières ouvertes à tout vent ajoutent des maux à ceux récurrents qui empirent chez nous. Aujourd'hui, l'insouciance globalement joyeuse des « *trente glorieuses* » d'après guerre est terminée. C'est une réalité. Aussi bon nombre de nos contemporains des plus érudits, réfléchis, pragmatiques voire spirituels, face aux enjeux politiques, sociaux, environnementaux nous demandent de nous réveiller pour prendre conscience de la situation, sortir du déni pour regarder en face la réalité notamment celle de nos systèmes consuméristes abusifs avec un Dieu argent qui s'est infiltré partout et règne en maître absolu sur le monde, et sur nos politiques, sensés nous représenter mais de plus en plus les vassaux d'une oligarchie économique qui fait la « *pluie et le beau temps* » sur nous tous.

Un nombre croissant de nations sont en proie au chaos dont une raison peu avouée est en lien avec l'économie. Résultat, si la vie sur la planète est

perturbée la vie **de** la planète l'est aussi. Nous payerons bien un jour les conséquences de nos excès, de notre orgueil, de notre vénalité jusqu'à peut-être détruire notre planète. Et ce jour est peut-être demain ?

À moins que la terre ne s'en sorte car si nous nous avons besoin d'elle, elle n'a pas besoin de nous.

Le cocasse c'est que des milliardaires envisagent déjà d'aller dans l'espace pour y élire résidence. Dans cette éventualité, voire possibilité, je ne doute pas qu'il y régnerait en peu de temps une belle pagaille. Je leur suggérerais plutôt d'utiliser leur argent pour assainir la Terre. Mais c'est moins drôle, c'est certain !

Quel est ou quelles sont les raisons de ces menaces qui pèsent sur la Terre ? Je l'ai évoqué plus haut. Il est certain qu'en seulement un peu plus d'un siècle la science, la technique et la technologie se sont incroyablement développées. Nous disposons maintenant de merveilleux outils que nous utilisons avec l'espérance voire l'assurance d'une résolution optimum de tous nos problèmes. En oubliant évidemment, orgueilleux que nous sommes, le revers de la médaille qui est que la plupart de ces technologies utilisées mal à propos ou abusivement finissent par endosser le même rôle qu'un couteau aiguisé entre les mains d'un petit enfant. C'est comprendre que des mains malhabiles conduites par un ou des esprits obtus et sans scrupule peuvent nous mener à la catastrophe. Actuellement nous détenons le pouvoir de faire flamber le monde entier pour quelques décennies, voire des centaines d'années, ne serait-ce qu'avec le nucléaire. Peut-être est-il urgent pour le commun des mortels de s'intéresser de près à toutes les innovations en cours, les découvertes, des manipulations génétiques en passant par l'intelligence artificielle jusqu'aux évolutions de l'énergie nucléaire, etc, etc ? Si nous suivons les progrès des armes de guerre, nous pouvons témoigner de leur efficacité destructive dès le 20^è siècle considéré comme le siècle du progrès. Progrès utile et positif, certes, mais négatif aussi car il fut plus aisé de se « *taper sur la gueule* » avec des armes sophistiquées. Ceux qui se trouvaient dessous ne cessent, à juste titre, de réclamer réparation avec des commémorations aussi nombreuses que les exactions elles-mêmes. Vu la paix qui règne en ce bas monde et au rythme où nous allons, des commémorations tous les mois seront bientôt nécessaires, voire chaque semaine en se dépêchant avant que n'éclate le prochain conflit avec toute la virulence propre à notre modernité. Mais comment réparer l'irréparable, comment soigner les âmes de tous ces êtres blessés ? Bien sûr nous avons été "*gavés*" de guerres tout au long des siècles. Mais la question à se poser c'est de savoir comment elle évolueront avec nos techniques de pointe et avec quelles conséquences sur la planète elle-

même. Essayons de comprendre aussi à qui profite « *le crime* » ? Pour moi il est évident que **la guerre, c'est l'échec de l'humanité toute entière** car la douleur et la destruction s'abat aussi bien sur les vainqueurs que sur les vaincus. Et la guerre considérée ainsi qui peut parler de gagnants ? Nous nous devons d'honorer le devoir de mémoire pour rendre hommage aux enfants d'une nation. Mais ne serait-il pas judicieux pour éviter le pire d'éduquer au plus tôt nos enfants pour qu'ils grandissent en conscience et en responsabilité et en développant leur sensibilité ? Ce serait peut-être le meilleur gage pour éviter les horreurs futures issues de nos développements technologiques ? Nous sortons ici du cadre de la nation mais tout n'est-il pas lié en ce bas monde surtout à notre époque où tant de réseaux denses de communications enserrent la planète, facilitant nos déplacements d'un bout à l'autre du globe, nous permettant de recevoir autant qu'émettre des informations jusqu'à influencer et transformer le vivant. Si nous profitons des bénéfices nous subissons aussi les déconvenues. Après ce petit état des lieux des sociétés modernes qui se délitent sur une Terre qui s'épuise déclenchant son cortège de possibilités cauchemardesques mais dont les conséquences s'observent déjà au quotidien, je vais rentrer dans le cœur de la société française pour parler de ces français ordinaires qui subissent chez eux revers de fortune sans être des bandits et se retrouvent « *hors jeu* » parce qu'ils dépendent de systèmes mis en place par la nation via ses administrations, la-dite nation, on ne peut se leurrer, dépendant elle-même d'un contexte international complexe. Ces interdépendances sont d'autant plus problématiques pour l'humanité qu'elles génèrent pauvreté, voire misère, et exclusion. Certains, encore épargnés, rétorqueront « *qu'on ne fait pas d'omelette sans casser les œufs* ». Quant à moi, citoyenne française lambda je laisse aux « *spécialistes* » le soin de faire les décryptages et analyses qui s'imposent pour me contenter à ma place qui est aussi la vôtre, de témoigner des conséquences délétères. Tout d'abord, je commencerai par un cas extrême, le mien, insignifiant, je le conçois, au milieu de toutes les injustices et horreurs du monde, mais suffisamment ubuesque dans notre beau pays, la France, pour faire prendre conscience qu'il est possible de chuter dans un pays où l'assistanat reste conséquent quand bien même on est actif et attaché à sa dignité. Je relaterai ce qu'est de supporter les incohérences administratives avec injustice sociale à la clef, sans que votre honnêteté et votre intégrité soient prises en considération. Cet exemple servira d'entrée en matière pour expliquer que nous ne devons pas nous attendre à « *des lendemains qui chantent* » si bien que je me permettrai d'évoquer la réalité concrète des diverses catégories socioprofessionnelles qui, elles aussi, bien que