



Série d'été

Le temps dans tous ses états

Nous passons le plus clair de notre vie à courir après lui. Le temps est une valeur unique en son genre. L'économiste Philippe Defeyt a voulu passer le concept au crible pour les lecteurs de *La Libre*. Le temps "du travail, des loisirs, le temps "du soin" ou encore celui des engagements... il peut prendre de multiples formes. Durant sept semaines, nous vous proposons une série consacrée au "temps dans tous ses états":

1. En 1921, la loi sur la journée de travail de huit heures est votée
2. Depuis 1960, le temps de travail moyen a chuté de 550 heures par an
3. Le travail traverse nos vies bien au-delà de l'emploi que nous occupons
4. Prendre soin, une activité à temps "plein"
5. Le tiers-temps, l'espace restant pour s'épanouir
6. 4 000 semaines, l'espérance de vie moyenne d'un Belge
7. Pour un temps allégé et libéré

Quatre mille semaines, l'espérance de vie moyenne d'un Belge

■ Le temps n'est pas une ressource comme les autres : elle est énorme dans le temps et dans l'espace si on considère l'humanité dans sa globalité, mais elle est limitée et inconnue pour chacun et chacune d'entre nous.

Une série réalisée par Philippe Defeyt
Economiste

Quatre mille, c'est, en arrondi, le nombre de semaines d'une existence qui correspond à l'espérance de vie moyenne d'un ou d'une Belge (82,3 ans pour la population totale en 2023). C'est aussi le titre du livre d'un ex-geek, Oliver Burkeman, sous-titré *Antimanuel de gestion du temps à l'usage des mortels* qui rappelle, cela relativise un peu nos espoirs de longue vie, que même Jeanne Calmant n'a vécu "que" 6 400 semaines.

Eh oui, c'est ainsi, le temps nous est limité. "Le temps est notre seule ressource rare", juge l'économiste Pierre-Noël Giraud; accepter "en pleine conscience" ("en pleine présence" comme d'autres préfèrent le dire) cette réalité est probablement l'acte le plus engageant que l'on puisse faire pour conduire sa vie.

Le temps n'est quand même pas une ressource tout à fait comme les autres: la ressource est énorme dans le temps et dans l'espace si on considère l'humanité dans sa globalité et son histoire, par contre elle est limitée et inconnue pour chacun et chacune d'entre nous. "Le temps est notre ressource la plus précieuse car contrairement aux autres ressources dites universelles, une fois perdu, celui-ci ne peut être récupéré." Pas de recyclage ni de réutilisation donc (même si recourir à de vieilles recettes permet parfois de gagner du temps...).

Choisir que faire de son temps est toujours compliqué: affecter une heure à telle activité, c'est renoncer à l'utiliser pour un autre usage. Certes, on peut parfois faire deux ou trois choses en même temps (une légende urbaine dit que la ménagère allemande quinquagénaire repassait son linge l'après-midi en regardant la série *Derrick*; on peut faire son jogging en réglant son emploi du temps avec sa secrétaire), mais les vit-on encore en pleine conscience?

La gestion du temps, au sens le plus large, le plus ambitieux, devrait donc être la principale préoccupation de chacun et chacune.

C'est surtout une vision quasiment managériale du temps qui semble intéresser. Tapez "comment bien

utiliser son temps?" et vous obtenez des milliers de réponses du genre: "18 astuces pour bien gérer son temps et autres conseils pour travailler efficacement". Il y a des méthodes vedettes, qui reviennent souvent: méthode Smart, la roue de Deming, la technique Pomodoro, le Batching, etc. Derrière ces méthodes se pointe toujours la fameuse *to-do list*. Pour Burkeman, cette approche est d'une "étroitesse d'esprit désespérante, qui consiste à enchaîner le plus de tâches possible au travail" ou encore à cuisiner tous vos diners de la semaine en une seule fois le dimanche (ce qu'on appelle le *batch cooking*).

On peut parler d'une vision productiviste du temps; on essaie d'en extraire un maximum, tout comme l'extractivisme des ressources naturelles accompagne une croissance économique débridée, celle qui nous conduit dans la même impasse du toujours plus et génère injustices sociales et dégradations environnementales.

On peut donc agir comme prédateur. La prédation renvoie à la fois à l'exploitation de mon temps par d'autres et à l'usage intensif que je peux en faire à la recherche d'une plus grande productivité.

Exploiter son temps

L'exploitation du temps peut prendre de nombreuses formes: l'attention phagocytée (c'est l'objectif même des algorithmes qui créent l'addiction sur les réseaux sociaux), la pression sociale, la peur de passer à côté de quelque chose (ce que les Anglo-Saxons désignent par l'acronyme Fomo – *fear of missing out*), l'addiction consumériste, les temps d'attente imposés (files, embouteillages, attentes au téléphone, retards...) et, d'une manière générale, tout le temps perdu à cause de réunions inutiles (sauf à montrer qui est le chef) ou mal préparées, de procédures peu efficaces, de notices peu claires, de démarches dont on pourrait se passer, d'obligations sociales sans sens profond, etc., etc.

"Avoir du pouvoir, dit Jacques Attali, c'est contrôler le temps des autres, le sien propre, le temps du présent et celui de l'avenir, le temps du passé et celui des mythes." Les méthodes de gestion du

temps peuvent marcher. Le problème, c'est que quand elles marchent bien, on est plutôt incité à en faire plus: "Vous accomplirez davantage de choses, développe Burkeman, *courez à davantage de réunions, trimbalerez vos enfants à davantage d'activités extrascolaires, contribuerez à augmenter les bénéfices de votre employeur – et, paradoxalement, il en résultera que vous vous sentirez simplement plus débordé, plus anxieux et, d'une certaine façon plus vide.*"

On aimerait tous faire autre chose de notre temps, comme trop de consommation tue la consommation. On n'a plus assez de temps pour jouir vraiment de nos biens et de notre pouvoir d'achat. Dans les

Choisir que faire de son temps est toujours compliqué: affecter une heure à telle activité, c'est renoncer à l'utiliser pour un autre usage.