

LE REPOS



COLLECTIF D'AUTEURS

ACTE n°19

Le repos

Le repos (*texte à venir*)

F. Hugues MINGUET

Le repos et le travail (*texte à venir*)

M. Laurent Degroote

[Le repos de Dieu](#)

Mme Colette RAFFOUX

[Vivre en son fond intime –Mouvement et repos dans l’anthropologie d’Edith Stein](#)

M. Jacques DESCAMPS

[Le repos vrai](#)

M. Jacques FERDANE

[Temps libre et temps choisi](#)

M. Gérard BIOLLEY & Pr. Giovanni ZANETTI

VIVRE EN SON FOND INTIME

Mouvement et repos dans l'anthropologie d'Edith Stein

Jacques DESCAMPS

Ce texte propose une approche d'Edith Stein pour un public non chrétien à partir de la lecture des textes sur la structure de la personne. Il invite à suivre un chemin, à se tenir dans une disposition pouvant ouvrir à la grâce.

Les phrases en italique sont les citations d'Edith Stein issues principalement de ses ouvrages « L'être fini et l'être éternel », « De la personne » et « La science de la croix »

L'homme est appelé à vivre en son fond intime nous dit Edith Stein, mais elle ajoute que très peu d'hommes vivent tout à fait dans leur fond intime, et vivent de ce fond. Peu d'hommes vivent *concentrés* en eux mêmes, dans la profondeur de leur être. Touchés par un événement important, ils peuvent au fond d'eux mêmes chercher une réponse appropriée, mais ils n'y demeurent pas et retournent à la surface. Ce fond intime est vie de l'âme : *toute âme a un centre, et l'être de ce centre est vie*. Ce centre de l'âme, Edith Stein l'a aussi nommé *centre de l'être, centre vital, centre de gravité, cœur, noyau de la personne*. L'âme qui ne vit pas de ce fond, subit constamment les impressions du monde et ne trouve pas le repos.

Edith Stein nous accompagne en grande pédagogue dans ce vécu intérieur, vers ce centre, source de l'expérience essentielle et de l'action efficace, lieu de la liberté la plus parfaite et du repos véritable.

L'accès à la structure personnelle comporte la mise en place de la position centrale, sur laquelle le sujet psychique peut librement se dresser et prendre stature de personne

Expérience, liberté, action et repos interagissent et s'interpénètrent fortement dans le mouvement de l'âme. Chacun se nourrit des autres et ne peut être compris que par les autres. Ce lien fécond sera souligné fortement car il est au cœur de la pensée d'Edith Stein. Tout mouvement tend vers le repos, mais la possibilité du repos est liée à la nature et à l'orientation du mouvement. Edith Stein nous aide à pénétrer cette expérience profonde qui va de l'action à la réflexion sur l'action dans la conscience d'une liberté qui s'accomplit.

L'expérience

Le moi présent et vivant peut faire l'expérience de son fond intime et de la possibilité de vivre de ce fond, de *vivre à partir de son âme*. Il peut faire cette expérience quand un événement le touche en profondeur. Son vécu est alors un chemin d'accès à son fond intime. Il peut dans cette expérience vécue saisir sa réalité intérieure et l'essence d'un mouvement qui s'origine dans son intériorité, *une unité d'expérience* surgit dans sa vie. L'expérience met en mouvement l'âme dans le vécu du moi et l'unité du Je personnel. *L'unité d'expérience vécue* est un événement pour le Je personnel, un événement qui ouvre à la totalité du sens. Elle est signification pour l'esprit, sensation intime pour l'âme dans l'orientation du devenir..

L'âme, le moi, le Je personnel

L'âme, le moi, le Je personnel, sont des réalités proches, mais qui ne se recouvrent pas complètement.

L'âme est le propre centre d'être, le milieu d'être, le monde intérieur, la source de vie, le point central où le Je personnel éclot vers l'intérieur, la médiation entre la spiritualité et la vie des sens. En elle la spiritualité et la vie sensible coïncident, se trouvent enchevêtrées. L'âme est un espace où se réunit ce qui vient des sens et de l'esprit. En sa profondeur se situe le mystère de la personne : *l'âme habite en elle même, est auprès d'elle même.*

Le moi concret, présent au monde est le support de l'expérience vécue, *dans ce qui accomplit les actions et subit les impressions, le moi est toujours actuel, vivant, présent et réel.* Il est l'âme en mouvement, la forme de l'âme en mouvement, il habite l'âme. A l'épreuve du monde il réagit : *effroi ou étonnement, admiration ou mépris, amour ou haine, crainte ou espoir, joie ou tristesse.* Le moi peut se mouvoir dans l'espace de l'âme, tantôt vers l'extérieur à la rencontre du monde, des autres, des choses et des événements, tantôt vers l'intérieur, vers la source : *le moi est comme le point de pénétration dans la profondeur obscure et vers la clarté de la vie consciente.* Il est le *point tournant* entre le dehors et le dedans.

Le Je personnel naît du moi conscient et libre, au centre de l'âme, *il éclôt vers l'intérieur.* Il éclôt en tant que liberté, réflexivité et intentionnalité. Il vit dans l'âme et de l'âme : *son être devient vivant, présent et conscient, sa vie surgit de la profondeur obscure de l'âme.* Maître de ces actes, il décide de l'orientation de sa vie. Il est porteur de sa vie au sens de *la tenir personnellement en main.* Il est une *forme de plénitude qui unit tout : moi englobant, pénétrant par l'intellect et dominant par sa volonté.*

Dans sa pédagogie de l'expérience Edith Stein fait la synthèse du moi intérieur de Saint Augustin et de l'expérience de la nature d'Aristote ; elle y ajoute toute la rigueur d'analyse de la phénoménologie acquise auprès de Husserl dont elle a été l'assistante : *aller aux choses elles mêmes,* libéré de tout préjugé et de représentation sclérosante, à fin d'en recueillir la signification profonde pour la conduite des projets et actions. Cette confrontation au réel dans chaque situation rencontrée et vécue préserve des illusions et projections du moi subjectif.

Pour mieux comprendre l'expérience vécue au plus intime de soi même Edith Stein nous décrit son processus et sa saisie, le comment et le quoi de l'expérience.

L'accueil de l'événement

L'événement est confrontation au réel et à l'origine de toute expérience. Le Je personnel est affecté par son action, par ce qui lui arrive. L'événement fait impression sur l'âme, il la pénètre plus ou moins en profondeur. Ce vécu de conscience peut être un sentiment de joie, d'échec, de frustration, d'espoir... Chaque événement vécu comme *unité d'expérience* sollicite un travail intérieur.

L'événement qui pénètre dans l'intériorité constitue toujours un appel au Je personnel, un appel à sa raison en tant que force de percevoir spirituellement ce qui lui arrive, un appel à sa réflexion, c'est à dire à la recherche du sens de ce qui se présente à lui, et un appel à sa liberté.

La réception de cet appel est liée à **la disponibilité**, *potentia obedientiae*, pouvoir de recevoir, ouverture de l'intelligence et du cœur, éveil de l'âme, engagement de tout l'être pour un accueil en profondeur de l'événement. C'est étymologiquement *le pouvoir d'obéir* à ce qui est donné dans la réalité de l'événement. C'est plus qu'une disponibilité psychique, c'est une disponibilité en tant que structure de la personne *dégagée du mécanisme psychique*. Cette ouverture dans la disponibilité est le fruit d'un dépouillement intérieur, d'un détachement de tout vouloir, savoir et avoir.

L'âme vit de ce qu'elle reçoit et ne peut vivre sans recevoir, elle se nourrit des contenus qu'elle assimile spirituellement par expérience.

Seule l'âme *qui demeure auprès d'elle même*, dans le vide et le silence, peut être attentive au contenu du vécu et s'éveiller à sa signification et à sa valeur. C'est le propre d'une âme qui n'est pas préoccupée d'elle même, distraite ou soucieuse, qui n'est pas close sur elle même. L'âme disponible et ouverte est une âme libérée.

L'accueil est vécu dans **l'unité** de la sensibilité qui éprouve et de l'esprit qui connaît.
L'âme assume le monde, l'esprit est en contact avec le monde.

Toute expérience commence par les sens et implique l'élaboration d'une pensée. C'est une pensée éprouvée. L'unité se réalise dans l'intériorité la plus profonde, là où le Je personnel entre véritablement en dialogue avec le monde. Dans cette unité le Je personnel *pense avec son cœur*.

L'esprit ne sort pas seulement de lui même par la connaissance et la volonté , mais aussi par le sentiment : sentiment de soi-même, sentiment de la valeur et prise de position sensible.

Dans cette unité du sentir et du connaître le Je personnel accède à l'unité des expériences vécues, à la compréhension du sens profond des événements qui s'enchaînent. Tout se joue dans l'unité de ce *flux de conscience* qui traverse toutes les expériences, une unité qui devient vivante dans le temps.

Ce travail intérieur de discernement, dans la disponibilité et l'unité, implique le repos en soi même, implique que *l'âme soit auprès d'elle même*, dans son intériorité la plus profonde, là où elle peut entrer en possession de son essence.

La saisie intérieure

C'est l'expérience intérieure de saisir et d'être saisi.

Ce que je saisis, en ce que je le saisis, me pénètre ; cela me saisit au centre de ma personne et je m'y tiens.

La saisie est liée à la *fides* : confiance dans une force de vie, fidélité à ce qui est donné et croyance en une possibilité.

Le Je personnel *écloie vers l'intérieur*. Animé par une force intérieure, guidé par le sentiment de valeur, le Je se saisit comme être en devenir : *un passage continu de l'être possible à l'être réel et du réel au possible*. C'est l'expérience intime de la force, des valeurs et du sens.

La force

La *force est concentrée* dans le noyau personnel. *L'âme est enracinée* en ce noyau. Le Je personnel animé par cette force vit de son âme. Son âme est sa vie. La force est vie intérieure.

Elle est formative, donnée au Je personnel pour s'accomplir, *devenir ce qu'il doit être, posséder la vérité de son essence.*

Source originaire, vitale et spirituelle, elle ne peut être enfermée dans une définition. Elle se révèle dans la bonté, la pureté et la noblesse, *qualités dormantes* qui remplissent constamment le fond de l'âme.

Sa nature est indifférente aux influences externes. Elle ne peut être développée ni maîtrisée contrairement aux facultés psychiques et intellectuelles. Si la force intérieure est transformée, c'est sous l'effet de circonstances favorables et d'une puissance extérieure au Je personnel, d'une puissance venant *d'au delà.*

La force intérieure imprime sa marque au Je personnel, à son développement psychique et intellectuel. Elle donne à son activité une authenticité et tonalité propre. Sa vie est *remplie d'âme.*

Le Je personnel qui a fait l'expérience de cette force intérieure sait qu'il peut s'y reposer en confiance. Elle peut croître dans les moments décisifs, disparaître temporairement, mais ressurgir.

Les valeurs

Les valeurs jaillissent des profondeurs à la différence de l'activité intellectuelle.

Dans son être auprès de soi, l'âme s'ouvre au monde des valeurs.

Les valeurs sont intimement liées au sentiment qui est lien vivant à soi-même, aux êtres et aux choses. La valeur se vit dans la relation, son essence est relation. Le Je personnel vivant la relation vit dans un monde de valeurs. Il est sensible à des valeurs qui le font vivre et le guide dans ses prises de position. Elles personnalisent et caractérisent son action.

Conduit par les valeurs, il va créer des valeurs qui lui sont propres.

En s'ouvrant au monde des valeurs le Je personnel est activé en profondeur, son être intime s'éveille. Les valeurs sont le fondement de ses convictions et croyances, la vie de sa conscience. Elles donnent au Je personnel *un poids et une assise fixes.* Elles sont comme des lumières qui éclairent la vie à fin d'en saisir le sens.

Le sens

Le Je personnel se saisit comme *être en devenir.* L'essence de son âme est le devenir.

Le Je personnel est appelé à faire croître la vie de son être. C'est le sens de son être.

Le sens est la figure finale vers laquelle l'âme est orientée par sa détermination essentielle ; la force ou puissance existentielle lui est donnée pour devenir ce qu'elle doit être.

La saisie du sens est la saisie du contraste entre l'être en puissance et l'être actuel, c'est à dire entre l'être pas-encore-vivant et l'être vivant-et-présent.

Etre fini, le Je personnel *est réel et possible à tout instant.* Une partie du Je est réalisé, c'est son acte, une autre partie est susceptible d'un développement ultérieur, c'est sa puissance :

le réel est le fondement du possible.. Il saisit le sens de tout mouvement ou changement qui est passage continu du réel au possible et du possible au réel dans la dynamique de l'action. Le réel c'est l'action efficace, le comportement vivant actuel. Le possible est un *pouvoir-être*, un désir d'être, une puissance qui gît sous la surface. Ce mouvement de vie est enraciné dans la profondeur de l'âme. L'essence de l'âme avec ses qualités, ses capacités et ses facultés *éclorent dans l'expérience vécue*.

Ce *pouvoir-être* tend vers un accomplissement, une perfection d'être. Pour Edith Stein, ce pouvoir être est le désir du Je personnel de tendre vers le bien et le bien est toujours un bien en relation, *vivant-et-présent*. Le Je personnel se réalise comme bien, c'est à dire comme valeur, que s'il contribue à la réalisation du bien des êtres et des choses avec lesquelles il est en relation, que si son action les aide s'orienter vers leur accomplissement, et réciproquement pour les êtres et les choses qui sont des biens pour l'accomplissement du Je personnel. Le bien s'enracine dans l'être, il est en devenir. La valeur qui donne sens est donc un processus vivant continuellement en devenir.

L'être est en devenir et il le restera toujours, il ne deviendra jamais un être au repos

note Edith Stein, mais elle affirme également que l'âme trouve en son fond intime *le lieu de son repos*. Ces propos confirment qu'une partie de l'âme est soumise à évolution et qu'une autre partie n'y est pas soumise : le noyau personnel, le fond intime où s'enracine la force intérieure. C'est en ce lieu que le Je personnel entre en possession de son essence, fait l'expérience du mouvement intime de son être qui est liberté, action et repos.

La liberté

Vivre en son fond intime, le lieu de la parfaite liberté

La liberté, la réflexivité et l'intentionnalité caractérisent la personne. La liberté est le fondement du mouvement réflexif de l'expérience et le fondement de toute action véritable. Elle est vie de l'esprit, vie spirituelle de l'âme. *La parfaite liberté* nous indique le chemin du repos. Edith Stein décrit trois états possibles de l'âme qui correspondent à des états de la liberté.

Ballottée d'impressions en réactions

Dans son état correspondant à la vie psychique naturelle, l'âme est mise en mouvement par ce qu'elle reçoit du monde. Elle est soumise à un jeu perpétuel d'impressions et de réactions. Quand l'âme est mise en mouvement uniquement de l'extérieur par les

impressions du monde, son activité est sans repos. Elle est entraînée dans un engrenage de réactions : « *effroi ou étonnement, admiration ou mépris, amour ou haine, crainte ou espoir, joie ou tristesse... mais aussi volonté et action* » car l'âme veut transformer le monde. Agitée par ce jeu incessant et continuellement changeant, l'activité de l'âme est marquée par la passivité et l'agitation. C'est l'activité d'une âme entièrement déterminée par son milieu social, par les opinions et les modes du monde, *sa vie s'épuise en des réactions à des sollicitations externes*. L'âme s'éloigne de son fond intime qui est liberté. Elle est asservie au monde et ne pourra se libérer de cette vie psychique naturelle, qu'Edith Stein nomme *le royaume de la nature*, qu'en demeurant auprès d'elle même, qu'en étant conduite de l'intérieur.

Exposée et inabritée

Dans ce second état, l'âme s'éveille à la liberté. Elle prend conscience des conditions de sa propre vie et des lois auxquelles elle est soumise. Elle a la possibilité de *se soustraire aux impressions et réactions et de se refuser à certaines réactions*. Elle n'est pas soumise passivement et sans défense aux impressions du monde, *aucun être libre et spirituel n'est entièrement enclos dans le royaume de la nature*. Le Je personnel qui accède à cette liberté, aveuglé par sa soif de connaître et de raisonner, emporté par son désir de cultiver sa propre identité ou originalité, est conduit à rechercher cette liberté pour elle même, comme un nouveau royaume. L'âme de ce Je personnel se trouve enfermée dans la *vie autarcique* de la liberté. *Le danger de tomber dans l'irrationnel ne cesse de guetter le Je personnel qui s'accroche à sa liberté et qui veut être son propre maître*. L'âme, ouverte à tous les possibles, pouvant se mouvoir dans toutes les directions, est menacée par le vide. Elle est *exposée et unabritée*. La liberté est un point fragile, ce n'est pas un royaume. Le Je personnel, aveuglé par sa liberté, ne trouve pas d'appui pour son action, il est fixé sur lui même, menacé d'immobilité ou de servitude.

Libérée et pacifiée

La vie de l'âme qui n'est pas mue de l'extérieur mais qui est conduite d'en haut. Le d'en haut est en même temps un de l'intérieur.

Pour être élevée *au royaume du Haut*, l'âme doit être pleinement auprès d'elle même, *implantée en soi*. En son fond intime, là où elle est disponibilité, l'âme peut recevoir de ce royaume la vie, un espace pour se déployer. Ceci n'est possible que si elle se lie à un esprit qui la cherche pour elle même, pour la libérer. *La liberté est liaison*. Les valeurs sont porteuses de cette vie si l'âme les accueille et se laisse guider par elles, une rencontre qui se produit dans le fond intime de l'âme. Mais pour Edith Stein l'âme n'est vraiment libérée

que si elle est saisie par la Grâce, le royaume de la Lumière. L'âme est appelée à une expérience de don, de gratitude. La Grâce est donnée et reçue par l'âme en son fond intime. *Lorsque la grâce influe dans l'âme, celle-ci est remplie de ce qui lui convient parfaitement, et à elle seule. Cette plénitude la comble.*

A fin d'accéder à cette parfaite liberté, le Je personnel doit partiellement renoncer à sa liberté, ou plutôt lier sa liberté à un royaume, le royaume des valeurs, de la grâce, pour donner vie à sa liberté. Son âme est libérée. Ce qui lui arrive du monde ne peut la pénétrer sans retenue. Elle peut le recevoir car la réponse, en son fond intime, vient du royaume du Haut. L'âme peut demeurer auprès d'elle-même, elle est pacifiée. Son fond intime est le lieu de son repos. Libéré de la servitude à la nature, le Je personnel guidé d'en Haut, peut déployer son énergie et sa créativité dans l'action.

L'action

L'homme est appelé à vivre en son fond intime et de là, où la liberté a son lieu et l'activité sa source, à prendre en main la conduite de sa vie.

L'action véritable et efficace ne se limite pas au comportement envers le monde extérieur. Elle est dans son essence acte de liberté, acte spirituel, intérieur ou extérieur qui crée du sens, qui actualise et fait croître la vie. L'homme est en devenir de sens. Edith Stein parle d'action passive et d'action active.

Ce que nous appelons des actions libres : une décision, l'amorce d'une action volontaire, l'acceptation voulue d'une pensée spontanée, la rupture consciente d'une suite de pensées, une demande, une prière, un accord, une promesse, un ordre, une soumission, constituent des actions du moi, multiples dans leur sens et dans leur structure intérieure mais possédant toutes une uniformité ; en effet, par elles le moi donne un contenu et une direction à son être et il engendre, dans un certain sens, sa propre vie en s'engageant lui-même dans une direction définie et en se livrant à un certain contenu d'expérience.

L'action véritable et efficace a sa source dans le fond intime, au centre de l'être, elle donne un contenu et une direction à l'être à partir de l'expérience vécue. Elle est l'être en acte, l'être en mouvement. Cet acte de vie, dans son authenticité, engendre un mouvement orienté vers un accomplissement, une plénitude qui donnera au Je personnel la joie de goûter des réels moments de repos.

L'action véritable et efficace est un acte de relation à soi-même, aux autres et au monde. Dans son authenticité, elle est tout à la fois expression de soi, réception du donné, réponse à l'appel et réalisation du possible.

Expression de soi

Ce que fait un homme est la réalisation de ce qu'il peut ; et ce qu'il peut est l'expression de ce qu'il est ; du fait que ses facultés s'actualisent dans son action, son essence aboutit au déploiement le plus étendue de l'être.

Dans l'action véritable, le Je personnel exprime son fond intime, le fond de son être. Il exprime sa liberté, une liberté libérée car liée à une vie spirituelle : les valeurs, la grâce, une liberté créatrice de sa relation aux autres, au monde et à soi. L'action véritable est *un acte libre*. Le Je personnel exprime un désir, un élan, une passion, une intentionnalité, sources de vitalité, *tendance vers l'être, passage vers l'être*, expressions d'une vocation propre, d'un chemin singulier. Il exprime des talents qui donnent une identité, une marque, un caractère à ce qu'il réalise. Il exprime une volonté, *prise de position volontaire*, moment indispensable qui va de la visée d'un but à sa réalisation, une volonté qui se fera engagement, effort et courage. Dans l'action véritable le Je personnel exprime la totalité de son être avec ses forces et ses faiblesses, la réalité de son être en devenir. Cette expression est un acte de relation, l'acte d'un être affecté qui reçoit ce qui lui est donné à vivre et répond à l'appel de la vie. Le Je personnel s'éveille et se découvre dans cet acte de relation. L'expression authentique de soi est le mouvement par lequel l'âme entre en possession de son essence.

Réception du donné

Le *fiat* à ce qui est donné à vivre est le véritable détonateur de l'action. C'est un fiat créateur, un oui au tout de la vie, à la vie sous toutes ses formes : épreuves et réussites et à ses vécus intérieurs : souffrance et joie. C'est l'acceptation de sa nature, de la réalité des choses et des événements. Ce qui est reçu est matière pour l'action. Cette réception implique un *assentiment* en profondeur à ce qui est donné à vivre.

Les choses et les phénomènes du monde extérieur constituent le donné qu'il convient d'accepter. L'âme ne peut pas vivre sans recevoir

Ce oui inconditionnel au donné est source de vie. Le Je personnel ne possède rien qu'il n'aie reçu. Il n'accède à la vie qu'en étant affecté, touché par la vie.

La claire lumière du soleil et le bleu du ciel, un paysage serein, un rire joyeux d'enfant, une parole encourageante peuvent éveiller une nouvelle vie dans l'âme. Ce qui tombe sous les sens est l'expression du spirituel qui exige d'être reçu dans l'âme pour y acquérir la vie. Mais en étant reçu dans l'âme il développe une force dispensatrice de vie.

Le Je personnel reçoit de la vie la force pour devenir ce qu'il doit être.

Réponse à l'appel

L'événement reçu et vécu dans l'intériorité *constitue toujours un appel à la personne ; un appel à sa raison en tant que force de percevoir spirituellement, c'est à dire de comprendre ce qui lui arrive. Il s'agit ainsi d'un appel à la réflexion, c'est à dire à la recherche du sens de ce qui se présente à elle. Un appel à sa liberté.*

Cet appel de l'événement, qui est toujours l'événement d'une rencontre, a déjà été souligné dans l'expérience, mais dans l'action il s'agit d'un appel et d'une réponse, une réponse qui est une prise de position libre, un acte de liberté. Dans cette *mise en mouvement* le Je personnel trouve sa motivation. Vivant dans son fond intime il est proche du sens de tout ce qui lui arrive et dispose de la force intérieure pour agir en répondant aux exigences qui se

présentent à lui dans une situation donnée. Son mouvement, plein de sens et de force, est spirituel.

Réalisation du possible

Ce que fait un homme est la réalisation de ce qu'il peut ; et ce qu'il peut est l'expression de ce qu'il est.

La réalisation est progressive, le Je personnel porte en lui des possibilités encore irréalisées : quelque chose qui n'est pas encore ce qu'il doit être, mais qui est déjà déterminé dans son devoir être. La réalisation se nourrit de l'intuition de possibilités, de la vision d'un but à atteindre et d'étapes pour y parvenir. La réalisation permet de passer de la « possibilité » ou « pré réalité » à la pleine réalité présente (de la puissance à l'acte) . Elle s'accompagne d'un sentiment d'accomplissement quand une étape est franchie, quand la réalisation est expression de soi, réception du donné et réponse à l'appel, mais le repos n'est jamais de longue durée car le Je personnel n'atteint toujours qu'un but partiel qui le conduit au-delà de lui même et lui propose de nouvelles tâches. Dans cette expérience du repos le Je personnel parvient au sentiment d'un esprit immobile, qui peut ne pas se fatiguer en chemin car pénétré de la vision d'une plénitude. Il conduit à une vision et une réalisation exemptes d'illusions et d'erreurs, dans l'unité d'une vie entièrement réalisée sans aucun amoindrissement et sans faiblesse.

Le Je personnel ne peut faire cette expérience que si la vision d'une telle plénitude lui a été donnée. Cette expérience est révélatrice de la possibilité et de l'essence du repos.

Le repos

Lorsque l'âme est au plus profond et au plus intime de ce royaume intérieur, elle le régit alors tout entier et elle a la liberté de se rendre en quelque lieu qui lui plaise, sans quitter son lieu, le lieu de son repos.

L'expérience du repos fait pénétrer dans le fond de l'âme même si *l'homme n'arrive jamais à pénétrer totalement dans son fond intime*. Les événements vécus, l'approche de la liberté, l'action véritable ont permis au Je personnel d'approcher cet *espace intérieur* où la vie s'écoule. Parvenu en son fond intime dans un mouvement qui accomplit sa possibilité le Je personnel fait alors l'expérience du repos. En son fond intime *lieu de son repos*, il goûte à la

joie de l'unité et de l'union, il vit un temps de plénitude. La joie est pour Edith Stein le signe d'une plénitude éprouvée.

Le lieu

L'âme est auprès d'elle même, habite auprès d'elle même, se possède elle même. Dans cette espace qui est sa demeure le Je personnel n'est pas soumis aux influences extérieures, il est en paix et en silence, sans soucis. C'est à partir de là qu'il peut réellement prendre des décisions libres , prendre en main la conduite de sa vie, communiquer avec le monde et découvrir la vraie place qui lui est assignée. L'activité de son âme diminue au fur et à mesure qu'il se rapproche de son fond intime, car en ce fond il reçoit la lumière et la force qui lui permettent de développer ses facultés pour agir. En son fond intime le Je personnel s'éveille à l'élan du don.

L'unité

Quand le Je personnel saisit d'une manière vivante le sens et la valeur des choses et des événements, qu'il y répond en agissant avec son cœur, son intelligence et sa volonté, il fait en son fond intime l'expérience de l'unité du connaître, du sentir et de l'agir.

Parfois , pendant de courts instants, notre vie spirituelle tout entière s'éveille à la vie plénière et cette vie semble rassemblée en unité parfaite : connaissance, amour et action ne forment qu'une seule et même chose indivisible.

Cette unité est vécue comme repos de l'âme. Le Je personnel n'est pas dispersé, agité, il est parvenu à l'unité intérieure.

En son fond intime le Je personnel fait aussi l'expérience de l'unité de la force et du sens dans l'acte par lequel il s'accomplit. L'acte est la manifestation de la force dans le déploiement du sens.

L'acte est la manifestation d'une force qui auparavant était un simple pouvoir et qui devient réelle dans l'acte.

Le Je personnel se repose dans l'unité de l'acte, de la force et du sens. Dans cette triple forme dynamique, le Je personnel expérimente l'unité trinitaire corps, âme, esprit. Il est l'image de l'unité divine.

L'âme puise son être en elle même, sa force, elle prend la forme d'une figure essentielle créée, son acte, et d'elle même elle passe à la vie spirituelle, le sens de son libre épanouissement.

L'union

Vivre en son fond intime est la vie du Je personnel, elle doit s'y écouler avant même toute union, et même si aucune union ne parvenait à se réaliser. Le fond intime, l'intériorité la plus profonde est le lieu d'une possible rencontre et union à Dieu car Dieu y a sa demeure. La grâce d'une telle relation peut être donnée au Je personnel, *dans son intériorité la plus profonde son âme s'ouvre au courant de la vie divine*. Le Je personnel peut alors accomplir son plus grand acte de liberté, *faire don de soi, laisser Dieu opérer, se laisser conduire et diriger par son Esprit* et goûter ainsi au vrai repos. Edith Stein nous décrit dans un texte d'une grande intensité le chemin de sa conversion, le mouvement authentique qui conduit au repos :

Je fais des plans pour l'avenir et j'organise en conséquence ma vie présente. Mais je suis au fond convaincue qu'il va se produire quelque événement qui va jeter par dessus bord tous mes projets. C'est la foi authentique et vivante à qui je refuse de donner mon consentement, c'est elle que j'empêche de devenir active en moi.

Il existe un état de repos en Dieu, de totale suspension de toute activité de l'esprit, dans lequel on ne peut plus ni dresser des plans, ni prendre de décisions, ni même rien faire, mais où, ayant remis tout l'avenir au vouloir divin, on s'abandonne entièrement à son destin. Cet état, je l'ai éprouvé quelque peu, à la suite d'une expérience qui dépassant mes propres forces, consuma totalement mes énergies spirituelles, et me déroba toute possibilité d'action. Comparé à l'arrêt de l'activité faute d'élan vital, le repos en Dieu est quelque chose de tout à fait nouveau et d'irréductible. Auparavant c'était le silence de la mort. A sa place succède un sentiment d'intime sécurité, de délivrance de tout ce qui est souci, obligation et responsabilité par rapport à l'agir. Et, tandis que je m'abandonne à ce sentiment, voici qu'une vie nouvelle commence peu à peu à me combler et, sans aucune tension de ma volonté, à me pousser à de nouvelles réalisations. Cet afflux vital semble s'épancher d'une Activité et d'une Force, qui n'est pas la mienne, et qui, sans faire aucune violence à la mienne devienne active en moi. Le seul présupposé nécessaire pour une telle renaissance spirituelle semble être cette capacité passive d'accueil qui est au fond de la structure de la personne.

Une capacité passive d'accueil qui est le fondement de tout repos.

Jacques Descamps

LE REPOS VRAI

Jacques Ferdane

Introduction

Si on conçoit bien en physique la notion de corps en **repos**, tel n'est pas le cas pour les êtres vivants, pour tout ce qui « vit et prospère », tout ce qui bouge.

Déjà Pascal dans les pensées explique que « notre nature est dans le mouvement, le **repos** entier est la mort ». Plus proche de nous, Mc Gregor (The Professional Manager) insiste sur le fait « qu'on ne motive pas l'homme car il est motivé par nature ; l'homme constitue un système organique et non pas mécanique...lorsqu'il n'est pas motivé, c'est qu'il est mort ».

A l'exposition internationale de Bruxelles (1958) au pavillon français, faisant pendant à la photo d'un moine en prière, on pouvait lire le petit texte suivant de Pascal : « tout le malheur des hommes vient d'une seule chose qui est de ne savoir pas demeurer en **repos** dans une chambre »¹

L'être humain est donc agité, en mouvement constant par nature, il est comme une voiture en marche dont on ne couperait jamais le contact.

Il l'est par nature, il l'est aussi par nécessité pris qu'il est par l'impératif de ses multiples besoins. L'activité, souvent l'hyper -activité prise au sens large est la norme.

Racine dans les Plaideurs présente un tel personnage hyper-actif , le juge Dandin que son fils Léandre tente en vain de convaincre de prendre du **repos** :

Léandre : ...donnez-vous du **repos** ; vous n'avez plus tantôt que la peau sur les os.

Dandin : Du **repos**, Ah sur toi tu veux régler ton père ;

Crois tu qu'un juge n'ait qu'à faire bonne chère,

Qu'à battre le pavé comme un tas de galants,

Courir le bal la nuit et le jour les brelans ?

En effet que reste - t'il de temps disponible pour le **repos** choisi librement ou organisé lorsqu'on retranche les activités professionnelles et para-professionnelles, ou scolaires pour les plus jeunes, les activités institutionnelles (politiques, syndicales, éducatives confessionnelles..) les obligations familiales, les loisirs, les nécessités biologiques (sommeil, repas..) ? Presque rien !

Le **repos** choisi librement ou organisé est donc par nature et par nécessité entracte, intermède, interlude, intervalle, pause.

Nicolas Schoffer (1912-1992) sculpteur et artiste prolifique en donne la définition suivante : « le **repos** spontané, organisé ou naturel (sommeil) est, entre des efforts physiques, intellectuels ou participant des deux, l'intervalle procédant d'un vide ou d'une activité différente indispensable au maintien de l'organisme dont la fréquence, avec des périodes de travail et même de loisirs, rythme la vie des individus, l'aboutissement de celle-ci étant le « **repos** éternel ». Le corps mort résidant alors au «champ du **repos** ».

¹ La règle de St Benoît, traduction, introduction et notes par Dom Antoine Dumas, O.S.B. de l'abbaye de Hautecombe (club du livre chrétien)

En outre quelle est la qualité humaine de cette petite tranche de temps si remontent à la surface les remords et les regrets du passé, les peurs et les envies du lendemain ? Se pose alors la question du contenu et de la finalité, du sens que l'on donne à ce temps, précieux parce que rare, appelé **repos**.

1 Le **repos** donné à l'homme procède de la loi divine.
Le travail et le **repos** procèdent tous les deux de la loi divine : « tu gagneras ton pain à la sueur de ton front » Gen.3 et « l'oisiveté ennemie de l'âme » est donc à rejeter.(règle de Saint Benoît Ch. 45).

Dans « le temps perdu », Yolande Boinnard analyse la part du repos dans la bible hébraïque : « la pratique juive a mis en place un cadre précis qui différencie le Shabbat ² du reste de la semaine. Le septième jour s'organise autour du repas, de la prière commune, de la convivialité, du **repos** et du renoncement aux tâches laborieuses³ »
Le Shabbat est un don gratuit, offert aux humains en même temps que l'existence, Quatrième Parole, Ex. 20.
« Six jours tu feras ce que tu as à faire pour que se **reposent** ton bœuf et ton âne et que reprennent vie le fils de ta servante et l'immigré »⁴.

Dans les évangiles « c'est le temps de la sollicitude, de l'attente centrée sur les autres, (Mt) c'est la tête du royaume (Luc) »⁵
Cependant «le Shabbat est fait pour les hommes et non pas les hommes pour le Shabbat »

« Venez à moi, vous les épuisés peinant sous le fardeau et je vous donnerai le **repos**. Prenez mon joug et soyez mes disciples car je suis doux et humble de cœur et vous trouverez le **repos** pour vos âmes ». Mt 11, 25-30. auquel répond Saint Augustin (Confessions) : « et notre cœur est sans **repos** tant qu'il ne **repose** pas en toi... tu es toujours dans le **repos** parce que ton **repos** c'est toi-même »

La communauté des Diaconesses de Reuilly : « la contemplation est un sabbat du cœur, un **repos** profond, une non-préoccupation, un accès vers la liberté intérieure. Prends le temps de vivre amicalement avec toi-même, respire, reprends haleine. Apprends le **repos** du corps et de l'esprit, la calme lenteur de toute germination »(règle).

Les évangiles sont remplis de conseils qui conduisent au **repos** : le pardon des offenses (« le pardon, quel **repos** » V. Hugo), l'esprit de pauvreté (« la prospérité est un état qui ne connaît pas le **repos** » Sénèque)

Et les psaumes aussi, par exemple : 62,2. : « mon âme se repose sur Dieu seul

De lui vient mon salut

Oui, sur Dieu seul mon âme se repose
Se repose en paix »

La mort elle-même n'est pas une fin mais selon la vision chrétienne, « un **repos** en Dieu pour lequel l'homme est fait ». Le psaume 45 (cité par Pétrarque, dans le « De otio religioso », du loisir religieux⁶) lie le **repos** présent et le repos éternel : « vachez et voyez

² Le temps perdu, Yolande Boinnard, Conférences des églises réformées de Suisse Romande.

³ Etymologiquement : trêve

⁴ Idem

⁵ idem

⁶ revue-conférence.com/html3/petrarque.html

que je suis Dieu » , vaquez, c'est le repos présent, voyez c'est le repos éternel (vacate et videte quoniam ego sum deus).

2 Le **repos** de la nature crée procède lui aussi de la Loi divine. La promesse du **repos** concerne toute la création : ainsi pour la terre « six ans tu ensemenceras la terre et tu récolteras son produit ; la septième année tu la laisseras et tu l'abandonneras pour que les pauvres de ton peuple mangent »

EX 23. Ainsi une année sur sept, la terre est mise en jachère, est mise en **repos**.

Il en est de même chaque année pour l'ensemble du monde végétal.

« Ainsi l'automne est la période de **repos** végétatif des plantes Dès le début septembre le mécanisme naturel de la dormance se met en route. C'est le cycle normal de la vie de la plante...une fois dormante elle est pratiquement insensible aux agressions extérieures... »
La Terre.fr / Art de vivre.

De même chaque année pour de nombreux animaux qui entrent en hibernation, en **repos** (marmotte, tortue...). De même pour l'être humain, être naturel qui a besoin d'un repos biologique (sommeil, sieste, repas...) dont la durée d'ailleurs est très variable d'un individu à l'autre. Écoutons cependant le conseil de Platon : « l'âme trouve son repos en dormant peu, le cœur dans le peu d'inquiétude et la langue dans le silence. »

3 L'institution du repos dans le corps social

Le repos dans le corps social dérive explicitement ou implicitement de la loi divine.

Au moyen-âge, l'église avait institué un nombre impressionnant de jours chômés (environ 150 / an) au grand dam des artisans et paysans.

Aujourd'hui encore une soixantaine de jours chômés (dimanches et fêtes) sont d'origine et à vocation religieuse.

De même l'emploi du temps au sein des institutions éducatives, souvent héritières directes d'institutions religieuses, incorpore de nombreuses périodes de **repos** : interclasse, récréation, jeudi après-midi, vacances qui s'ajoutent aux jours vachés vus plus haut....Au lycée Montesquieu du Mans, héritier des Oratoriens, des textes courts et simples en latin étaient lus par le bibliothécaire de l'établissement à la fin de l'étude de la mi-journée à titre de délassement, de **repos**.

De même en France, l'institution politique, au-delà de quelques jours chômés (14 juillet, 1^{er} et 8 mai, 11 novembre..) impose t'elle le **repos** civique lors des jours d'élections locales, nationales et européennes.

« Notre époque moderne (depuis le XVIII ème siècle) peut à juste titre être considérée comme portant à leur apogée les « **sociétés fondées sur le travail** ». Jurgen Habermas, 1985 » (Dominique Meda, Encyclopédie Thématique p. 4072.)

Le droit au **repos** dans de telles sociétés est clairement établi dans la Déclaration Universelle des Droits de l'Homme et du Citoyen (art. 24) : « toute personne a droit au **repos** et aux loisirs et notamment à une limitation raisonnable de la durée de travail et à des congés payés périodiques ».

Déjà en 1921, l'OIT (Office international du travail) publiait « une convention sur le **repos** hebdomadaire » datée du 25 octobre, (section industrie) :

Art 2. 1 tout le personnel occupé dans tout établissement, public ou privé ou dans ses dépendances...jouit, au cours de chaque période de 7 jours, d'un **repos** comprenant au minimum 24 heures consécutives.

...règle du **repos** hebdomadaire des salariés :

Conformément au droit du travail, le **repos** hebdomadaire des salariés doit être donné le dimanche mais des dérogations sont toutefois accordées de manière permanente ou temporaire.

Art. 2. 3

Il coïncidera autant que possible, avec les jours consacrés par la tradition ou les usages du pays ou de la région.

De même le droit au **repos** et à une limitation raisonnable de la durée du travail est explicitement mentionné dans la constitution chinoise « tout travailleur a droit au Xiu-Xu » art. 9).

La pratique bénédictine du travail, quant à elle, est décrite au ch. 48 : « un travail silencieux qui détend le corps **repose** l'esprit et favorise la prière car il doit être fait avec **mesure** ». Si un tel idéal se conçoit bien pour des activités domestiques, agricoles ou artisanales, très peu pour des activités industrielles, par contre il retrouve toute sa pertinence dans une société dite post-industrielle dominée par des activités tertiaires.

En attendant remarquons que les entreprises, au delà du cadre légal décrit plus haut, organisent le repos ou du moins de nombreuses « pauses » en leur sein :

Les « pause café » quotidiennes, les réunions de service hebdomadaires, les réunions de début de mois, les fêtes de fin de trimestre, les retraites annuelles, les pique-niques, les fêtes de Noël sont des moments de partage, d'échange, d'écoute, parfois de fêtes ; s'y ajoutent les années sabbatiques, les congés formation...

Cependant ces repos octroyés par les institutions et les entreprises (publiques, privées, associatives, mutualistes...) ne sont pas des temps de croissance spirituelle ; si ce temps libre est **important** pour l'équilibre physique, mental, intellectuel des salariés il n'est pas **essentiel**, parce que l'activité n'est pas l'essence de l'être humain.

Le **repos** vrai est en dehors de toute activité (professionnelle, institutionnelle, loisirs) il est le temps du vide, de l'attente, de la veille, le temps de la gratuité, du don, de l'être, c'est le temps du « profit spirituel. »

Ceci s'explique, peut être, par la véritable idolâtrie dont fait l'objet depuis quelques décennies le travail :

En effet nous sommes progressivement passés d'une acception pragmatique, utilitaire, où le travail était un facteur de production, contribuant, pour sa part, à la création de richesses (XVIII siècle, Adam Smith) à une acception idéaliste (XIX siècle) où le travail, soit disant essence de l'être humain, participait à la civilisation, à la transformation de la cité, puis (XX siècle) à une acception instrumentalisée faisant du travail le support des systèmes de distribution des revenus, des droits et des protections sociales (voir l'article sur le Travail de Dominique Meda, dans l'Encyclopédie Thématique, p. 4070-4078).

De telles acceptions donnent une dimension tragique à l'absence de travail et Pierre Bourdieu, commentant une étude sociologique sur les chômeurs de Marienthal, 1931, dans le Monde diplomatique de juin 2003, peut alors dénoncer « ce terrible repos qui est celui de la mort sociale ».

4 Le repos ludique : les loisirs

Il existe enfin un troisième type d'activité au delà du travail et des activités institutionnelles (confessionnelles, politiques, syndicales, familiales, éducatives) : les loisirs, forme de repos ludique.

Ils constituent avec le **repos** biologique et le **repos** vrai le temps libre. Si le travail et les activités institutionnelles investissent tout le temps disponible, il n'y a plus de temps libre. Si les loisirs et le repos biologique occupent tout le temps libre, il n'y a plus de **repos** vrai.

Ces activités de loisirs, souvent prises en famille, recouvrent des activités naturelles (promenade, jardinage, mer, montagne, campagne...) culturelles (musique, chant, théâtre, cinéma, Tv, lectures) personnelles (sport, jeux vidéo, voyages)...

Ces activités sont porteuses de liberté, de plaisir parfois hédoniste, de développement personnel et de joies familiales.

Si, comme on l'a vu au début, le repos n'est pas naturel chez l'être humain toujours en mouvement, si, d'autre part le temps de **repos** vrai est mis en compétition avec toutes les activités vues ci-dessus, on comprend que ce temps, **essentiel**, doit être protégé, mis à part avec détermination.

Conclusion

Les **repos**, porteurs de détente physique, mentale, intellectuelle, les **repos** biologiques, les pauses organisées qui rythment l'activité, les temps de loisir, de vacances, ce sont des **repos** qui répondent aux besoins de « **l'animal social** » qu'est l'homme et sont à ce titre **importants**.

Le **repos** vrai, porteur de profit spirituel, celui qui doit être préservé, mis à part comme temps autonome et distinct, est le temps gratuit donné aux autres, le temps « passé à la recherche sincère de la vérité », Pascal, Pensées.

C'est ce **repos** qui répond aux besoins de « **l'être spirituel** » qu'est aussi l'homme, c'est ce repos qui est **essentiel**.

Le repos de Dieu

Colette RAFFOUX

Dans le récit de la Génèse, Dieu après avoir travaillé pendant six jours consacre le septième au repos.: il se reposa des bonnes choses qu'il avait faites (Gen 2 :2 ; 3-8) et il fit reposer Adam et Eve et toute la création avec lui dans le jardin (Gen 2:8-9). Ils se reposaient dans la joie d'une communion libre et sans restriction avec Dieu créateur. La rupture par le péché amène l'obligation du travail à la sueur de leur front (Gen3 :17-19)

Dans l'Épître aux Hébreux (3, 3-19), Dieu demande : quelle maison allez-vous me bâtir et quel sera le lieu de mon repos ; entrez par la foi dans le repos de Dieu.

Dans le désert, le peuple d'Israël reçoit les dix commandements : « Tu travailleras six jours et tu accompliras tout ton ouvrage; mais le septième jour est le jour du Seigneur : tu te reposeras toi et toute ta maison ».

A partir de ces textes, le repos promis par Dieu, c'est la terre promise à ceux qu'il a délivrés de l'accablement égyptien, l'endroit où Dieu mène son peuple. Le lieu du repos de Dieu, la maison à lui bâtir, c'est le lieu où nous pouvons accueillir le don de la foi, c'est le lieu de notre confiance en Christ que nous partageons avec nos frères.

Dieu nous demande de lui laisser une place réelle, un lieu de communion libre avec lui et les autres hommes, afin de pouvoir le louer, l'accueillir, Lui et la création entière.

Dans les évangiles,

Marc 2 :27 rappelle que le sabbat a été fait pour l'homme et non pas l'homme pour le sabbat. Le sabbat est un serviteur et non un maître, ce n'est pas une institution, ce n'est pas une solitude mais une plénitude de la communion et de l'amour, vécu avec le Créateur et avec le prochain.

Dans Mathieu 11 :28-30, le Seigneur Jésus dit : venez à moi vous tous qui êtes fatigués de porter un lourd fardeau et je vous donnerai le repos. Dieu nous offre le vrai repos, la libération du pouvoir du mal, le pardon de nos fautes, la victoire sur nos peurs.

Après la passion du Christ, pour les évangélistes, le samedi saint est le temps de repos de Dieu, le temps de silence, sabbat pour le Seigneur.

Temps nécessaire pour assimiler la réalité de la mort, rupture pour mieux être à l'écoute, l'émerveillement de ce que nous décrit Matthieu dans son évangile, le messenger de Dieu venant rouler la pierre, prouvant la réalité du vide du tombeau. Le bruit qui succède à la pesanteur du silence, est une rupture : le tremblement de terre que décrit Matthieu est réellement la fin du repos, l'annonce de l'incroyable, la résurrection du Christ.

Chaque résurrection qui suit une mort est toujours précédé d'un temps de repos, d'un temps d'éloignement, d'un temps de recul.

Le ressuscité n'est pas apparu sous la même forme physique, le temps de repos a permis une transformation.

La vie est autre.

La contemplation, le silence, la stabilité, l'apaisement du mental et de l'imagination, la simplicité, nous permet de mieux réaliser la présence de Dieu en nous. En montagne, s'asseoir devant une fleur, la regarder intensément, la regarder dans tous ses détails pour se vider l'esprit et pouvoir s'émerveiller. Se reposer de tout ce qui nous passe par la tête, volontairement se fixer sur la beauté pour s'apaiser, abandonner la richesse de notre imagination et habiter notre pensée par la découverte de la beauté, l'émerveillement de la création et la louange. « Le Royaume de Dieu est au dedans de vous » (Luc 17,21). A ce moment là, dans le repos, c'est à dire la cessation de toute activité physique et encombrement intellectuel, nous pouvons discerner la Parole de Dieu dans nos vies : telle rencontre, telle lecture, telle parole, c'est l'ouverture du cœur qui met en nous la relation entre tous les plans de la réalité.

Le repos, le temps de reconnaître sa fatigue, ses limites, loin de toute performance corporelle, loin de toute hyperactivité, nous permet de nous débarrasser de toutes nos peurs, nos obsessions, nos désirs de puissance ; nous nous acceptons, loin de regards et des jugements tel que nous sommes. Il ne s'agit pas d'une cessation d'activité mais bien plutôt d'un changement d'activité. Nous devenons plus conscient de la présence de Dieu dans les autres, ce qui nous permet psychologiquement de modifier notre relationnel. L'abandon de la puissance est source de renaissance « heureux les pauvres en esprit, le royaume de Dieu est à eux ».

La place du corps a évolué au cours du temps : par le premier péché d'Adam et d'Eve, la découverte du corps a été décrite comme une image négative : l'homme et la femme se sont découverts nus. Puis Jésus s'est incarné, révélant que le corps est lieu de l'affectivité (la rencontre de son ami Lazare mort), langage pour les autres (il a donné son propre corps pour la vie de tout homme).

Le temps de repos a été essentiel pour Jésus : repos, éloignement de la foule avant de les enseigner, de les nourrir. A certaines périodes le christianisme a entretenu avec le corps une méfiance, même une dévalorisation du corps et de l'affectivité par rapport à la vie spirituelle. Aujourd'hui, le repos est vu parfois comme une recherche absolue de la santé, une survalorisation du bien-être, où la jeunesse et la beauté deviennent des obsessions. Le vrai repos en fait nous fait habiter notre corps de façon paisible, même fragilisé par la fatigue, la maladie ou toute fragilité et laissant toute sa place à notre intelligence, notre volonté de croissance et de discernement.

Le vrai repos nous permet de nous relaxer et d'aborder tout événement de notre vie avec du recul. Le repos est en fait une dé-maîtrise, un consentement au manque qui peut faire jaillir le désir et l'accueil de l'Esprit.

Le repos que nous propose Dieu est de le suivre, en toute liberté, pour entrer en communion avec lui et avec nos frères. Croire en Jésus-Christ, le suivre, écouter ses appels nous amène au repos que Dieu nous propose, la Paix, le Chemin, la Vie.

Travail, temps libre et repos : VERS UNE SOCIÉTÉ DU TEMPS CHOISI ?

Gérard BIALLEY et Giovanni ZANETTI

LE CHANGEMENT HISTORIQUE DU CONTEXTE

La tradition historique du temps imposé :

Aussi loin que l'on regarde dans l'histoire, l'Homme n'a jamais bénéficié d'une grande latitude dans l'utilisation de son temps ; celle-ci lui était en quelque sorte imposée par les structures sociales et juridiques aussi bien que par les nécessités matérielles : « gagner son pain à la sueur de son front » a de tous temps été le lot quotidien du plus grand nombre avec le plus souvent l'obligation pour chacun de devoir rester dans le contexte socio professionnel et géographique où sa naissance l'avait placé. Depuis le 18^{ème} siècle cette tyrannie du temps imposé avait encore été aggravée par une idéologie centrée sur la création de la richesse matérielle dans laquelle l'intensification du travail constituait le pilier majeur (du moins dans une phase initiale) .

La rapide extension du temps discrétionnaires ou « temps libre » :

Au cours du 20^{ème} siècle, les rapides progrès de la productivité industrielle ont permis de mettre en place une production de masse agricole et industrielle tout en limitant significativement les temps de travail, en augmentant rapidement les périodes de « repos » et en donnant ainsi à chacun la faculté de se consacrer aux activités discrétionnaires de leur choix : activités utilitaires, distractives et ludiques, relationnelles ou formatives ... Cette extension du temps libre et ses modalités seront examinées dans le présent article à travers leurs implications socio-économiques et les perspectives qu'elle ouvre à l'Homme.

PLAN ANALYTIQUE DE L'ARTICLE

Dans une première partie nous chercherons à cerner ce qu'est la place du temps libre dans la vie de l'homme contemporain et comment elle va évoluer :

Après avoir précisé le concept de « temps libre » nous chercherons à préciser son importance quantitative et sa rapide évolution ; notre observation portera non seulement sur l'homme au travail mais aussi et surtout sur la partie croissante et aujourd'hui largement majoritaire du corps social qui n'exerce pas d'emploi (59 % de la population totale dans un pays comme la France) ; en effet on entre désormais plus tard dans la vie active (surtout pour cause d'études prolongées et de chômage) et on en sort plus tôt (surtout pour cause de retraite) avec des perspectives de survie accrues ;

Il apparaît donc opportun de segmenter notre approche en nous gardant d'un raisonnement trop général sur des moyennes mais en dressant un constat spécifique pour chacune des principales catégories de populations concernées selon leurs strates d'âges, avant, pendant et après la période de vie professionnelle active.

On prendra toutefois bien soin de préciser que nos observations effectuées au niveau des sociétés européennes n'ont pas valeur universelle et qu'il est possible de réguler différemment les rapports entre le travail et le temps libre ; à ce propos la spécificité du modèle américain mérite quelque attention pour nourrir une réflexion et tenter quelque approche prévisionnelle que ce soit .

Dans une deuxième partie nous regarderons comment les européens utilisent leur temps libre et nous chercherons aussi à apprécier ces utilisations de manière critique :

Un bilan des différentes formes du temps libre et de leurs évolutions respectives requiert un cadre d'accueil, un constat et une analyse critique ;

- Sur un plan pratique nous établirons donc tout d'abord un cadre d'accueil pertinent pour nos observations en dressant une typologie des diverses utilisations possibles du temps libre, ce qui revient à proposer une modélisation de ce dernier ;

- Nous chercherons ensuite à mesurer l'audience dont bénéficie chacune des principales formes du temps libre; ce qui revient à proposer une modélisation du temps libre ;
- Puis nous tenterons une approche comparée de la manière dont cette modélisation s'applique dans les différents pays européens en fonction des allocations que les citoyens de ces pays font de leur temps libre ;
- Enfin il nous semble essentiel d'aborder ces différentes catégories du temps libre sous l'angle de leurs apports effectifs pour leurs utilisateurs respectifs ; de fait les retombées économiques , sociales ou morales les diverses formes du temps libre sont rarement neutres et elles peuvent contribuer à construire l'homme comme à le détruire, à le grandir ou à le rabaisser ; tout citoyen responsable a donc le devoir de se forger une opinion à cet égard de manière à accompagner et soutenir les orientations les plus positives et à dénoncer et combattre les activités dont les retombées lui apparaissent comme plus ou moins destructrices .

Dans une troisième partie nous nous demanderons si le temps libre peut être un facteur de progrès pour l'homme et si oui à quelles conditions ?

Tout en étant conscients du caractère nécessairement subjectif d'une telle approche nous la considérons cependant comme essentielle pour contribuer (même modestement) à l'avènement d'une société favorisant l'épanouissement de l'homme :

- Il ne s'agit certes pas de dissimuler la nature chrétienne du modèle qui sous tend notre démarche , mais nous nous interdirons toute approche doctrinale de condamnation a priori contre les errements éventuellement constatés;
- En nous appuyant sur le diagnostic des temps libres nous chercherons plutôt à mettre en lumière les utilisations qui paraissent les plus à même de promouvoir un progrès social et moral de l'homme : il s'agit pour l'essentiel des formes du temps libre qui rendent l'homme plus libre d'effectuer des choix conscients, d'accéder à un niveau de conscience supérieur et de développer sa spiritualité ;
- Nous chercherons finalement à déterminer les moyens les plus appropriés pour favoriser une telle évolution ; il peut en premier lieu s'agir des vecteurs – éducatifs, médiatiques et autres - les mieux à même de promouvoir les vecteurs identifiés comme les plus positifs. Mais il convient également de souligner l'importance des ressources internes à la personne qui ne peuvent s'épanouir que si celle-ci prend le recul nécessaire par rapport au tourbillon activiste qui la sollicite et protège sa démarche en s'accordant les temps de repos indispensables à tout progrès de l'esprit.

Première partie : Quelle est la place du temps libre dans la vie de l'homme contemporain et comment va-t-elle évoluer ?

La revendication du temps libre a constitué une constante sociale majeure depuis le milieu du 19^{ème} siècle et tout au long du 20^{ème} siècle : d'abord en ce qui concerne la limitation de la journée de travail et l'adoption du repos hebdomadaire, puis avec l'instauration des congés payés , toutes mesures devant permettre au travailleur de restaurer ses forces physiques et mentales dans le cadre d'un nécessaire repos .

De proche en proche le temps libre a gagné du terrain au point que l'on peut aujourd'hui affirmer que nous sommes entrés dans une « société du temps libre » , concept qu'il nous faudra définir et dont il importera de préciser les contours.

Ce temps libre d'abord pensé pour l'Homme au travail concerne également les catégories sociales hors du monde du travail , notamment les jeunes qui entrent toujours plus tard dans

la vie active, les personnes en âge de travailler mais non actives, et les retraités de plus en plus nombreux du fait de l'allongement de l'espérance de vie ; en conséquence nous devons mettre en place une approche segmentée du temps libre qui prenne en compte son application différenciée aux différentes phases de la vie.

Enfin il sera utile de rappeler que le modèle européen du temps libre n'est pas universel et qu'il existe d'autres sociétés et civilisations qui ont fait des choix différents ; nous illustrerons de thème en effectuant une comparaison entre les modèles européen et américain.

11) L'avènement d'une « société du temps libre » :

Tout au long du 20^{ème} siècle , les sociétés industrialisées ont connu, à des degrés divers, une diminution significative de la part consacrée au travail et corrélativement une fantastique extension de la part du temps libre dans la vie de l'homme au travail.

Nous appellerons « temps libre » le temps dont l'homme dispose pour des activités de son choix une fois déduits d'une part le temps biologique (sommeil, soins de la personne et repas) et d'autre part les activités institutionnelles (scolaires et professionnelles pour l'essentiel).

Pour le temps biologique , nous retenons l'hypothèse d'un temps de réparation constant qui serait de 8 à 9 heures de sommeil ,plus trois heures pour les soins personnels et les repas pris dans un contexte relativement convivial (une moyenne de 11 heures semble assez réaliste en fonction de la sociologie des différents pays d'Europe telle que les statistiques d'Eurostat permettent de l'approcher) . Toutefois si un modèle sensiblement différent (et inspiré des pratiques américaines) devait se mettre en place et si la déstructuration des repas et leur individualisation devaient s'amplifier à l'avenir , ce temps biologique serait susceptible de diminuer d'une heure à une heure et demi par jour du fait de repas pris individuellement et non plus dans un contexte collectif familial.

Pour les activités institutionnelles elles apparaissent relativement stables au fil du temps pour ce qui concerne les obligations scolaires mais en très rapide diminution pour ce qui concerne le temps consacré à la vie professionnelle.

En effet le temps qu'un homme consacre au travail s'est en un siècle réduit de plus de moitié en valeur absolue mais surtout compte tenu de l'allongement de la durée de vie il passe en un siècle de 37% de la vie totale d'un homme à 11% !

Le temps biologique et le temps travaillé apparaissent pour la très grande majorité des intéressés comme des temps qui leur sont imposés par la nécessité physique ou par la nécessité matérielle ; du fait des obligations de résultat qui s'y attachent , la contrainte institutionnelle est ressentie comme particulièrement forte tant dans le cadre des programmes scolaires que dans le cadre de la vie professionnelle salariée qui concerne aujourd'hui la très grande majorité des personnes actives.

Par opposition le temps libre est au sens le plus large un temps pour lequel la personne dispose d'une assez importante marge d'autonomie dans le choix des activités, ou à tout le moins dans leur durée et leur organisation ;

Il est clair que ce degré de liberté des intéressés peut être très différent en fonction des activités considérées :

- certaines d'entre elles (telles que les tâches domestiques) s'imposent de fait même si leurs modalités d'exécution peuvent comporter une certaine latitude d'organisation ;
- par contre d'autres activités demeurent totalement optionnelles en fonction des goûts des personnes concernées (lecture, sport, spectacles, voyages d'agrément...) ;

Du fait de cette marge de liberté plus ou moins grande, certains observateurs réservent de ce fait le terme « temps libre » aux seules activités totalement optionnelles .

Pour notre part nous nous en tiendrons à la définition la plus large du temps libre en considérant comme tel tous les temps autres que biologiques et institutionnels et en établissant un modèle du temps libre prenant en compte la marge d'autonomie plus ou moins grande des diverses activités qui ne sont pas à proprement parler du temps imposé (voir § 21 ci-après) .

12) Le temps libre en fonction des phases de la vie :

Le temps libre varie considérablement en fonction de la phase de vie dans laquelle se situent les intéressés . De manière très globale on constate que le temps libre hebdomadaire varie presque du simple au double entre :

- les personnes qui exercent des activités institutionnelles (scolarité ou emploi professionnel)
- et les inactifs en âge de travailler ainsi que les retraités.

Le tableau ci-dessous illustre cette réalité du temps libre rapportée à la France et à l'Italie sur la base d'un emploi du temps hebdomadaire et en distinguant les populations concernées en fonction de leur statut ; ce tableau permet d'effectuer un double constat:

- d'une part les personnes exerçant des responsabilités institutionnelles bénéficient de quelque 56 heures de temps libre par semaine pendant quelque 40 à 45 semaines par an et de 91 heures pendant les périodes de vacances (variant de 6 à 12 semaines selon le statut et le pays concerné) ;
- d'autre part les personnes inactives et ou retraitées bénéficient pour leur part d'un temps libre qui est en permanence de 91 heures par semaine, c'est à dire en fait de la totalité de leur temps déduction faite du temps biologique.

On constate également que le nombre d'adultes inactifs et de retraités dépasse sensiblement 70% des effectifs de la population employée, et que le temps libre représente pour ces personnes la totalité de leur temps de vie.

Pour ce qui concerne la population exerçant une activité institutionnelle on voit aussi que pendant les jours de travail le temps libre total est environ une fois et demi plus important que le temps travaillé et que si on prend en compte les repos hebdomadaire et les vacances le temps libre total est de l'ordre de deux fois supérieur au temps travaillé pendant toute la phase de la vie professionnelle.

Quel que soit le segment de population concerné, on constate ainsi que le temps libre constitue de loin la partie la plus importante dans la vie de toutes les personnes concernées au moins d'un point de vue quantitatif . Dès lors l'organisation de cette tranche de la vie mérite une attention toute particulière et des choix conscients qui ne semblent pas avoir été véritablement faits par la majorité de nos contemporains. En effet les activités institutionnelles ont séculairement constitué la norme dominante et le temps libre s'est en quelque sorte subrepticement introduit dans les rythmes de vie, sans que le corps social prenne conscience de son importance et de la nécessité de l'organiser.

Temps biologique , temps travaillé et temps libre hebdomadaire
Essai d'approche pour les populations françaises et italiennes

	temps biologique en heures	temps travaillé en heures	temps libre en heures	population concernée en France	population concernée en Italie (*)
Population préscolaire trois ans<	NS	NS	NS	2,4 millions	2,2 millions
Population scolarisée	77	35	56	15 millions	10,7 millions
Population employée	77	37	54	24,7 millions	22,5 millions
Inactifs en âge de travailler	77	0	91	4 millions	4,15 millions
Retraités et >60 ans	77	0	91	14 millions	13,3 millions

(*) Source: Données démographique fourni par ISTAT et par la «Relazione Generale sulla situazione economica del Paese» Ministère de l'économie italien.

Le paragraphe suivant vise à illustrer le caractère désormais dominant du temps libre en prenant l'exemple d'un enfant parvenu à l'âge des choix conscients et en mettant en lumière d'une part le nombre d'heures travaillées et d'autre part le crédit d'heures libres dont il disposera au cours de chacune des phases de sa vie.

13) Perspective comparée du temps libre pour un enfant de 10 ans en 1900, 1960 et 2005

Le tableau ci dessous montre en substance q'un enfant parvenu à l'âge de 10 ans bénéficiera sa vie durant, d'un « crédit d'heures libres » trois fois supérieur au nombre des heures qu'il devra consacrer à ses activités institutionnelles : plus de 250.000 heures de temps libres contre 81.000 heures consacrées à des activités institutionnelles (cumulant les temps de scolarité et de vie professionnelle).

PERSPECTIVES DE TEMPS LIBRE POUR UN ENFANT DE 10 ANS

	1900	1960	2005
ESPÉRANCE DE VIE	45	59	70
PHASE DE PREPARATION A LA VIE ACTIVE			
durée de la phase(en années)	4	7	12
temps total en heures	35040	61320	105120
temps biologique	16000	28000	48000
scolarité	5600	9800	16800
temps libre	13440	23520	40320
PHASE DE VIE ACTIVE			
durée de la phase(en années)	38	38	38
temps total en heures	332880	332880	332880
temps biologique	152000	152000	152000
temps travaillé	118560	95000	64600
temps libre	62320	85880	116280
PHASE DE RETRAITE OU DE NON ACTIVITE			
durée de la phase(en années)	3	14	20
temps total en heures	26280	122640	175200
temps biologique	12000	56000	80000
temps libre	14280	66640	95200
TEMPS LIBRE TOTAL (heures)	90040	176040	251800

Cette explosion du temps libre est en premier lieu la conséquence de l'augmentation de l'espérance de vie qui est passée en un siècle de 45 à 70 ans soit un gain de 25 ans qui se concentre entièrement :

- d'une part sur la phase de préparation à la vie active (de 4 à 12 ans en un siècle) ,
- et surtout sur la phase de retraite (dont la durée espérée passe de 3 à 20 ans) .

Les phases avant et après la vie professionnelle qui ne représentaient que 20% du temps de travail en 1900 en représentent 70% un siècle plus tard.

Le temps scolaire connaît lui aussi une véritable explosion dès lors que la norme de scolarisation se situe désormais au niveau des études secondaires et qu'une fraction croissante des bacheliers suit désormais un cycle universitaire. Pour ce qui concerne les activités scolaires nous avons retenu une hypothèse de 1400 heures par an soit 35 heures pendant 40 semaines.

Le temps consacré aux activités professionnelles diminue en un siècle de moitié et ce mouvement toujours favorisé par les gains de productivité est sans doute appelé à marquer un palier plus ou moins durable en raison des déficits démographiques importants qui affectent à des degrés divers tous les pays d'Europe ; quoi qu'il en soit nous retenons pour la période actuelle une moyenne de 1700 heures par an (à comparer aux 1450 heures dont bénéficie la partie de la population active française qui bénéficie du régime des 35 heures) s .

Le temps discrétionnaire ou temps « libre » progresse globalement de près de 200% notamment du fait d'une progression spectaculaire du temps libre des retraités (plus de 500% de progression) . Au total le capital de temps libre dans la vie d'un homme a triplé en un siècle en passant de quelque 90.000 heures à plus de 250.000 heures , le « crédit » de temps libre pendant la période de retraite devenant presque égal à celui qui est disponible au cours de la vie active (95.000 heures contre 116.000) .

14) Comparaison entre les modèles européen et américain :

S'il est bien connu que le revenu moyen unitaire de l'américain est supérieur de 30% à celui de l'européen on a beaucoup moins insisté sur le fait que cet écart s'explique presque entièrement par le fait que l'européen travaille moins que l'américain et que le produit par heure travaillée est à peu près identique sur les deux rivages de l'Atlantique⁷.

Il importe à cet égard d'éclaircir la raison pour laquelle les européens travaillent si peu :

- **une première explication largement diffusée (Link Blanchard) prétend que le phénomène traduit les préférences respectives** ; les européens choisiraient de travailler moins que les américains parce qu'ils apprécient plus que ces derniers le temps libre ; mais s'il en était ainsi il en découlerait des implications politiques profondes ; les européens ne devraient pas se préoccuper des différences de leurs revenus en comparaison avec les Etats Unis parce que le revenu ne serait pas une bonne mesure du bien être ; or tel n'est pas le cas . De la même manière ils ne devraient pas se préoccuper de travailler un nombre d'heures moindre, dès lors qu'ils en auraient décidé ainsi . Ils devraient plutôt plaindre les pauvres américains incapables de comprendre ce qui est vraiment important dans la vie. Mais malheureusement cette vision du marché du travail en Europe n'est pas confirmée par une lecture attentive des données. On doit donc chercher à éclairer les faits.
- **Une deuxième explication tient à la structure du travail** : Les heures travaillées sont relativement plus faibles dans les grands pays de l'Europe continentale , c'est à dire en France, Allemagne, Italie et Espagne. Si on utilise les données OPEC , on peut dissocier en deux composantes la discordance constatée entre ces pays et les Etats Unis pour ce qui concerne les heures travaillées.
- En premier lieu l'Europe a un taux d'emploi plus bas et la part de la population en âge de travailler qui est effectivement employée est plus faible en Europe qu'aux Etats Unis ce qui explique les deux tiers de la discordance avec les Etats Unis.

⁷ Tiberio Boerio, Guido Tabelloni, "Il tempo libero degli europei", www.lavoce.info

- En deuxième lieu le travailleur européen travaille un nombre d'heures inférieur ; cet élément qui explique le tiers restant de la discordance s'explique en partie par la diffusion du travail à temps partiel en Europe ; un quart de la différence en heures travaillées pour chaque travailleur en Etats Unis et les quatre plus grands pays européens est en effet attribuable au temps partiel. Pour l'Allemagne ce facteur permet d'expliquer près de la moitié de la différence résiduelle.
- En résumé les données suggèrent que la raison principale du déficit de travail des européens face aux américains réside dans le fait que beaucoup de personnes en âge de travailler demeurent inactives en Europe ; bien sûr le travailleur européen moyen a une semaine plus courte et un nombre de semaines travaillées dans l'année moindre que ses collègues américains ; mais ces éléments ne constituent pas le facteur le plus important.
- **Pour expliquer de manière satisfaisante les discordances entre l'Europe et les Etats Unis (particulièrement importantes pour les femmes , les jeunes et les personnes âgées) , on ne doit pas oublier les choix politiques :** en effet le faible taux de participation des personnes âgées au travail est simplement le résultat de la générosité des régimes de retraite européens ; de la même manière le taux d'emploi plus faible parmi les jeunes et les femmes est la conséquence d'une réglementation du travail protectrice des employés (dont elle accroît le pouvoir contractuel) mais qui interdit ou à tout le moins freine l'accès à l'emploi des candidats appartenant à ces mêmes catégories.
- **En synthèse on peut donc affirmer que la situation européenne est davantage le fruit des politiques que des choix individuels .** La moyenne des heures travaillées par les employés sensiblement plus basse en Europe qu'aux Etats Unis ne prouve nullement que les européens ont une préférence plus forte pour le temps libre : en effet une heure de travail en Europe est taxée avec un plafond de 50% en Europe contre 30% aux Etats Unis ; de plus les primes plus faibles agissent de manière dissuasive et les politiques publiques distributives donnent des avantages sociaux relativement importants aux personnes âgées aux chômeurs aux familles voire à ceux qui en âge de travailler n'ont aucune situation (cas du RMI en France) ; enfin on trouve des facteurs spécifiques tels que les 35 heures en France qui est le seul pays de l'Union européenne qui a connu une réduction considérable des heures de travail au cours des dernières années pour les employés travaillant à plein temps. Finalement la thèse selon laquelle les européens travaillent moins parce qu'ils seraient paresseux ou qu'ils auraient choisi de prendre du bon temps apparaît comme non fondée.

Deuxième partie : Comment l'homme utilise-t-il son temps libre et quelles appréciations peut ont porter sur ces utilisations?

21) Essai de modélisation du temps libre

Pour classer les différentes formes de temps libres nous avons retenu deux critères qui sont :

- d'une part le degré de liberté donc disposent les personnes intéressées pour choisir et organiser ces activités
- et d'autre part la dimension plus ou moins immatérielle de ces activités.

Le degré de liberté dans l'usage du temps libre :

Le degré de liberté est par exemple assez faible pour les activités utilitaires et distractives : les premières parce qu'elles doivent nécessairement être accomplies dans le cadre de la vie domestique (ménage, bricolage etc...) ; les secondes parce qu'elles font l'objet d'une assez forte pression sociale et médiatique qui, sans créer d'obligation véritable exercent sur les intéressés un effet d'entraînement certain (fêtes de famille ou suivi de la TV) ;

Par opposition le degré de liberté apparaît comme très important pour la vie spirituelle qui se vit de manière très intérieure ou pour les activités relationnelles qui sont de plus en plus électives , à la différence des pratiques sociales en usage dans les sociétés traditionnelles et qui étaient volontiers coercitives.

Le développement personnel répond pour l'essentiel à un choix personnel, encore qu'il soit très largement dépendant de l'éducation familiale ou institutionnelle ; même si certains types d'activités peuvent le contrarier ou au contraire le favoriser (cours de formation , pratique d'un sport, voyages) , ce développement personnel ne constitue pas à proprement parler une sphère autonome d'activités ; il s'agit avant tout d'une disposition d'esprit qui fera feu de tous bois et qui cherchera à se manifester dans toutes les circonstances de la vie (dans le cadre des activités institutionnelles, des temps libres utilitaires, des moments de distractions , aussi bien qu'à l'occasion des pratiques relationnelles ou de la vie spirituelle).

La dimension plus ou moins matérielle des activités :

Cette dimension est en fait très largement corrélée à la précédente car :

- d'une part les activités utilitaires et distractives qui sont par essence largement dépendantes de supports matériels sont aussi celles pour lesquelles la marge de liberté est moindre ;
- d'autre part les activités relationnelles et spirituelles qui sont par nature immatérielles sont aussi celles qui permettent les choix les plus libres .

Valeur morale et sociale du modèle proposé :

Le modèle retenu pour classer les utilisations du temps libre suggère également une prise de position morale et sociale en établissant une sorte de hiérarchisation sur la capacité humanisante des différentes activités :

- d'un côté les activités qui relient l'homme à son contexte matériel pour répondre à ses nécessités physiques mais aussi à ses goûts de consommation matérielle ;
- de l'autre les activités permettant la croissance affective et spirituelle de l'homme , c'est à dire les dimensions les plus importantes dans sa démarche d'Humanisation ;

Le développement personnel est pour sa part le ressort qui enclenche le déclic d'humanisation et qui soutient l'effort de la personne en ce sens.

Cette classification doit certes être nuancée car les diverses catégories ne sont pas étanches et la personne peut aussi bien grandir en admirant un film de qualité ou en effectuant certains travaux strictement utilitaires qu'en développant des activités relationnelles ou en développant une pratique spirituelle ou religieuse.

Mais il n'en reste pas moins que certains contextes sont plus porteurs que d'autres pour permettre à l'homme de grandir et que, de manière globale, les activités matérielles et utilitaires sont moins propices à ce changement de dimensions que des activités immatérielles relationnelles ou spirituelles.

TEMPS BIOLOGIQUE TEMPS TRAVAIL ET TEMPS LIBRE

Temps LIBRE	VIE SPIRITUELLE	Pratique religieuse Développement spirituel Méditation Repos
	RELATIONNEL	Echanges et communications Militantisme syndical / politique Vie associative Rencontres entre amis Vie familiale
	DEVELOPPEMENT PERSONNEL	Instruction, éducation, études lectures Visites culturelles (musées monuments) Voyage et découvertes du monde Sport et randonnées
	DISTRACTIONS	Jeux Télévision Spectacles (cinéma, théâtre) Manifestations sportives Gastronomie Fêtes Vie galante
	ACTIVITES UTILITAIRES	Tâches domestiques Education des enfants Bricolage Jardinage Second travail légal ou au noir Création d'une entreprise
Temps INSTITUTIONNEL		Vie professionnelle Scolarité
Temps BIOLOGIQUE		repas soins personnels sommeil

22) Allocation du temps libre dans les pays européens

Les statistiques d'Eurostat donnent des indications précieuses sur l'allocation des temps libre et nous présentons ci-après quelques données concernant les adultes de 20 à 74 ans dans une sélection de pays européens.

Les activités utilitaires occupent la partie plus importante du temps libre des femmes à raison de 4 à 5 heures par jour selon les pays ; les hommes consacrant à ce type d'activités environ 2 heures 30 avec une variation faible d'un pays à l'autre. Ces activités très diverses concernent les tâches domestiques et l'éducation des enfants (surtout pour ce qui concerne les femmes) ainsi que le bricolage et le jardinage (surtout pour ce qui concerne les hommes) ; il importe aussi de souligner la part très significative du temps consacré à un second travail effectué le plus souvent au noir : le phénomène qui concerne surtout les hommes mais aussi à un moindre degré les femmes (aide domestique notamment) échappe largement à l'approche statistique faute de déclarations totalement transparentes ; mais les économistes s'accordent à reconnaître dans ce type d'activité une part significative de la production de richesses particulièrement forte dans certains pays (Belgique et pays latins notamment).

Les voyages qui représentent pour une large part des temps de trajet pour aller au travail ou en revenir ainsi que pour effectuer les achats représentent pour les femmes un temps allant de 54 minutes en France à 1 heure 19 en Belgique et pour les hommes un temps allant de 1 heure 3 minutes en France à une heure 35 pour la Belgique.

Le temps libre résiduel peut être considéré comme du temps véritablement **discrétionnaire** et il varie pour les femmes de 4 heures 8 minutes en France à 5 heures 24 en Allemagne alors que pour les hommes ce temps est pour les hommes de 4 heures 46 en France et de 5 heures 53 en Allemagne .

Rappelons que les statisticiens retiennent souvent une définition restrictive du « temps libre » et qu'ils ne considèrent souvent comme tel que ce temps totalement discrétionnaire c'est à dire une fois déduits le temps biologique le temps institutionnel, et le temps consacré aux activités utilitaires et aux voyages.

Temps libre discrétionnaire des femmes de 20 à 70 ans dans quelques pays européens					
Activités	Belgique	Allemagne	Estonie	France	Hongrie
TV et vidéos	45	32	48	47	56
Relationnel	17	22	13	18	14
Lectures	9	12	14	9	8
sport	5	9	6	9	5
repos	10	6	7	2	8
hobbies et jeux	5	8	2	5	3
travail volontaire	3	5	5	6	1
culture	3	4	2	2	3
autres	3	2	3	2	2
temps discrétionnaire total	100	100	100	100	100

Temps libre discrétionnaire des hommes de 20 à 70 ans dans quelques pays européens					
Activités	Belgique	Allemagne	Estonie	France	Hongrie
TV et vidéos	44	34	48	45	51
Relationnel	13	18	11	15	15
Lectures	10	11	12	8	8
sport	7	8	9	13	6
repos	10	6	7	2	8
hobbies et jeux	8	12	3	6	4
travail volontaire	3	5	5	6	4
culture	3	4	2	2	1
autres	4	2	3	3	3
temps discrétionnaire total	100	100	100	100	100

Les programmes de télévision et de vidéos mobilisent la partie la plus importante de ce temps libre résiduel tant pour les femmes que pour les hommes , le pourcentage allant ,selon les pays ,de 29% du temps résiduel à 56% pour les femmes et de 34 à 51% pour les hommes . Tout particulièrement significatif en ce qui concerne les femmes , le pourcentage relatif à la France (47%) est dépassé seulement par celui de l'Estonie (48%) et de la Hongrie (56%) . Seule la Norvège fait apparaître un pourcentage inférieur à 30%. L'intérêt pour la télévision et la vidéo se manifeste d'une manière assez comparable pour les hommes.

Les affectations suivantes qui sont préférées pour le temps résiduel concernent dans l'ordre :

- les activités relationnelles (vie sociale) , notamment pour les femmes,
- la lecture (tant pour les livres que pour les journaux)
- puis le sport (notamment pour les hommes).

Le temps consacré à la vie sociale est souvent négligé dans l'analyse des modes de vie ; alors qu'en réalité ce temps représente le cinquième du temps totalement discrétionnaire et qu'il tend actuellement à se développer sous l'impact des nouvelles technologies de la communication.

Les relations interpersonnelles directes sont traditionnellement surtout développées dans des pays comme l'Allemagne ou la Suède ; les femmes y consacrent un temps légèrement supérieur , à l'exception de la France de l'Estonie et de la Slovaquie (où on ne relève pas de différences significatives entre les sexes) et de la Hongrie où ce sont les hommes qui développent le plus le relationnel. Le plus souvent ce temps relationnel concerne les parties de la journée qui ne sont pas liées au travail comme les intervalles passés avec les collègues ou les dîners de travail .

Le temps consacré aux services volontaires , c'est à dire au service rendu à d'autres personnes par l'intermédiaire de structures caritatives organisées revêt aussi une importance grandissante dans le cadre de la vie sociale , bien qu'il soit encore très peu important en valeur relative par rapport aux autres fonctions de la vie sociale ; ces services altruistes s'exercent tant dans le cadre de structures anciennes souvent d'origine religieuse que dans celui d'organisations plus récentes comme les restaurants du cœur en France .

Le téléphone portable et la rapide extension du net constituent deux autres faits majeurs qui tendent à restructurer toute la vie sociale en lui permettant de se développer à distance : l'extension du phénomène a été à la fois rapide et importante dans tous les pays avec une place leader de l'Italie dans le domaine du portable et de ses diverses applications

spécialisées ; les pratiques associées au téléphone portable dans le domaine de la transmission de l'image et des données ont pour effet de tisser des réseaux sociaux d'une nature nouvelle et spécifique en terme de portée géographique et de spécialisation par affinités.

Le temps consacré à la lecture est important mais diffère sensiblement selon les pays passant en moyenne de 23 à 46 minutes par jour . En Finlande ce temps est nettement supérieur. En France , Slovénie, Allemagne, Estonie et Royaume Uni il n'y a pas de différence entre les sexes ; alors qu'en Norvège Suède et Finlande ce sont les femmes qui lisent le plus ; et en Belgique et en Hongrie les hommes. L'analyse des types de lectures met en évidence le fait que les femmes lisent le plus souvent des livres alors que les hommes pratiquent des lectures plus variées faisant une plus large place à la presse. La partie de la population qui lit effectivement consacre à cette activité de 35 minutes à une heure par jour, ce qui tend à établir que presque tiers de la population totale ne lit pas du tout.

La pratique du sport intéresse davantage les hommes que les femmes (23 à 42 minutes contre 15 à 35 minutes par jour). Cette différence s'explique par le fait que les distractions de l'homme sont davantage liées à des activités physiques (chasse , pêche , alpinisme etc...) surtout dans certains pays tels que la Finlande, la Suède ,la Norvège l'Allemagne ou la Slovénie . Dans ces pays le temps dédié au sport est d'ailleurs plus important qu'ailleurs. Mais on constate une rapide évolution de la pratique du sport dans presque tous les pays notamment au niveau des jeunes générations ; ainsi en France le nombre de licenciés sportifs a passé de 5 à 15 millions entre 1970 et 2002, avec une forte croissance dans presque toutes les disciplines ; d'où sans doute le poids très particulier du sport en France .

Les ordinateurs et les jeux interactifs : bien que l'analyse statistique du phénomène soit relativement récente, l'utilisation des ordinateurs absorbe une partie rapidement croissante du temps libre notamment chez les plus jeunes, les hommes étant davantage intéressés que les femmes. Si l'utilisation professionnelle et institutionnelle des ordinateurs constitue le socle de cette utilisation la part consacrée à l'amusement est tout à fait significative. A ce titre on assiste à une extension très rapide des jeux interactifs autour de matériels fixes (consoles) et de plus en plus mobiles (en liaison avec les téléphones portables) ;

Le temps consacré aux spectacles tels que le cinéma , le théâtre ou les concert est statistiquement très limité, seule l'Allemagne et la Belgique accordant un intérêt plus important à ces activités pour lesquelles il n'y a pas de préférence marquée selon le sexe. Fondamentalement on constate un recul de ces formes de délasserment qui ont pourtant le mérite de solliciter la réflexion du spectateur et de l'amener à un minimum d'approfondissement . On constate corrélativement la faiblesses des engagements dans le milieu théâtral cinématographique ou littéraire.

Le temps consacré aux voyages et à la découverte du monde occupe une place rapidement croissante pendant les périodes de vacances et ceci dans presque tous les pays ; ainsi , les dépenses allouées par les français à ce type d'activité ont entre 1990 et 2003 passé de 10 à 19 milliards d'euros, tandis que les dépenses de touristes étrangers en France évoluaient pendant la même période de 16,8 à 32,7 milliards d'euros (soit quelque 2% du produit national brut de la France) .

Cette activité touristique favorise un décollage des activités culturelles telles que les visites de musées ou de monuments qui connaissent une affluence rapidement croissante : ainsi en France en 2003 les visites annuelles cumulées au Musée du Louvre au Centre Pompidou et au Château de Versailles ont représenté 13,9 millions d'entrée, l'ensemble des visites aux principaux musées parisiens dépassant au total les 20 millions d'entrées .

A titre de comparaison des parcs tels que Disney et Astérix (qui correspondent à une culture populaire de masse) ont enregistré au cours de la même année 14,2 millions d'entrées.

La gastronomie qui trouve traditionnellement sa place dans la vie familiale et qui peut à ce titre être classée au sein du « temps biologique » se développe de plus en plus dans le cadre de repas pris hors du foyer ce qui entraîne l'essor du secteur très vaste de la restauration avec le développement d'une activité du temps qui acquiert progressivement son autonomie (restaurants à thèmes, publication de guides , écoles de cuisine etc) .

Le repos véritable tel que préconisé par la tradition hébraïque ou chrétienne (le jour du Seigneur) est souvent réduit à la portion congrue.

23) Approche critique des différentes formes de temps libre pour les citoyens : quels bénéfices et quelles perspectives ?

Sur le plan social trois constats majeurs concernant l'utilisation du temps libre :

- **En premier lieu la volonté pour les personnes de considérer le temps libre comme un bien matériel dont chacun entend « profiter au maximum »** : il en résulte une volonté de concentrer dans le temps du « non travail » un maximum d'activités , ce qui conduit à une dispersion croissante des temps libre et à un activisme dans lequel beaucoup ne prennent plus même le temps de se poser et de respirer . Cette occupation maximum du temps libre a pour effet de régénérer considérablement la demande et de favoriser le développement d'une offre dont nous verrons plus loin qu'elle transforme en profondeur la réalité économique .
- **En second lieu une importance croissante des pratiques actives dans lesquelles les intéressés revendiquent un rôle d'acteur** ; le phénomène est particulièrement net en ce qui concerne les activités utilitaires mais aussi en ce qui concerne le relationnel, les pratiques sportives, le développement des voyages, les temps consacré à l'ordinateur ; on peut estimer que ce phénomène va s'accroître à l'avenir, les jeux interactifs étant appelés à grignoter le temps consacré à la télévision ;et celle-ci étant sans doute appelée à faire évoluer ses programmes dans le sens d'une interactivité croissante (dans des formules du type télé réalité et ,on peut l'espérer ,dans des formules moins abêtissantes) ;
- **En troisième lieu une utilisation du temps libre est presque entièrement consacrée à la satisfaction de plaisirs matériels.** Il est vrai que les données statistiques peuvent seulement révéler ce qui est quantifiable et qu'il est difficile de mesurer les impacts des diverses allocations des temps libre sur les dimensions immatérielles que sont le développement personnel , la qualité de la relation sociale et a fortiori la spiritualité.
- Il est toutefois manifeste que les contenus purement matériels occupent de très loin la plus large fraction du temps libre : quand on tente de faire un bilan de la journée on s'aperçoit que les minutes consacrées à la méditation et à la spiritualité , au service des autres ou à la prière sont pratiquement insignifiantes pour le plus grand nombre.
- Même d'un point de vue strictement laïc, la vie culturelle apparaît comme très restreinte face au matérialisme généralisé qui domine les choix des populations des pays considérés . Tout se passe comme si pour le plus grand nombre dominait le désir de fuir l'engagement intellectuel et d'apaiser le stress ambiant dans l'activité physique, les voyages la bonne chair voir l'oisiveté pure et simple.
- L'option matérialiste qui prévaut en matière de temps libre s'exprime naturellement dans une organisation de la vie sociale qui tend à faire de ce temps un nouvel

espace de consommation et donc une occasion de business par l'intermédiaire d'une offre pensée et articulée pour sa satisfaction .

Sur le plan économique le développement du temps libre et des multiples activités qu'il comporte ont pour effet de promouvoir un secteur de plus en plus important de l'économie (qui se caractérise par sa dynamique élevée et sa capacité créatrice d'emploi pour la fabrication de produits et surtout le développement de services pour l'essentiel immatériels). On assiste à la mise en place d'une véritable économie du temps libre qui peut se mesurer à travers plusieurs indicateurs :

- **En premier lieu la valeur ajoutée générée par les activités du temps libre** : pour l'Italie par exemple elle a représenté dans son ensemble 114,2 milliards d'euros en 2003, c'est à dire trois fois la valeur du secteur alimentaire , des boissons et du tabac ; quatre fois la valeur du secteur agricole et cinq fois celle du textile et de l'habillement . Il s'agit d'un secteur à la demande croissante dans lequel l'évolution des goûts a pour effet de changer les modes de consommation.
- **En second lieu l'impact sur les autres secteurs d'activités** : les divers segments du secteur montrent une forte interconnexion et un caractère de transversalité qui se traduit par une capacité élevée d'activation réciproque des processus économiques : par exemple en Italie , les interrelations entre le tourisme, les hôtels et les restaurants contribuent à former 37,5% de toute la valeur ajoutée touristique directes alors que les activités récréatives représentent seulement 7,8% de cette valeur ajoutée. De même la capacité du secteur à produire de la richesse engendre des impacts importants directs et indirects, aussi dans les autres secteurs tels que le bâtiment, les transports, les assurances la banque etc....
- **En troisième lieu le rôle moteur de certaines activités telles que la restauration ou les activités ludiques** : Parmi les activités connexes à l'organisation du temps libre en Italie, on relèvera au cours des 20 dernières années outre la forte croissance de la restauration , celle des activités ludiques (+ 43,6 des entreprises et + 33% des employés) , à l'intérieur duquel la contribution des parcs d'attraction est très forte (+ 14, 5% des entreprises et + 95,5% des employés) et ceux des jeux de hasard (+ 56% des maisons et + 21% des employés).

Troisième partie : le temps libre peut il être facteur de progrès moral et social pour l'homme ? Et si oui quelles conditions ?

31) Le temps libre est-il facteur d'asservissement ou de progrès social ?

Il est assez facile de dénoncer les effets pervers d'une société de consommation qui donne aux loisirs et aux plaisirs une place de plus en plus prééminente : à l'instar du pain et des jeux de la Rome antique, (« panem et circenses ») , la période actuelle entraînerait les individus dans une spirale du déclin dont les symptômes se multiplieraient rapidement : perte des grandes valeurs et relâchement des mœurs , violence dans la rue, dans les stades, et dans les foyers, argent facile et trafics en tous genres, ravages de la drogue, perte du goût du travail et développement des mentalités d'assistance, surconsommation alimentaire dégénérant en obésité,

A l'inverse les partisans du temps libre dressent un bilan flatteur des bénéfices matériels mais aussi sociaux et moraux des nouveaux modes de vie ; ils font ainsi le constat de l'amélioration très sensible de l'état sanitaire et matériel des populations , de l'allongement spectaculaire de la durée de vie qui en découle, ou de l'amélioration des conditions de travail ; mais ils soulignent également les très nettes avancées du niveau général d'éducation, la mise en place d'un ordre social moins inégalitaire ou encore l'élévation du niveau de conscience d'une partie croissante de la population concernant les problèmes de société à l'échelle planétaire ainsi que des engagements plus nombreux en faveur des grandes causes visant à maîtriser ces problèmes .

De fait, le temps libre n'est sans doute ni responsable des grands maux qu'on lui impute , ni générateur des bienfaits qu'on lui attribue , car la marge de manœuvre immense qu'il apporte aux sociétés contemporaines n'est qu'un outil relativement neutre que l'Homme est invité à utiliser au mieux mais dont il n'a malheureusement pas su pour le moment tirer tout le parti qu'il peut en espérer.

En effet si le temps libre traduit la diminution de la contrainte matérielle qui mobilisait traditionnellement toute l'énergie sociale, il n'a pas à ce jour été valorisé dans le cadre de véritables projets de société qui restent à inventer ;

Ce qui est en cause actuellement c'est la fin d'un ordre ancien qui intervient sans que l'ordre nouveau soit encore véritablement dessiné :

- en effet on assiste à la fin d'un ordre séculaire dans lequel le temps de l'Homme était contraint par la nécessité de travailler pour assurer sa survie, tandis que les Institutions assuraient le degré de coercition nécessaire à cet effet ;
- l'apparition d'un ordre nouveau est déjà perceptible avec le développement très rapide du temps libre et de manière assez logique la remise en cause de la plupart des institutions qui encadraient la société traditionnelle (gouvernements , hommes politiques , administrations, éducateurs, entrepreneurs, syndicalistes et même à un moindre degré familles);
- mais les finalités de la société du temps libre et ses modes de fonctionnement (ou d'auto- fonctionnement) restent encore à définir ; et la difficulté majeure à cet égard est double :
 - elle tient d'une part au fait que les Institutions créées pour encadrer un ordre édifié sur la contrainte ont du mal à lâcher prise et à trouver le style qui leur permettrait d'embrayer sur les nouvelles réalités sociales désireuses de plus de liberté ,et de promouvoir leur épanouissement ;
 - mais elle tient également aux mentalités individuelles et collectives héritées de l'ordre ancien qui ne sont pas nécessairement bien armées pour effectuer cet ajustement ; en effet ce dernier ne peut résulter que de choix libres des personnes ; or ces dernières manquent de référents pour effectuer leurs choix et les institutions ne sauraient décréter des réponses à leur place car ce serait la négation même du principe de libre choix applicable au temps discrétionnaire.
- Pour formuler de manière lapidaire la problématique actuelle du temps libre on peut dire que ce dernier existe bel et bien en tant que virtualité, mais que pour devenir une réalité vécue de manière satisfaisante, le temps théoriquement libre doit devenir un temps véritablement choisi par ses bénéficiaires ce qui est encore loin d'être vraiment le cas .

32) Des raisons objectives d'espérer en une société du temps choisi

Dès lors que la nécessité matérielle est de mieux en mieux maîtrisée ou ,selon les cas, en voie de l'être, les aspirations individuelles et sociales ont la possibilité effective d'accéder à des finalités plus élevées ; celles ci comportant en premier lieu les activités permettant de se réaliser personnellement, puis la recherche de la reconnaissance sociale , puis les finalités purement altruistes et au plus haut degré, les finalités d'ordre spirituel et religieux.

Cette gradation des motivations amène en premier lieu les individus et groupes sociaux à faire des choix clairs sur ce qui les intéresse à titre personnel et non pas à subir les sollicitations multiples qui les assaillent au quotidien . Pour fait un tel choix, ils doivent d'abord disposer d'une base minimale d'informations sur les opportunités existantes et d'un outillage mental nécessaire pour retenir les options pertinentes. Or ces deux conditions sont, sinon réunies, du moins en voie de l'être pour la partie la plus jeune de la population qui bénéficie d'un niveau éducatif nettement supérieur à celui qui caractérisait autrefois le plus grand nombre et qui , par ailleurs, maîtrise aussi de mieux en mieux les outils de la communication instantanée. On peut donc estimer que les conditions matérielles objectives de l'exercice d'un libre choix sont aujourd'hui en voie de réalisation en ce qui concerne le QUOI et qu'elles seront entièrement réunies dans un avenir raisonnablement proche .

Reste à se demander si les intéressés sont pareillement équipés pour ce qui concerne les conditions subjectives nécessaires à un choix de qualité et plus particulièrement s'ils ont une idée assez claire des finalités morales et des valeurs sociales permettant d'assurer le développement de l'Homme vers qu'il a de plus noble. En d'autres termes les intéressés disposent ils d'une vision claire du POURQUOI et VERS QUOI ?

Poser cette question et chercher à y répondre conduit à s'engager sur une réflexion quant à la nature profonde de l'Homme , bonne ou mauvaise, et donc à revenir sur ce thème central à toute réflexion philosophique et spirituelle .

A un moment donné on ne peut trancher cette question qu'en effectuant un pari qui déterminera tout le reste :

- Soit on admet que l'Homme est fondamentalement Amour (des autres et de soi-même) et alors il mérite d'exercer pleinement sa liberté : c'est le choix des chrétiens sur le plan spirituel ,mais aussi des démocrates au niveau de l'organisation sociale ;
- Soit au contraire on estime que la nature de l'Homme est égoïste voire perverse et qu'il devra donc toujours être contraint et enserré dans des obligations dictées par d'autres ,faute de pouvoir en attendre quoi que ce soit de bon: c'est le choix des nihilistes et autres philosophies du désespoir mais aussi des totalitaires sur le plan politique.

Même si le monde actuel donne des signes évidents de dérèglement – et il en a toujours donné- rien n'indique que le premier courant de pensée (optimiste) , qui est de plus en plus dominant , soit sur le point de céder la place au second (pessimiste) .

Dès lors qu'on a soi même pris parti pour la première voie (celle de la confiance et de la liberté) il reste à déterminer comment sans jamais user de la contrainte ni entraver la liberté des choix il est possible de contribuer à ce que chacun soit à même de prendre les meilleures options possible..

33) Voies et moyens favorisant une croissance de l'Homme dans ses dimensions relationnelles et spirituelles :

La pensée chrétienne et les valeurs profondément humaines qu'elle véhicule sont sans doute plus profondément ancrées au sein de notre tissu social que ne le laissent paraître les pratiques formelles des rites religieux ; on peut même affirmer que dans les domaines

sociaux et moraux il existe une très large convergence entre ces valeurs chrétiennes et les options humanistes laïques.

La question pratique posée aux uns et aux autres revient dès lors à déterminer comment aider leurs contemporains à se dégager de la gangue purement matérialiste qui tend à les enfermer et favoriser leur quête de croissance dans les domaines d'un relationnel et d'une spiritualité plus riches qui sont le plus important de ce que l'Homme possède en propre .

Les chemins pour parvenir à ces fins sont sans doute très nombreux mais nous souhaiterions mettre l'accent sur trois voies qui nous semblent particulièrement pertinentes à savoir , manifester davantage les valeurs chrétiennes dans l'univers culturel, préserver dans le temps libre des espaces pour un véritable repos, et enfin réaffirmer le rôle clef de la famille dans la construction de la personne.

Manifester les valeurs chrétiennes dans l'univers culturel : trop souvent dans le passé les chrétiens ont manifesté leur présence au réel en intervenant dans le monde des affaires , dans la politique des partis, dans les grands projets publics mais en négligeant assez systématiquement l'univers de la culture et en abandonnant ainsi ce dernier à des forces politiques et à des courants de pensées généralement hostiles au message chrétien ou au mieux neutres par rapport à ce dernier.

La contribution chrétienne au développement de l'Homme passera nécessairement par un gros travail de réinvestissement du milieu culturel ; aujourd'hui ce dernier est majoritairement occupé par les nostalgiques d'une pensée révolutionnaire et totalitaire qui sont d'autant plus agressifs et amers que les mises en œuvre de cette pensée sur le terrain ont été particulièrement calamiteuses.

- **Travailler les programmes télévisuels** : compte tenu du fort intérêt porté aux programmes télévisuels , il apparaît pertinent de chercher à les influencer à l'occasion de participations aux débats , à travers des offres de collaborations voire en développant des spectacles capables d'apporter des contributions positives ; la diffusion du message chrétien a sans doute beaucoup progressé à travers les interventions de personnalités comme celles de Jean XXIII, de Jean Paul II et de Mère Theresa ou encore dans la sphère italienne par les actions d'un homme politique comme De Gasperi. On peut aussi constater l'impact de représentations à contenu religieux prédominant avec des thèmes tirés de la Bible ou du Nouveau Testament ; ainsi le film de Mel GIBSON sur la passion du Christ a-t-il connu un impact considérable dans le monde entier.

La promotion de chaînes spécialisées ou de radios chrétiennes participe du même esprit.

ainsi que le fait d'offrir un choix de lectures véritablement chrétiennes : le message chrétien peut notamment être promu par l'offre de quotidiens d'hebdomadaires présentant des contenus solides mais également modernes et autant que possible captivants .

Préserver les temps d'un véritable repos :

- La multiplication des sollicitations externes et l'occupation du temps libre par une foultitude d'activités ont généré dans tous les pays un activisme du plus grand nombre qui contribue à exclure le repos du temps libre (avec pour effet paradoxal de créer une nouvelle forme de stress venant en quelque sorte aggraver et non corriger celle produite par le travail) .
- Pour progresser dans sa réflexion et donner à sa personnalité une assise suffisamment solide, l'homme a besoin de se poser et de prendre le temps de

respirer : le plus beau cadeau qu'on puisse se faire à soi-même c'est en effet de garder du temps libre pour soi, sans but précis en sachant en quelque sorte « perdre de son temps ».

- C'est en effet seulement à cette condition qu'il est possible de se fortifier et de générer à l'intérieur de soi-même les ressources nécessaires pour se structurer, pour parvenir à une capacité de jugement suffisamment autonome et donc pour définir des choix de vie permettant de grandir tout au long de sa vie quelles que soient les difficultés de l'environnement qui seront rencontrées.
- Une telle approche requiert l'adoption d'une véritable discipline intérieure tant est forte la pression à céder aux sollicitations ambiantes d'un activisme débridé mais sans but véritable.

Réaffirmer en toutes circonstances le rôle pivot de la famille dans la construction de la personne :

Si l'instruction scolaire pourvoit assez complètement aux besoins de formation culturelle et technique, elle a dans la plupart des pays renoncé plus ou moins complètement à la transmission des valeurs morales et des règles de vie en société qui constituent pourtant le socle de toute véritable éducation ; cette carence aggravée au fil des ans a souvent provoqué des désordres et des situations d'incivisme tels que certaines administrations effectuent présentement un certain retour en arrière en réintroduisant par exemple l'enseignement civique et moral dans les programmes scolaires (cas de la France). Mais la part de ces enseignements restera néanmoins trop faible et surtout trop vague pour donner aux élèves des bases suffisantes à la formation de leur jugement et la conduite de leur propre destinée.

C'est donc aux familles qu'il revient d'assurer l'essentiel en termes d'Education pour ce qui concerne les comportements sociaux mais aussi pour le développement chez tout un chacun d'un système de valeurs indispensable à la conduite de sa vie : développement de l'altérité et de l'amour de l'autre ; sens de la responsabilité et de l'engagement personnel ; quête de la vérité ; importance de la confiance ; goût de l'effort et de la continuité dans les actions entreprises... Tous ces points seront d'autant mieux enseignés qu'ils le seront non pas de manière théorique, mais à travers un éclairage bienveillant apporté, chemin faisant par un parent ; les faits de la vie sont ainsi décryptés au fur et à mesure qu'ils se produisent et que l'enfant ou l'adolescent est invité à leur apporter des réponses ; les valeurs les mieux assimilées sont celles qui constituent des grilles de lecture validées à l'épreuve du réel, et le rôle des parents est dans une large mesure d'effectuer cet accompagnement au jour le jour de leur(s) enfant(s).

Conclusion : nécessité de promouvoir une société du temps choisi.

Si les citoyens disposent d'un temps libre de plus en plus large, ce dernier est souvent alloué à des activités de qualité médiocre conçues par leurs promoteurs comme de nouveaux biens de consommation de masse.

Or le temps libre pourrait devenir un levier fantastique permettant à l'Homme de grandir pour autant qu'il donne lieu à des choix judicieux. Pour atteindre un tel objectif, il importe que les intéressés puissent se prononcer en connaissance de cause à partir de référentiels pertinents c'est à dire en fonction de systèmes de valeurs ; ces derniers sont dans bien des cas sont quelque peu brouillés, mais ils n'en constituent pas moins un point de passage obligé pour créer les conditions du libre arbitre personnel.

Dès lors la mission de tous les responsables est de faciliter par tous moyens utiles la construction par tout un chacun de son propre système de valeurs, sans lequel l'exercice de la liberté demeure théorique. La société du temps libre dans laquelle nous sommes déjà entrés de plein pied ne deviendra une société de Liberté que lorsqu'elle sera devenue une Société du temps choisi.