

Vous n'avez pas le temps ? Le philosophe Montaigne peut vous aider à en gagner.

Lundi matin, le réveil n'a pas encore sonné, mais déjà vous êtes en retard et vous allez courir toute la journée après le temps avec cette sensation désagréable d'être submergé. Ne sommes-nous pas entrés dans l'ère de l'accélération généralisée ? Nous sommes condamnés à la vitesse, plus encore à l'immédiateté, car les choses doivent être exécutées sans délai, sans durée. Il y a toutefois comme un malaise dans cette société de l'accélération. Lequel ? Celui qui nous dit que nous ne vivons qu'à demi, que la tête dans le guidon, nous en venons à ne rien vivre du tout. Peut-être avez-vous déjà ressenti cela, quand à la fin de la semaine, vous vous demandez ce que vous avez fait au juste. Ou même quand vous ne savez plus de quoi était faite votre journée de la veille. Attends ... hier ... mais qu'est-ce que j'ai fait ? Arrêtons-nous un moment dans cette course folle et prenons le temps d'y penser sérieusement. Pourquoi avons-nous la sensation d'avoir été comme absents de nos journées ? Est-ce parce que tout va trop vite et que le temps s'accélère ? Non, je ne le crois pas. Et Montaigne non plus. Montaigne ? En quoi un philosophe du XVI^e siècle aurait-il quoi que ce soit à nous dire au sujet d'un phénomène typique de l'époque moderne ? Parce que le problème n'est pas celui de l'accélération. Ce n'est pas parce que tout va vite que nous avons le sentiment de n'avoir rien vécu. C'est parce que nous n'avons rien vécu que tout peut aller très vite. Je m'explique. Enfin, c'est Montaigne qui l'explique.

Nous vivons à la surface de ce que nous vivons. Nous vivons superficiellement. Nous glissons, nous surfons, nous scrollons le contenu de nos journées, nous ne vivons pas à plein ce que nous vivons, c'est pour cela que nous pouvons enchaîner. C'est pour cela que tout peut s'accélérer. Parce que nous comprimons, nous appauvrissons nos vécus, nous les réduisons à trois fois rien, trois petits tours et puis s'en vont ... Répondre aux mails ? C'est fait.

L'apéritif entre amis ? C'est fait. Suivant. Bien sûr, nos outils technologiques favorisent cette vie en surface, mais nous y consentons. Nous ne sommes pas à ce que nous vivons ? Nous sommes déjà dans ce que nous allons faire ... après !

Alors, quelle est la solution de Montaigne ? De vivre vraiment ce que nous vivons, d'y mettre de l'application. C'est ce qu'il nous invite à faire dans les Essais au chapitre 13, intitulé « De l'expérience ». Et voici ce qu'il dit : « Quand je danse, je danse, quand je dors, je dors, et même quand je me promène, si mes pensées sont occupées à autre chose, je les ramène à la promenade, et à moi. » Est-ce de la pleine conscience avant l'heure ? Pas exactement. L'idée est de compenser la brièveté par la profondeur. Oui, la vie passe vite. Oui, on manque de temps, mais si nous vivons vraiment ce que nous sommes en train de vivre, alors le temps ne nous échappe pas. Nous nous y immergeons en profondeur. Pour rendre, dit Montaigne, la vie plus profonde et plus pleine. Vivre une vie pleine et profonde, non pas parce qu'on ferait plein de choses, mais parce qu'on les vivrait vraiment. C'est là, tout simplement, pour Montaigne, le secret du bonheur.

Laurence Devillairs, philosophe

France Culture. Le fil Culture G. 13 avril 2026