

SYNTHÈSE DU CAFÉ PHILO DU 14 DÉCEMBRE 2016 : BONHEUR, LOISIRS, TRAVAIL.

Qu'est-ce que le bonheur dans une société de consommation et de loisirs? Dans une société qui ne distinguerait pas travail et loisir?

Certaines entreprises offrent un temps de loisir (à distinguer du repos) à leurs employés, loisirs qui deviennent même obligatoires, voir la relaxation par exemple aux USA ou au Japon. Mais l'employé n'est-il pas alors enfermé dans la sphère de l'entreprise, privé d'exercer son propre choix? Le burn out vient aussi du manque de distinction entre le monde du travail et la vie privée: loisir au travail et poursuite du travail chez soi; l'entreprise mobilise ainsi toutes les dimensions de la personne et non plus ses seules qualités professionnelles.

De plus, les loisirs proposés par l'entreprise ont pour but, finalement, d'améliorer l'efficacité des employés, leur "bien-être" étant alors la condition d'un meilleur rendement.

Le travail n'est-il donc pas en lui même épanouissant, contrairement aux loisirs? C'est ce que laisse entendre son origine étymologique: tripalium, instrument de torture. "Tu travailleras à la sueur de ton front", dit la Bible, à la suite du péché originel: coupé de son créateur, coupé de la nature, l'homme peinera à tirer de la terre sa subsistance.

Pourtant, le jardinage, par exemple, peut être épanouissant. Il peut même être considéré comme un loisir par certains, car il est la concrétisation dans la matière, d'une idée, d'un projet et procure donc une satisfaction. C'est une réalisation personnelle, à condition toutefois d'être libre. De même le management d'une entreprise par exemple. Il en est tout autrement si un "chef" impose sa volonté, met des limites, des contraintes (voir les injonctions paradoxales faites à certains fonctionnaires, vidant leurs tâches de tout sens à leurs yeux). Le travail devient "malheureux" lorsqu'il n'est plus vraiment un travail libre mais un gagne-pain, une série de tâches à accomplir pour gagner de l'argent, lorsqu'on ne se retrouve pas dans ce que l'on fait, lorsqu'il n'a plus vraiment de sens; il est "malheureux" aussi lorsqu'il envahit le temps libre du choix personnel, "grignote" la vie privée.

Le progrès technique et maintenant technologique ne devrait-il pas pourtant éviter le travail pénible au profit d'une société de loisirs, plus heureuse? Une société où on ne distinguerait plus "travail" et "loisir" ne serait-elle pas une société idéale? Référence à la série Star Trek où le travail pourrait être fait à la fois pour son propre plaisir, et pour le plaisir des autres, manifestation d'altruisme (exemple, la préparation des repas).

Le loisir pourtant est associé à la consommation; la société crée sans cesse des nouveaux besoins qu'on se doit de satisfaire dans ses loisirs. Exemples: avoir un vélo de plus en plus performant, un super tapis de yoga, un coussin de méditation mieux adapté, se procurer la dernière invention technologique... Ces loisirs exigent d'avoir de l'argent donc un travail, fût-il un gagne-pain fastidieux voir asservissant, annihilant, qu'on accumule peut-être des heures supplémentaires... C'est un cercle vicieux.

Depuis la semaine de quatre jours et demi dans l'éducation nationale, les week-end et les loisirs sont devenus, pour les élèves, plus importants que le travail et ont pris le pas sur l'intérêt pour la classe. Le travail scolaire s'est trouvé lié à ces "contraintes" du week-end et des loisirs; la pédagogie en même temps a cédé du terrain à l'organisation de l'école et au fonctionnement de l'institution. L'enfant, pour apprendre, doit être "appâté"; l'apprentissage ne doit pas être désagréable afin de ne pas rebuter l'élève en difficulté (voir Céline Alvarez; l'école de Montessori).

Paradoxalement, notre société met l'accent sur le travail, alors que beaucoup sont au chômage. La notion de rendement maximal du taylorisme perdure, relayée par des personnes elles-mêmes asservies par ce système. L'exemple est pris d'un travail à vocation d'abord sociale qui se trouve pourtant soumis aux feuilles de route, à l'efficacité, à la "rentabilité", à la spécialisation, ce qui le dénature totalement et peut aller jusqu'à "broyer" les employés. Cette forme d'aliénation des

individus est d'autant plus ignorée que la personne occupant un poste devrait par là se considérer comme "nantie", quand bien même son travail, morcelé, n'ayant plus de sens, est vécu comme dévalorisant.

Un véritable travail comporte au contraire une réflexion personnelle, une collaboration avec une équipe, une faculté d'adaptation, une répartition des tâches, une solidarité, voire une amitié, qui assurent l'intégration des personnes à la société. C'est une des conditions de satisfaction et de bonheur, que le seul souci de rendement ne parvient pas à assurer. Certaines entreprises, celle de Guy Degrenne a été évoquée, réussissent à maintenir ce climat favorable.

Dans une société où le travail manque (chômage), parce qu'il est pour une bonne part assuré par les machines, ne faudrait-il pas repenser sa répartition dans la société? N'est-il pas paradoxal de continuer à soumettre la considération sociale à l'emploi et à la rémunération qu'il permet d'obtenir? Une autre organisation du travail, des loisirs et des revenus devrait être envisagée, d'autant plus que l'emploi lié au rendement devient asservissant, comme l'est aussi le manque de travail. D'où la question peut-être d'un revenu universel?

Qu'aura-t-on appris au terme de notre vie? Les aborigènes ne sont-ils pas finalement plus heureux? Exemple de la rencontre d'un berger gardant ses moutons au Maroc: qui, de ce berger et d'un touriste ou voyageur, aura le plus appris de cette rencontre? Comment découvre-t-on réellement le monde et en même temps sa propre intériorité? On peut se découvrir soi-même en restant assis sous un arbre, dit le bouddha (Paulo Coelho: "la légende personnelle"), mais aussi en utilisant au mieux nos capacités telles qu'elles sont (ex. personnes paralysées, Marthe Robin, couchée dans son lit), pour justement à la fois mieux se connaître et mieux agir. Un travail non épanouissant serait celui qui ne permettrait pas de nous connaître nous-mêmes. C'est le cas évidemment du "travail" de toutes les personnes exploitées, dominées, adultes ou enfants (dans les mines par exemple), qui exclue de plus tout loisir, faute de temps et d'argent, et même tout repos.

Référence à Hannah Arendt: entre le règne animal et le règne de l'homme, le genre humain est manipulé, supervisé par une minorité d'hommes contrôlant les autres humains. Quelle place alors pour le bonheur? L'homme reste libre de penser, libre d'imaginer. Rien n'existe qui ne soit issu de l'activité de penser, de la créativité. N'est-elle pas illusoire? Non en tout cas au niveau de l'intériorité, de la méditation. Le travail sur soi rend de plus en plus libre. Voir Christophe André, psychiatre, ou Frédéric Lenoir qui prônent un temps de méditation dans l'éducation nationale (exemples en France ou au Canada). Impact essentiel du "souffle", "spiritus" en latin, "pneuma" en grec, sur le bien-être et la paix intérieure. Par ailleurs, Tobie Nathan préconise l'interprétation des rêves comme avertissements utiles à la vie quotidienne. Dans les loisirs ou le travail, le corps réagit toujours, et ces réactions questionnent notre vie intérieure, incitent à un retour sur soi qu'il faut accepter pour comprendre qui nous sommes, ce que nous voulons, ce que nous aimons.

Grande joie de découvrir qu'on a cette liberté de penser, découverte faite parfois lors de rencontres avec d'autres. Les liens humains sont indispensables à la vie (ex. des orphelinats en Roumanie où ce manque de liens est source de mortalité).

Mais les loisirs, comme le travail, ne peuvent-ils pas être aussi aliénés (métro, boulot, dodo) et nuire à cette liberté de penser? Exemple du pouvoir de fascination de la télévision, vecteur de divertissement, peut-être infiltrée par certaines idéologies (ex. documentaire de Serge Moati). Les loisirs nous poussent vers l'extériorité, les médias tenant le rôle sociologique de la religion, garants du vrai et du faux, du bien et du mal... Le débat politique, on le sait, est devenu un spectacle télévisuel.

Sommes-nous heureux sinon dans notre travail, du moins dans nos loisirs? Attendons-nous

impatiemment le week-end pour vivre? Une enquête sociologique récente montre que les français se sentent plus libres, plus à l'aise, chez eux, dans la sphère privée, car ils ne font plus confiance aux autres dans les domaines du politique, du travail, et des relations humaines... Notion d'individualisme, liée au profit. Le bonheur suppose de recréer ces liens, de reconstituer le corps politique ou social, de réinstaurer la confiance aux autres sans laquelle l'épanouissement de chacun est compromis. Vie intérieure et liens avec l'exteriorité, avec les autres, sont indissolublement liés.