

Rythmes et cadences de la vie moderne : quel temps pour soi ?

Une perspective philosophique sur le temps...

Introduction : peut-on penser le temps ?

« Qu'est-ce donc que le temps ? Si personne ne m'interroge, je le sais, si je veux répondre à cette demande, je l'ignore » (Saint-Augustin : *Les Confessions*, livre XI, chap. 14 et 20)

1/ Définition :

« L'humain est un animal métaphysique » (cf. texte de Schopenhauer sur : *Le Monde comme Volonté et comme Représentation*) Parmi tous les êtres vivants, **l'humain = un des rares vivants (le seul ?) qui connaisse la nostalgie et l'espérance + un des rares aussi qui sache qu'il va mourir + qui se demande pourquoi il existe, et qui en tire une angoisse ou un sens.**

Face aux deux certitudes **que sont la fuite du temps et l'inéluctabilité de la mort, l'existence humaine semble une énigme. Exister pour l'humain revient à examiner cette énigme et tenter de la déchiffrer.**

Le temps ne nous apparaît pas alors seulement comme l'instrument de notre usure et de notre mort, mais aussi comme ce qui va permettre au sens et à notre liberté d'advenir.

Définitions du temps :

Temps = [sens ordinaire] changement continu et irréversible, où le présent devient passé – le temps qui passe ou s'écoule (à la différence de l'éternité = statique)

[sens philosophique/scientifique, objectif = milieu homogène et indéfini dans lequel se déroulent les événements – Il est analogue à l'espace : les choses sont « dans » l'espace, elles changent « dans » le temps.]

2/ quelques paradoxes du temps

- Si le temps a un fondement dans les choses, **il n'est cependant « vécu » que dans l'esprit des hommes.**

Si le temps objectif = unité des trois dimensions (passé + présent + futur) ; en fait il n'existe véritablement que de façon subjective : par les actes de notre esprit : souvenir, présence, anticipation.

Le paradoxe le plus usuel est ce décalage entre temps vécu (dans l'esprit) et temps réel (objectif) : le temps vécu passe plus ou moins vite, s'étire ou se contracte selon qu'on s'amuse ou qu'on s'ennuie, selon que l'on se sente actif ou inactif...

Les choses changent, mais ne s'en rendent pas compte. Alors que notre relation au temps se caractérise par la conscience de soi (de nous-mêmes). Cette conscience manifeste à la fois notre insertion – immanence – dans le cours changeant des choses et notre transcendance (distance/élévation) par rapport à ce flux indéfini.

Contrairement aux choses, qui coïncident avec elles-mêmes, sans conscience d'elles-mêmes ni du temps qui passe ; l'humain peut se représenter, ramasser en une unité le flux temporel et se poser comme identité dynamique : penser le devenir, reconstituer les événements dans un récit et en faire l'histoire ; ou encore retenir certains événements et leur donner une valeur symbolique, en faire une mémoire.

- **Autre paradoxe (relevé par Saint-Augustin, IV s. ap. JC) : dans notre esprit le temps est une intuition du présent, au présent – le passé n'est plus, le futur pas encore là et le présent s'échappe à chaque instant où j'essaye de le fixer. Il dit qu'il n'y a que du**

présent du présent (l'attention), du présent du passé (le souvenir), le présent du futur (l'anticipation).

Et pourtant, quand, j'énonce une phrase, quand je vois une image, etc. le temps qu'elle parvienne à vos sens et soit interprétée par votre esprit conscient, **elle est déjà au passé...**

Objectivement, nous sommes toujours dans le passé : subjectivement, nous sommes toujours au présent...

3/ Distinction entre *moi* et *soi* :

Un temps « pour soi » n'est pas limitatif à un temps égoïste ou égocentré sur le moi ; **le soi est vaste et plus ouvert aux liens qui nous relie aux autres, mais également au monde...**

Le moi est cette identité consciente qui dit « je », s'exprime en pensée, en paroles et en actes assumés ; mais tout notre être ne s'y limite pas.

Un temps de solitude, un temps déconnecté dans un monde en constantes interactions et interconnexions – un tel temps pour le moi semble nécessaire pour se ressourcer, se reconstituer, s'abandonner loin du regard des autres et de la représentation sociale. Cependant, ce temps pour le moi peut se révéler limitatif, restrictif, voire mesquin – le repli sur soi, « se mettre dans sa bulle » ...

Mais il y a aussi ce **temps pour soi**, pour le **Soi** – ma conscience et mon inconscient, ma pensée et mon corps, moi et mes proches ; moi et mes loisirs ou mes passions... Les liens empathiques, affectifs ou intellectuels qui me relient aux autres et au monde me constituent en tant qu'être vivant : cette manière propre d'être vivant, d'interagir différemment selon les personnes et les lieux qui m'accompagnent – car nous pouvons estimer que ce ne sont pas seulement mes rencontres qui me constituent, mes proches actuels ou disparus habitent mon âme, mais également les paysages qui m'ont imprégnés de leur esthétique – toutes ces dimensions de mon être constituent, au fond, mon Soi.

I/ Temps productif et temps oisif :

Le travail et le jeu : le travail n'est-il que le temps de l'injonction extérieure, de la contrainte et du devoir social ? Le travail serait le temps pour la société, le temps pour les autres ? Et le jeu serait alors le temps libre, le temps du désir propre et du plaisir ? Et pourtant, le travail ne se limite pas à l'activité salariale ; le loisir et/ou le jeu peuvent se révéler productifs, voire créatifs...

- Le travail nous fait-il perdre notre temps ?

Corrigé par Aïda N'Diaye dans *Philosophie Magazine* n° 149 (Avril 2021) : <https://www.philomag.com/bac-philo/le-travail-nous-fait-il-perdre-notre-temps>

Qu'en retenir ?

Le travail utile et productif, nécessaire à la vie, s'oppose à l'oisiveté, à la paresse et à l'ennui. Spontanément, la perte de temps serait du côté de ces derniers : lorsque nous ne faisons rien, lorsque nous sommes inactifs ou improductifs, lorsque nous nous ennuyons – ce temps qui s'étire nous laisse démuni face à nous-mêmes et aux choses, nous ne savons pas quoi faire de nous-mêmes et de ce qui nous entoure... Gagner du temps, c'est « gagner sa vie » : produire, être actif – remplir le temps de l'agenda de ses activités, principalement salariées, et participer à l'effort collectif de notre société.

L'objection qui peut nous venir à l'esprit alors : **n'est-ce pas le discours culpabilisateur de la société productiviste dans laquelle nous évoluons que nous reproduisons ici ?** N'avons-nous pas intégré inconsciemment ces injonctions qui valorisent l'effort et stigmatisent la paresse ou l'ennui ?

N'aurions-nous pas alors mieux à faire que travailler et gagner un salaire ? Nous occuper de nous – penser à soi – nous occuper de nos proches tant que nous pouvons le faire ? Nous

occuper de notre cadre de vie (la maison, le jardin...) ? Ou encore mettre en œuvre nos rêves, tenter des choses et faire de nouvelles expériences ?

L'enjeu ici est le choix et la liberté : ai-je choisi ce travail ou, au contraire, est-ce un travail contraint ? Si je l'ai choisi, cela peut impliquer que j'en accepte certaines contraintes qui l'accompagnent : ainsi, il me faudra apprendre à maîtriser ces contraintes autant que faire se peut. Ainsi ce travail choisi ne me fait pas perdre moins de temps. **Mais, il se pourrait aussi qu'un travail que j'ai accepté par contrainte** (alimentaire ou par dépit – par exemple si je n'ai pas eu le poste ou le concours que j'espérais...) **m'ouvre des perspectives inédites**, me fasse découvrir d'autres dimensions de moi-même – me permette donc de déployer ma liberté d'une autre façon. Ainsi ce travail ne me fait pas perdre mon temps puisqu'il me développe.

Et il se pourrait aussi que le temps du travail soit aussi nécessaire à mieux valoriser et apprécier les autres temps pour soi – temps avec mes proches, temps pour me cultiver, temps pour jouer ou me divertir, temps pour voyager... En ce sens, le travail ne me fait pas perdre mon temps mais me fait gagner du temps puisqu'il me pousse à m'organiser différemment, à valoriser d'autres choses et à donner du sens à ma vie.

Donc cette opposition travail et temps à soi n'est plus si évidente.

Un autre sujet proche, un peu plus ouvert que celui du travail :

- « Prendre son temps » est-ce « perdre son temps » ?

II/ Le temps est-il une prison ? Quelle place pour ma liberté ?

Quelle place pour ma liberté si « avec le temps va tout s'en va [...] tout s'évanouit » (Léo Ferré *Avec le Temps*)

- Le mythe de Sisyphe : la répétition, le temps absurde et vain ; mais aussi le temps mythique du cycle... – **voir texte de Camus** (*Le Mythe de Sisyphe* ou *La Peste*)

Certaines cultures anciennes ou d'autres actuelles pensent le temps comme un cercle, une roue qui accomplit sa révolution et revient à son point de départ. Le travail, les tâches répétitives de la vie quotidienne, la lutte incessante contre l'injustice, l'ignorance ou la violence pourraient nous donner l'impression d'entrer dans un tel temps mythique : toute chose, toute idée et toute action pourrait alors nous apparaître vaine ou absurde (dénuée de sens).

Comme l'écrit Camus : "Sisyphe, prolétaire des dieux, impuissant et révolté, connaît toute l'étendue de sa misérable condition. C'est à elle qu'il pense pendant la descente, la clairvoyance qui devait faire son tourment, consomme du même coup sa victoire. C'est parce qu'il y a de la révolte que la vie de Sisyphe mérite d'être vécue, la raison seule ne lui permet pas de conférer un sens à l'absurdité du monde"

ou **Nietzsche : le thème de l'éternel retour** (*Gai Savoir*, §341)

Qu'est-ce que l'éternel retour ? Pourquoi nous proposer une telle expérience de pensée ?

La vie que nous vivons, celle que nous avons vécue, avec ses décisions, ses responsabilités, ses charges, ses désillusions et autres déceptions ; tous ces moments difficiles à traverser qui nous ont coûté et **nous ont pesé comme un fardeau**, et dont nous sentons comme un allègement, un soulagement quand ils sont passés, voire oublié – toutes ces épreuves devraient revenir sans cesse... Il serait alors tentant de sombrer dans le nihilisme ou le désespoir – comme le personnage principal Phil Connors (interprété par Bill Murray) d'*Un jour sans fin* (de Harold Ramis, 1993), où il n'en peut plus de vivre sans cesse le jour de la marmotte (*Groundhog Day*) et d'être seul, qui cherche tous les moyens possibles de sortir de cette malédiction, tente tous les suicides sans y parvenir...

Mais s'il nous est arrivé de vivre une fois, ne serait-ce qu'une seule fois un de ces instants d'intense bonheur où nous avons senti l'énergie vibrer en nous et autour de nous, où notre puissance vitale s'exprimait intensément : **alors ces "instants formidables" pourraient**

justifier toute une vie, en enlever toute trace d'amertume, pardonner le malheur et donner à la vie une valeur rédemptrice... En ce sens l'éternel retour ne serait pas un fardeau mais une bénédiction.

Or, cette expérience de pensée que nous propose Nietzsche ne serait-elle pas aussi une invitation à alléger tout poids de l'existence, à nous dépasser et à nous élever au-dessus de notre ordinaire ?

C'est un peu comme si le philosophe à la moustache nous disait : **“serais-tu capable de te dépasser toi-même, de désirer au-delà de toi, pour aimer si intensément la vie que tu veuilles la revivre à l'identique d'innombrables fois ?”**

Ainsi penser un temps pour soi, c'est se placer au niveau de la pensée sur un plan éthique et se demander ce qu'il nous faut valoriser dans la vie ou ce qu'il nous faut intensifier de notre vie pour lui donner toute sa valeur : **le temps n'est plus alors une prison, mais une occasion de dépassement de soi.**

- Le temps pour soi revient à se réapproprier son temps : c'est-à-dire son choix qui nous engage dans un projet (voir Sartre : *L'existentialisme est un humanisme*)

III/ C'est quand le bonheur ?

Ce temps pour soi est-il dans la nostalgie, le regret du passé ? Ou est-il dans l'anticipation du futur, la construction patiente d'un futur bonheur propre ? Ou faut-il chercher son bonheur dans l'instant présent ? (voir texte de Pascal : *Pensée*, §33/38)

- Le temps pour soi est le temps où l'on se réapproprie son désir, voire ce dont on a besoin pour être heureux-se... (voir Épicure : *Lettre à Ménécée*)

- La question du « carpe diem » : comment l'interpréter ? Ne faut-il pas chercher à privilégier la qualité du temps (le « bon moment », l'intensité) à la quantité du temps vécu ?

Conclusion :

Au fond, le temps ne nous renvoie-t-il pas à notre propre humanité ?

Les enjeux :

- **Le travail et le loisir / le jeu / l'ennui**
- **La liberté, le choix et la contrainte**
- **Le plaisir et le bonheur contre douleur et le malheur**
- **Le désir et la technologie** (nos désirs technologiques)

IV/ Ressources :

Textes philosophiques : comment aborder un texte philosophique ?

Pistes méthodologiques :

- Après une première lecture (à voix haute ou l'élève seul) demander aux élèves de relire le texte avec un surligneur et de surligner les concepts, mots-clés et expressions récurrents. Visuellement, cela découpe le texte et met en relief sa structure conceptuelle (ce qu'il faudra définir et distinguer). Cela indique aussi que ces concepts devront se trouver dans l'idée principale du texte.
- Partir d'un exemple pour expliquer le texte. Demander aux élèves de repérer un exemple s'il y en a un et de l'expliquer en le mettant en relation avec les concepts surlignés et/ou l'idée principale.
- S'il n'y a pas d'exemple dans le texte : tâche à l'enseignant-e de trouver un ou deux exemples en amont pour le proposer aux élèves ; ensuite de leur demander d'interpréter le texte à partir de celui-ci.

Textes :

- Saint-Augustin : *Les Confessions*, livre XI, chap. 14 et 20
- Henri Bergson : *La pensée et le mouvant : La perception du changement*
- Albert Camus : *Le Mythe de Sisyphe* ou *La Peste*
- Friedrich Nietzsche : *Gai Savoir*, §341 – à mettre en relation avec le film : *Un jour sans fin* d'Harold Ramis (1993)
- Jean-Paul Sartre : *L'existentialisme est un humanisme*
- Blaise Pascal : *Pensée*, §33/38
- Épicure : *Lettre à Ménécée*
- Michel Serres : *Petites Poucettes*

Vidéos :

- L'ennui : Gérer l'ennui – PsychoBugs #10 – Arte : <https://youtu.be/VaH6kCnMj4E>

L'ennui situationnel (absence, paresse), l'ennui existentiel (le vide, absence de désir), l'ennui créatif (le rêve, l'imaginaire)

Films :

- *Seul au monde* – Robert Zemeckis – 2000
- *Un jour sans fin* – Harold Ramis – 1993
- *Time Out* – Andrew Niccol – 2010