

Apprivoiser la lenteur

Marie Labrecque

Volume 7, numéro 2, hiver 2011

Lire pour ralentir

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/62402ac>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Les éditions Entre les lignes

ISSN

1710-8004 (imprimé)

1923-211X (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer ce compte rendu

Labrecque, M. (2011). Compte rendu de [Apprivoiser la lenteur]. *Entre les lignes*, 7(2), 16–17.

Apprivoiser la lenteur

Ce n'est pas d'hier que penseurs, philosophes et sociologues s'interrogent sur les conséquences de nos rythmes de vie. Voici quelques essais incontournables, récents et moins récents, qui vous accompagneront dans votre réflexion, et, qui sait, vous inciteront à entamer votre révolution lente... / MARIE LABRECQUE



ÉLOGE DE LA LENTEUR :

Et si vous ralentissiez?

CARL HONORÉ

Marabout, 2005

À la fois enquête sur les mouvements *slow* émergents (où l'auteur n'arrive pas en converti, mais apporte sa part de scepticisme) et manuel d'apprentissage écrit dans un style abordable, le livre touche tous les domaines où la lenteur fait merveille : la cuisine et le goût,

le corps et l'esprit, la ville, la santé et, bien sûr, l'amour et la sexualité. Il vante au passage les activités lentes, dont la lecture... et le tricot! Pourquoi ce succès planétaire pour un livre qui n'est pas le premier à traiter le sujet? Parce qu'en le lisant, on respire déjà mieux, grâce à l'empathie de l'auteur. Et parce qu'à chaque paragraphe (ou presque), il propose une avenue digne d'être explorée.

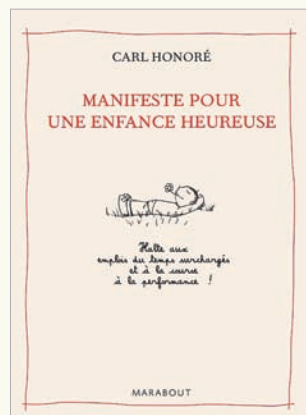
MANIFESTE POUR UNE ENFANCE HEUREUSE

CARL HONORÉ

Marabout, 2008

L'auteur (lui-même père de deux jeunes enfants) revendique cette fois la libération de l'enfance, soumise à la dictature de la performance au point où les petits ont des agendas surchargés dès leur âge le plus tendre et n'ont plus le temps de jouer ou de rêver. Résultat : beaucoup de bambins souffrent d'états dépressifs précoces.

Les adultes qui ont une relation névrotique avec le temps font peser leur hystérie sur les épaules des petits, par souci de vouloir trop bien faire. On se calme! dit l'auteur, car le meilleur moyen d'avoir des enfants heureux, c'est de les laisser être des enfants.



TROP VITE!

Pourquoi nous sommes prisonniers

du court terme

JEAN-LOUIS SERVAN-SCHREIBER

Albin Michel, 2010

Ce que l'auteur décrit dans ce livre en se basant sur la récente actualité en politique, finance, entrepreneuriat, consommation, relations humaines et environnement, c'est une spirale infernale alimentée par un court-termisme ravageur et omniprésent. Comme si l'on était lancé dans les ténèbres à bord d'un bolide sans phares. Pour un peu, on supplierait de descendre en marche, si l'on n'était pas aussi prisonnier de la vitesse et du stress, pas toujours désagréables. Mais pour l'auteur, le statu quo ne sera pas possible encore longtemps. Il faut secouer notre individualisme et renouer avec une action plus collective. C'est notre avenir, celui de nos enfants et de notre espèce qui est en jeu.



DU BON USAGE DE LA LENTEUR

PIERRE SANSOT

Payot et Rivages, 2000

« J'ai choisi mon camp, celui de la lenteur », dit d'emblée l'auteur. À ses yeux, elle représente « la tendresse, le respect, la grâce dont les hommes et les éléments sont parfois capables ». La lenteur était un choix de vie pour ce professeur de philosophie et d'anthropologie français, mort en 2005.

Son souci était « de ne pas brusquer la durée et de ne pas [nous] laisser bousculer par elle ». Il invite à retrouver « sa province intérieure » en renouant avec la flânerie, la rêverie, l'écoute des autres et « la sagesse du vin ». On pourrait lui reprocher ce penchant passéiste et bucolique, mais le charme opère.





LE DROIT À LA PARESSE

PAUL LAFARGUE

L'Herne, 2009

L'auteur de ce court document de 71 pages paru en 1888 était un drôle de phénomène. Né à Cuba, il se vantait que coulait dans ses veines « le sang de trois races opprimées, juive, caraïbe et mulâtre ». Théoricien révolutionnaire, il fut le gendre de Marx. Mais loin de lutter pour le droit au travail, c'est le droit à la paresse qu'il a revendiqué dans ce pamphlet, bien avant l'obtention des congés payés par les masses laborieuses.

L'idolâtrie du travail qui fait l'affaire des riches (lesquels s'autorisent l'oisiveté), le travailleur traité comme une machine, privé de loisirs, tout cela a encore (et hélas!) une résonance en ce début de 21^e siècle.



LE LIVRE DE LA PARESSE

CYRIL FREY

Éditions 1, 2000

Journaliste au *Nouvel Observateur*, celui qui a réuni ces textes de toutes les époques reconnaît que le fil conducteur qui les lie, la paresse, est protéiforme. On pourrait parler d'indolence, de mélancolie, de lassitude aussi bien que de nihilisme et de contemplation. Mais il est fascinant de voir que Platon raillait déjà la vitesse en disant : « Rien des choses humaines n'est digne d'un grand empressement » et que Nietzsche clamait : « Celui qui ne dispose pas

des deux tiers de sa journée pour lui-même est un esclave ». Ce survol de la paresse à travers les âges (y compris l'époque baudelairienne des paradis artificiels) montre bien qu'en comparaison, le monde contemporain est devenu très, très agité.

À LIRE AUSSI



ACCÉLÉRATION

Une critique sociale du temps

Hartmut Rosa, La Découverte, 2010

On peut aimer le mouvement, mais pourquoi cette accélération sociale qui caractérise notre époque? Dans cet essai dense et passionnant, le sociologue allemand analyse ce phénomène dans lequel il voit une grave menace pour le progrès social.



L'ART DE LA PARESSE

Marc Lemonnier, City, 2009

En ces temps de « travailler plus pour gagner (peut-être) plus », ce livre de chevet plein d'humour se fait rassurant : plus clandestins qu'auparavant, les paresseux tiennent le fort et sont partout. Un peu franco-français dans ses expressions, le livre a le mérite de faire une bonne place à Boris Vian, Alphonse Allais et bien d'autres.



L'ART DIFFICILE DE NE PRESQUE

RIEN FAIRE

Denis Grozdanovitch, Denoël, 2009

Avec une foule d'anecdotes personnelles, l'auteur du *Petit traité de désinvolture* nous exhorte à faire ce constat : le temps perdu est le plus savoureux. Empruntant divers chemins de traverse, cet ex-sportif professionnel, opposé aux délires de la surconsommation, croise des guides nommés Montaigne, Vialatte, Cendrars.



CES GENS QUI COURENT

TOUT LE TEMPS

S'organiser pour être moins stressé

Rita Emmett, Les Éditions de l'Homme, 2009

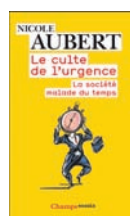
Un plan d'attaque pour revoir ses priorités et arrêter de remettre au lendemain ce qui nous plaît vraiment. Un bon coup de pouce pour cesser de se faire voler sa vie.



LA VIE LIQUIDE

Zygmunt Bauman, Rouergue, 2006

À force de courir pour ne pas être dépassés, la vie nous coule entre les doigts, rapporte ce sociologue anglo-polonais. Et les relations humaines, en particulier, se font de plus en plus insaisissables.



LE CULTE DE L'URGENCE

La société malade du temps

Nicole Aubert, Flammarion, 2003

Selon la psychologue, notre rapport au temps a changé depuis 12 ans. Pour certains, la « dictature du temps réel » est une drogue, d'autres déconnectent ou dépriment. Va-t-on voir naître un nouvel individu, qui « recherche dans l'intensité de la vie une immédiate éternité »?