

Remettre les pendules à l'heure

●●● **Marie Romanens**, Annecy

Psychothérapeute et psychanalyste, l'auteur anime aussi des ateliers de développement personnel et propose des méharées dans le désert mauritanien.¹

A courir sans cesse, à trop nous plier aux contraintes de la rentabilité et de l'action en « temps réel » imposées par les lois du marché, nous passons à côté de notre vie. Parler de rythme inhumain n'est pas une métaphore. Pour mieux saisir le sens de « l'être », notre société doit s'attacher à recouvrer la saveur du temps qualitatif.

Quand la rédaction de *choisir* m'a proposé d'écrire un article « qui tourne autour de la vitesse à laquelle nous sommes soumis aujourd'hui », aussitôt un flot d'images a envahi mon esprit. Des sensations agréables ont resurgi d'un coup, toutes liées aux souvenirs de mes derniers voyages dans le désert mauritanien. Je retrouvais l'état dans lequel les réactions des guides, chameliers ou nomades avaient le don de me mettre : un état de soulagement, de détente, une légèreté nouvelle qui pouvait me donner envie de danser sur les dunes !

C'est qu'en une fraction de seconde, les uns comme les autres étaient capables de me faire percevoir l'aspect dérisoire de certaines de mes vellétés et de me ramener juste à l'essentiel. Avec mon conditionnement d'Occidentale, j'étais encore beaucoup trop envahie par ce souci d'efficacité et de performance qui est la maladie actuelle de notre société. Mais eux savaient remettre les pendules à l'heure ! Eux pour qui, paradoxalement, le temps ne se compte que dans l'à-peu-près !

Si nous, nous courrons sans cesse pour gagner quelques minutes précieuses, les peuples africains semblent, pour leur part, disposer d'un luxe inouï, celui d'avoir tout loisir pour faire les choses

sans se presser. Si pauvres en comparaison de la quantité de biens matériels dont nous disposons, ils sont riches en réalité de ce qui nous manque le plus.

C'est au cours de mes différentes incursions en Afrique du Nord qu'il m'a été donné de faire l'expérience de l'élasticité du temps. Tout le monde connaît ce phénomène : parfois le temps paraît très long et parfois, au contraire, très court. Suivant la manière dont nous vivons l'instant, il peut avoir les allures d'une fulgurance ou celles d'une éternité. Pris dans l'urgence comme nous pouvons l'être dans notre société, n'arrive-t-il pas, pour finir, à se réduire à rien, à une insignifiance qui fait que nous passons carrément à côté de notre vie ?

Le rythme du marché

Régine, soumise à une cadence infernale dans le service administratif dont elle a la responsabilité, rêve régulièrement de pouvoir s'arrêter pour décompresser. Prendre une année sabbatique lui irait bien. Mais

1 • **Marie Romanens** a écrit *Le divan et le prie-Dieu*, Desclée de Brouwer, Paris 2000, 288 p. ; *L'inconscient dans l'actualité*, Desclée de Brouwer, Paris 2001, 144 p. ; *Maltraitance au travail. Les effets pervers du harcèlement*, Desclée de Brouwer, Paris 2003, 320 p. (n.d.l.r.).

comme elle est chargée de famille, elle ne peut se le permettre. A l'entrée de l'hiver, une mauvaise grippe l'autorise enfin, certificat médical à l'appui, à rester douillettement chez elle. Quand elle revient me voir pour sa séance de psychothérapie, elle est détendue, presque heureuse. « Oui, je me sens beaucoup mieux, m'explique-t-elle. Vous ne me croirez pas : même les choses ont du goût maintenant ! » Il aura fallu cet arrêt pour que Régine réalise que la course effrénée induite par la surcharge de travail l'empêche de sentir jusqu'au goût des aliments ! « C'est grave, constate-t-elle. On est tellement pris qu'on ne vit pas le présent. J'en étais arrivée au point de ne plus sentir la saveur de ce que je mangeais. J'engloutissais mon repas en dix minutes. De cette façon, je restais absente du bureau seulement un petit quart d'heure. Maintenant, j'ai décidé de poser des limites et de prendre mon temps pour déjeuner. »

Si nous n'y prenons garde, les contraintes auxquelles nous nous soumettons en raison des exigences de performance sont telles qu'elles vont jusqu'à nous ôter la possibilité de goûter aux plaisirs les plus simples de la vie. On a parlé de « culture d'urgence » pour épingler cette folie dans laquelle nous nous sommes engouffrés sur le plan collectif : un temps qui s'accélère de plus en plus, comme un train lancé à grande vitesse et qui ne pourrait faire qu'une seule chose, aller encore et toujours plus vite !

Contrastant avec mes souvenirs du temps saharien, si confortable dans sa plénitude, la vision des salariés chinois du textile qui s'escriment à repasser à vive allure des centaines de chemises, avant qu'elles ne soient déversées sur le marché européen, fait froid dans le dos. Parmi d'autres, cette image récemment diffusée sur nos petits écrans montre que, plus que jamais, la compétition bat son plein. En son nom, les salariés seraient sensés

s'échiner à la mesure même de ces concurrents de l'autre côté du globe.

Depuis les années 1980, le marché, devenu le grand maître de la planète, dicte ses lois en matière d'accélération du temps. La tendance néo-libérale, qui, depuis la chute du mur de Berlin, a cessé d'être autant contrebalancée par la vision socialiste, a influencé davantage les politiques. Les dérégulations, que ces dernières ont permises, ont alors favorisé le capitalisme actionnarial, ce qui a eu pour conséquence immédiate une mainmise accrue de la finance sur les entreprises.

« Tout cela ne s'est pas fait sans casse ! » m'expliquait un jour un ingénieur en fin de carrière. « La casse », ce sont les répercussions sur le devenir des produits. Désormais, leur conception et leur production sont soumises à l'obligation du court terme, au détriment d'une élaboration plus créatrice et féconde, mais certainement plus lente, qui aurait donc le tort de ne pas générer de profit aussi rapidement. « La casse », ce sont surtout les conséquences induites dans les ateliers et les bureaux : par une sorte de cascade, le « harcèlement financier » rejaillit sur chacun, du haut en bas de l'échelle.

La tyrannie du temps réel

La rentabilité est devenue de plus en plus l'impératif auquel il faut se soumettre. D'autant que l'arrivée de l'informatique n'a fait qu'accélérer le processus : désormais, on travaille en « temps réel » et la concurrence s'en trouve fortement augmentée. La vitesse des communications oblige à toujours plus de flexibilité.

« L'introduction de systèmes de juste à temps devient ainsi l'instrument décisif de survie dans la compétition mondiale, écrit Zaki Laidi. Le nouvel avantage concurrentiel repose très clairement sur le

temps, un avantage qui paraît au cœur de l'offensive économique japonaise des années 80. La puissance mondiale s'identifie désormais à la compression du temps. »²

« Dans un univers devenu hyperconcurrentiel, déclare de son côté Nicole Aubert, l'immédiateté des réponses aux sollicitations du marché devient, plus que jamais, une règle de survie : d'où un raccourci quasiment permanent des délais, une accélération continue des rythmes et une généralisation de la simultanéité. »³

Conséquence de tous ces changements : dès les années 1990, se sont fait entendre, dans les cabinets de médecins et de psychologues, nombre de plaintes pour exprimer le trop de pression subie. Norbert, ouvrier monteur, m'en faisait part.

« Les tâches ont été organisées de telle manière qu'on est moins nombreux pour en faire autant. Au lieu de trois personnes pour dix machines, nous sommes passés aujourd'hui à deux personnes pour sept machines. En plus, on nous demande de faire des choses nouvelles dont on n'a pas l'habitude. Moi, il me faut du temps pour

intégrer ces changements. Alors je m'angoisse, je m'affole. J'ai peur de ne pas y arriver, de ne pas être assez rapide ou de faire des erreurs... »

François, cadre dans la branche informatique, constatait lui aussi : « Dans un même temps, on a beaucoup plus de choses à faire qu'autrefois. Quand je rentre chez moi, je suis vidé, pompé de toute ma substance. » Anne-Marie, directrice des relations humaines, y allait du même discours : « L'entreprise me bouffe complètement. Depuis deux ans, je fais à moi seule le travail de deux ou trois personnes. » Et Micheline, cadre elle aussi, s'écriait : « L'entreprise devient complètement folle. On nous charge comme des mulets ! »

Inadapté à l'humain

Selon un sondage de l'ISGP (Institut supérieur de gestion du personnel), ce serait plus de 60 % des salariés qui se plaindraient ainsi d'une surcharge de travail.⁴ Devant un tel constat, les études sur le stress et les méthodes pour apprendre à le gérer se sont mises à proliférer. C'est que les conséquences néfastes de l'intensification de l'urgence, de l'exigence du « faire le plus de choses possibles dans le moins de temps possible », ne sont pas minces. Les troubles engendrés par une situation de stress qui se prolonge dans le temps sont nombreux et variés. Insomnies, fatigue chronique, trou-



- 2 • **Zaki Laïdi**, *Le temps mondial*, Complexe, Bruxelles 1997, p. 20.
- 3 • **Nicole Aubert**, « Le management par l'urgence », in *L'homme à l'échine pliée*, sous la direction d'Ingrid Brunstein, Desclée de Brouwer, Paris 1999, p. 88.
- 4 • Ces résultats ont été communiqués par *L'Express*, n° 2577, 23 au 29 novembre 2000, dans l'article de **Julie Joly**, « Le retour des petits chefs ».

bles de l'humeur, modifications de l'appétit, épuisement émotionnel, dépression, angoisses, maux de tête ou douleurs articulaires sont les manifestations les plus fréquentes. Dans la panoplie des dysfonctionnements, les atteintes peuvent se faire encore plus sévères. Elles touchent alors les différents systèmes de l'organisme, digestif, nerveux, cardio-vasculaire, gynécologique ou endocrinien. Des maladies graves, voire mortelles, peuvent apparaître. Des attitudes suicidaires, des accidents du travail, une appétence accrue pour le tabac, l'alcool, les drogues, les psychotropes... L'incessante fébrilité à laquelle nombre de personnes sont soumises a un coût certain et celui-ci se révèle parfois très élevé.

La problématique de fond de la culture de l'urgence est qu'elle donne la prévalence au « faire » par rapport à l'« être ». Le quantifiable semble prendre le pas, même sur ce qui devrait l'être le moins. Les infirmiers, les intervenants dans les institutions médico-psychologiques, les conseillers d'orientation, les éducateurs et bien d'autres... se retrouvent perplexes quand on leur demande de fournir le nombre d'actes effectués pendant leur temps de travail, alors que la qualité de leur prise en charge ne fait l'objet d'aucune prise en considération. « Où passe le souci de l'humain ? » se demandent-ils.

La primauté du marché a ses exigences : il faut presser le temps comme on presse un citron pour en extraire de précieuses minutes productrices. *Time is money*. Mais de quel temps est-il question ? Seulement d'un temps mécani-

que, externe et mesurable, un temps horloger, celui de l'ère industrielle dans laquelle notre société se trouve encore plongée et d'où elle a tant de mal à sortir. En fait, astreints que nous sommes à respecter des délais toujours de plus en plus brefs, nous ne voyons pas que nous sommes en retard par rapport à la marche même du... temps !

La fin d'une culture

Car notre société est à bout de souffle. Nous vivons la fin d'une culture. Nous traversons une crise majeure qui conduit à un nouveau monde, construit sur d'autres valeurs. Période de transition qui nous bouscule et que nous avons du mal à admettre. Notre résistance au changement est à l'origine même des difficultés dans lesquelles nous nous trouvons et des risques extrêmes que nous encourageons.

Nous avons du mal à quitter cette époque dite moderne, qui consacre la toute-puissance de l'homme et qui « clame haut et fort que l'univers tout entier tourne autour de ce personnage devenu central : l'individu. »⁵ Figure mythique sur laquelle est construit notre monde, détaché de toute appartenance, sensé être devenu pleinement autonome, cet être singulier est tendu vers son seul intérêt. Il court après la satisfaction de ses désirs - avoir tout, tout de suite et le moins cher possible - et met toutes ses énergies dans la réalisation de son accomplissement.

Son regard ainsi fixé sur « des lendemains qui chantent », le voilà qui rate pour finir le rendez-vous avec la vie, car celle-ci n'existe que dans l'instant présent.⁶ Astreint à un véritable marathon vers un futur soi-disant chargé de promesses, il se retrouve esclave de la machine infernale qu'il a lancée. Il demeure figé dans un état d'aliénation, en-

5 • **Miguel Benasayag**, *Le mythe de l'individu*, La Découverte, Paris 1998, p. 10.

6 • « Seul doit compter le présent où nous passons la totalité de notre vie, puisqu'il est inimaginable que nous soyons ailleurs. » **Jean-Louis Servan-Schreiber**, *Le nouvel art du temps*, Albin Michel, Paris 2000, p. 91.

fermé en lui-même, pris comme il est dans sa fuite en avant.

A dire vrai, cette fuite en avant est le signe d'une peur omniprésente, peur de la privation et du manque, peur du temps qui passe et de la mort. La culture de l'urgence, ou société du zapping, est la fausse réponse que nous avons trouvée face aux menaces de pertes qui heurtent notre moi.

Cependant nous prenons de plus en plus conscience que nous sommes au fond de l'impasse. Pour nous en sortir, une seule solution : il s'agit de reprendre les choses à leur origine, de revenir à la question primordiale de notre identité d'homme et de femme. Dans « l'ère du vide », qui a vu la perte de tous les repères, nous ne pouvons continuer à vivre avec pour seule boussole cette recherche éperdue de notre seul intérêt. « Il nous faut commencer par rebrousser chemin pour trouver, en amont de la figure omniprésente de l'individu, les liens ontologiques qui tissent dans une même étoffe la société, la nature et l'homme. »⁷

Au diapason de la vie

« Qui suis-je ? » L'interrogation est plus que jamais d'actualité. Elle est celle du sens de notre vie. Pouvons-nous le laisser se réduire comme nous le faisons ? L'individu, cet être profondément égoïste, coupé de la réalité du monde, coupé des autres mais aussi de lui-même, ne peut rester le modèle dominant car il nous conduit tout droit à la destruction. Il s'agit de retrouver la personne, de s'attacher à devenir sujet, un être tout à la fois distinct et relié.

L'individuation à la place de l'individualisme, voilà la mutation à laquelle nous sommes tous invités. C'est un processus de croissance à travers la rencontre : rencontre avec ce qui m'échappe et qui est

prêt pourtant à surgir à chaque instant du fond de moi ; rencontre avec les autres et avec le monde, avec le bouleversement inévitable, sensuel, émotif, affectif et mental qu'elle produit en moi. Nous sommes des êtres de relation, reliés à l'extérieur, au monde qui nous entoure, et reliés à l'intérieur, à des forces créatrices qui cherchent à se manifester.

Certes, notre insécurité est grande car plus rien dès lors ne peut rester figé. Tout est en constant changement. Il nous faut traverser, sans en avoir la maîtrise, les situations qui se présentent les unes après les autres. Les vivre vraiment, c'est-à-dire nous mettre à leur écoute, nous arrêter afin de sentir les éléments en présence, les laisser s'inscrire dans notre être, provoquer des émois, susciter des réactions étonnantes et ouvrir des compréhensions nouvelles.

Alors l'existence devient comme une danse sur les dunes. Les peuples du désert, nomades par excellence, nous réapprennent cette subtile chorégraphie : s'inscrire dans le temps qualitatif, rythmé par les événements, tout à la fois intime et partagé avec les autres, la société et la nature ; se mettre, en somme, au diapason de la vie qui nous joue sa musique. Notre pas dès lors se ralentit afin que notre être, qui a besoin de lentement, accomplisse sa pleine destinée.

M. R.

7 • Miguel Benasayag, *loc. cit.*, p. 26.