

TOUJOURS PLUS VITE

Voix off

J'ai deux minutes trente pour vous faire voyager dans le temps. Le temps qui passe, qui file entre nos doigts et après lequel, entre le travail, les loisirs, les enfants, les transports, chaque jour, nous courons tous.

Un passant

Oui, je suis très pressé toujours.

Une première passante

On se dépêche pour aller travailler, on se dépêche pour rentrer à la maison, c'est tout le temps la course.

Une deuxième passante

Les journées ne sont pas assez grandes.

Voix off

Pourtant, les journées font toujours vingt-quatre heures et ce, depuis la nuit des temps. Mais aujourd'hui, entre les smartphones, Internet, et les ordinateurs, le moindre temps de pause sert à rattraper le temps perdu. Mails, textos, appels, du soir au matin, on ne décroche plus. Dans les années soixante, une lettre traversait Paris en deux jours. Avec les SMS, quelques secondes suffisent. Avec le TGV, c'est la France qui s'est rétrécie et la mobilité accélérée. Ancien *trader*, Gilles Vernet a longtemps fait partie de ces nombreux Français qui vivent à cent à l'heure.

Gilles Vernet, réalisateur de « Tout s'accélère »

J'avais trois ordinateurs ou quatre devant moi, j'avais deux téléphones, mon portable et ça sonnait tout le temps, dans tous les sens. Et surtout, c'est un aspect grisant : vivre vite, c'est vivre intensément.

Voix off

En 2001, il a décidé d'appuyer sur pause : il est devenu instit¹. Comme lui, 78 % des Français aspirent à ralentir leur rythme de vie. C'est la conclusion de cette directrice de recherche.

Sylvie Landriève, directrice de recherche en mobilité, forum Vies mobiles

Si on veut ralentir, c'est qu'on trouve que ça va trop vite. Donc la question c'est : qu'est-ce qui va trop vite ? Est-ce que c'est la vitesse des déplacements ? Ça c'est une première réponse. On ne s'est jamais déplacés aussi vite. Est-ce que c'est finalement le programme d'activités qui s'est fragmenté ? On n'a jamais fait autant de différentes choses dans une journée, dans sa vie, dans une année.

Voix off

Dans un tel engrenage, comment éviter la saturation ? Méditation, yoga, randonnée. Pour ce professeur de sociologie, la résistance est en marche.

David Le Breton, auteur de « Disparaître de soi : une tentation contemporaine »

On connaît le succès des stages de silence dans les monastères ; ou beaucoup de gens d'ailleurs qui vont simplement se retirer pendant deux-trois semaines dans un monastère pour reprendre leur souffle, ne plus être essouffés, épuisés, à courir sans arrêt après un temps qui leur échappe. Ils ne veulent plus que le temps les prenne. Ils veulent prendre leur temps.

Voix off

Quant à moi, pari tenu : deux minutes trente, je vais pouvoir souffler.

Vocabulaire à retrouver dans l'application *7 jours sur la planète* : activité, auteur, contemporain, course, directeur, disparaître, éviter, mobilité, monastère, ordinateur, perdre, programme, réalisateur, recherche, résistance, retirer, succès, tentation, vitesse.

<http://tv5m.tv/appli7jours>

¹ Abréviation d'instituteur.