

Courir : éprouver les limites du rythme optimal.

Bribes de réflexion anthropologique, sociologique et philosophique sur le temps anthropocénique inspirées des ouvrages d'Hartmut Rosa et Guillaume Le Blanc

Le sociologue et philosophe Hartmut Rosa dans ses deux œuvres, Accélération: une critique sociale du temps et Aliénation et accélération: vers une théorie critique de la modernité tardive s'est proposé d'évaluer le rapport au temps tel qu'il s'établit, sur le mode de la vitesse, dans les sociétés contemporaines. Dans Courir. Médiations physiques., le philosophe Guillaume Le Blanc, s'est attelé à quelques réflexions anthropologiques et philosophiques sur la course à pied. Une lecture croisées de ces deux ouvrages inspire l'esquisse d'un court développement autour du temps anthropocénique, de l'idée de courir pour éprouver les limites du rythme optimal.

Depuis l'entrée dans l'ère néolibérale de la technique – que nous aimons parfois appeler anthropocène - le temps s'emballe et exerce une forme d'emprise assez pressante sur nos vies. Voilà le constat que fait Hartmut Rosa qui propose même, tant l'emprise de ce temps *accéléré et accélérant* est grande sur nos vies, de substituer le concept d'*accélération* à celui d'aliénation tant l'accélération semble être la forme paradigmatique de l'aliénation des « sociétés modernes tardives ». L'accélération définirait mieux l'essence de la modernité que la rationalisation, l'individualisation, la division du travail ou la domestication de l'homme et de la nature. Cette accélération transforme notre façon de percevoir les dimensions du temps et de l'espace, contracte l'espace dans nos représentations, transforme certains lieux en non-lieux, etc. La réalité du temps et de l'espace échappent à nos représentations qui ne les saisit plus que virtuellement, en décalé, avec un temps de retard. Le phénomène d'accélération sociale est important en ce qu'il participe à la mise au jour de normes temporelles invisibles gouvernant notre vie socialement (délai, calendrier, limites temporelles). Il transforme également notre rapport au monde dans toutes ses dimensions : notre relation aux autres personnes (monde social), notre relation à l'espace temps, à la nature et aux objets (monde objectif) et notre relation à nous-mêmes (monde subjectif).

La « compression du présent » (*Gegenwartschrumpfung*) correspond à l'augmentation des expériences et des actions par unité de temps. Un double phénomène contradictoire rend compte de cela : le temps étant perçu comme devant être utilisé de façon dense – c'est-à-dire saturé d'activités – le taux de plaintes de manque de temps (libre) ne cesse d'augmenter ; pourtant, en même temps, on a tendance, de nous-mêmes, à faire de plus en plus plusieurs activités en même temps. C'est là le paradoxe de nos sociétés : étant donné l'accélération technique qu'elles connaissent, nos sociétés devraient être des sociétés du temps libre mais bien au contraire, on y trouve une forme de « famine temporelle », « au sens où elle se caractérise par une augmentation du rythme de vie (...) en dépit de taux d'accélération technique impressionnants » (p. 32).

Logique de compétition (ou concurrence) et injonction à la productivité, accélération culturelle selon laquelle une vie accomplie passe par la réalisation du plus grand nombre possible d'expériences et par le déploiement des capacités individuelles les plus étendues et « cycle de l'accélération » selon lequel les trois formes d'accélération (accélération technique, sociale et du rythme de vie) font système comme un boucle qui s'auto-alimente, s'entretenant les unes les autres, expliquent le maintien d'un tel paradoxe dans le rapport que les individus contemporains ont au temps. Hartmut Rosa pointe aussi que cette accélération des rythmes de vie a à voir avec une version sécularisée des palliatifs utilisés pour se prémunir de la peur de la finitude : occuper sa vie et avoir l'impression de l'optimiser serait une démarche eudémoniste.

Mais contre cette tendance très pressante à l'accélération, il existe cependant quelques formes d'inertie et de décélération venant freiner ce temps accéléré de l'optimisation par la « compression du présent » : les limites de vitesse naturelles et anthropologiques (processus physiques, astronomiques, neurophysiologiques, etc.) ; les oasis de décélération (îles perdues, groupes exclus socialement, sectes religieuses vivant en autarcie) ; les ralentissements étant les conséquences non-voulues de l'accélération (embouteillages urbains, dépression, récession économique, etc.) ; les décélérations intentionnelles permettant de participer ensuite encore plus efficacement aux systèmes sociaux accélératoires (se reposer) ; les formes d'inertie structurelle et culturelle impliquée par la solidité du système rendant vain tout espoir de changement culturel et/ou politique. Mais aucune de ces formes d'inertie n'est suffisamment puissante pour venir balancer ou concurrencer les forces de l'accélération. Le temps optimal de nos sociétés est donc le temps de l'accélération. « *Les forces de l'accélération surpassent celles du ralentissement* ».

Face à ce constat d'une aliénation par l'accélération, Hartmut Rosa propose une théorie critique des structures temporelles de notre vie sociale et de leur tendance presque totalitaire à forcer à se fondre dans le rythme accéléré et accélératoire. Cette pressante accélération explique le sentiment diffus de malaise, d'inquiétude et d'insatisfaction des individus contemporains pris dans un « état d'immobilité hyperaccélérée ». Plus que les valeurs, nos agendas dirigent notre quotidien ; puisqu'on peut produire de façon plus rapide, on produit beaucoup plus. L'impératif de croissance commande notre rapport au temps. Le système optimal de nos sociétés contemporaines reproduit sa structure grâce à l'accélération, à la « dynamisation du temps » : croître permet d'innover et de préserver les structures économiques, sociales et politiques. Tous les domaines de la vie en viennent alors à être soumis à cette logique – qui fait système – d'optimisation et d'efficacité. Face à ce phénomène d'optimisation, la lenteur n'a plus de place ; « *Nous détruisons notre capacité à nous approprier le monde, à être ému et à développer une résilience* »¹. On perd le rythme de l'être-au-monde qui s'il n'est pas optimal, reste celui de notre vie organique et peut-être même mentale et psychologique. Le risque de désynchronisation entre le temps subjectif, plus chaotique, marqué par le différé, l'aléatoire et l'irrégularité et temps systémique d'une société accélératoire est grand. « *Le problème du temps se ressent plus là où les logiques d'accélération se superposent sans s'harmoniser. Même la nature est affectée par cette désynchronisation : le fait de l'exploiter sans lui donner le temps de se régénérer explique en grande partie le dérèglement climatique, la déforestation, la disparition de certaines espèces, etc.* »² Injonction à l'optimisation ne signifie pas pour autant harmonisation peut-être que le temps optimal est celui échappe à toute synchronisation et accélération forcée. Hartmut Rosa propose, notamment en réponse à la crise écologique, une « décroissance » qui soit une décélération et nous face passer d'une « stabilisation dynamique » à une « stabilisation d'adaptation », en toute sobriété et sous-optimalité, semble-t-il.

« *La désynchronisation pourrait désigner le fait d'être pris dans des activités à ce point différentes qu'il n'est plus possible à quelqu'un de les accorder entre elles. (...) Pris dans un tel tourbillon de la multiplication infinie des tâches à accomplir, le sujet court le risque d'être désynchronisé, de ne plus pouvoir se concentrer dans une idée de soi qui excède la polysémie incalculable des actes à accomplir.* », les mots de Guillaume Le Blanc font écho à ceux

1. NOVEL Anne-Sophie, « Hartmut Rosa : « Plus on économise le temps, plus on a la sensation d'en manquer » », *Le Monde.fr*, rubrique « M le mag », 1^{er} avril 2016.

2. *Ibid.*

d'Hartmut Rosa. Tous deux reconnaissent le mal de la « désynchronisation » comme étant une des caractéristiques des rythmes de vie contemporains tendant à l'optimisation. La désynchronisation semble alors tout à la fois être un symptôme pathologique de l'inadéquation avec le système-temps de l'optimisation capitaliste et technique contemporain mais n'est-elle pas aussi une porte de sortie, une expérience des limites de ce rythme optimal ?

Guillaume Le Blanc écrit que la « course à pied [est] une tentative pour se resynchroniser », une « antidote à la désynchronisation », en ce qu'elle est « la possibilité d'un recentrage sur soi du monde ». Mais la course – qui peut d'ailleurs être aussi une fuite – semble alors être, contrairement à ce que l'on pourrait penser, bien plus qu'un souci de la performance et de conformité avec l'injonction à l'accélération, une expérience d'un temps et d'un rythme sous-optimal. Le coureur choisi son allure, au plus proche de sa condition physique et de son rythme organique, il expérimente la nécessité de se jouer à la fois de la synchronisation et de la désynchronisation pour être endurant, il est libre d'accélérer ou de ralentir, il fonde un temps qui lui est propre. Même s'il court, il peut expérimenter une forme de lenteur, traversant tous les paysages devenus des non-lieux du fait de l'accélération des modes de transport à un rythme et une allure de course tout humains. On peut lire sous la plume de Guillaume Le Blanc qu'en la course, comprise comme expérience d'un rythme lent et régulier, « *s'établit un équilibre entre soi et le monde, une trêve, intérieure et extérieure, hors de toutes les guerres. (...) Elle est ensuite la recherche d'une relation de dépossession du monde extérieur.* » Cependant, elle n'est pas « le fait d'un ralentissement » mais elle est « l'engendrement d'un rythme précaire entre soi et le monde », « recherche d'un équilibre dans la mobilité ». Si l'on ajoute à cette remarque l'idée développée par Guillaume Le Blanc selon laquelle la course « est sans pourquoi », gratuite, fuite, échappée. Il semble peut-être que la course soit une forme d'ode à la sous-optimalité qui si elle éprouve les limites de l'optimisation du temps dans la recherche de performance, donne aussi accès à un être-au-monde cultivant un rapport d'équilibre précaire au temps, une petite expérience du chaos et de la sous-optimalité.

Bibliographie.

BROCA Sébastien, « Hartmut Rosa, Aliénation et accélération. Vers une théorie critique de la modernité tardive », *Lectures*, 21 mai 2012.

LE BLANC Guillaume, *Courir méditations physiques*, Paris, Flammarion, 2015.

MOUVEMENTS.INFO, « L'accélération comme moteur de l'aliénation », sur *Mouvements*,

NOVEL Anne-Sophie, « Hartmut Rosa : « Plus on économise le temps, plus on a la sensation d'en manquer » », *Le Monde.fr*, rubrique « M le mag », 1^{er} avril 2016.

ROSA Hartmut et Thomas CHAUMONT, *Aliénation et accélération: vers une théorie critique de la modernité tardive*, Paris, La Découverte, 2014.

ROSA Hartmut et Didier RENAULT, *Accélération: une critique sociale du temps*, Paris, La Découverte, coll. « Théorie critique », 2010.

WAHL Elodie, « Hartmut Rosa, Accélération. Une critique sociale du temps », *Lectures*, 16 avril 2010.