

« Nos enfants ont le droit de s'ennuyer ! »

Carl Honoré sera bientôt en Belgique. Son best-seller

« **Éloge de la lenteur** », est une plaidoirie de rentrée pour ralentir son rythme de vie.

● **Interview :**
Jean-Jacques GUIOT

Carl Honoré, c'est la rentrée, le stress reprend dans les familles ?

On est accro à la vitesse et aux agendas super-chargés, on fait trop de choses. Comme adulte, mais aussi avec nos enfants. Nos enfants sont devenus nos projets de parents. On investit trop d'énergie pour les transformer en des petits dieux de perfection. Ma solution serait de réduire la pression. Éteindre les appareils électroniques. Laissons les enfants tranquilles. Qu'ils jouent et s'ennuient librement.

Ne rien faire, c'est aussi apprendre ?

Tout à fait. On a perdu l'art de ne rien faire, de rêver avec les yeux ouverts. La société est basée sur l'hyperactivité. Pour l'enfant, l'ennui peut être la clef à la créativité, pour se connaître soi-même. L'ennui est un droit de l'enfant.

Les gosses ont un agenda de ministre : piano, escalade, tennis, etc. ?

J'ai de la pitié pour eux. C'est une opportunité perdue. Je suis à New York pour cela, lancer un projet dans une école dans l'Upper East Side, un quartier très chic. Dans le monde anglo-saxon, on commence à comprendre qu'on est tombé dans l'excès. Les enfants doivent récupérer la liberté. La qualité plutôt que la quantité. Moins, c'est plus !

Vous êtes adepte de la « slow attitude », un concept qui sonne bien ?

Je ne suis pas fondamentaliste, j'aime la vitesse. J'habite Londres, mais la vitesse ne rime pas nécessairement avec efficacité. Tout cela fait mal à la santé, aux relations humaines, à l'environnement. Ce n'est pas une mode ! C'est une révolution culturelle, une philosophie d'avenir. Volkswagen a modifié ses serveurs pour que ses employés ne puissent plus recevoir ou envoyer de courriels en dehors des heures de travail. On a besoin de débrancher. Ce délicieux paradoxe de la lenteur a augmenté la productivité.

Vous coachez des familles, que leur diriez-vous pour ces jours de rentrée ?

Si vous venez d'un été de len-

teur, pas de transition brusque. Pas une première journée de 15 heures. Faire les choses en famille. Les appareils électroniques nous ont contaminés. Mettre des limites aux GSM, il y a une addiction à la connectivité.

On parle parfois de jeunes apathiques « deux de tension » ? Ce n'est pas paradoxal de leur prôner la lenteur dans un contexte de mondialisation ?

Cet état d'apathie est le résultat de la culture de la vitesse. Donnons-leur l'espace, la liberté pour se connaître, aussi de rendre service à l'autre, c'est un beau chemin.

Le stress paralyse des jeunes, en particulier ceux qui veulent bien faire ?

C'est un problème mondial, la tyrannie du perfectionnisme. La perfection n'existe pas. C'est devenu une maladie. Comment s'en sortir ? Cela commence à la maison. Les parents doivent expliquer la nécessité de se tromper. On apprend de ses erreurs. L'école est tombée dans ce même coulant, on n'apprend pas assez de ses erreurs. À la Wimbledon High School, ils ont lancé une semaine de l'échec. Cela a changé la culture de l'école. Des étudiants osent à nouveau prendre plus de risques. ■

« Je ne suis jamais pressé ! »

« Je ne suis jamais, jamais pressé, j'ai avalé la pilule de la lenteur », dit l'auteur du best-seller, traduit en 30 langues. Il en fera la preuve lors de l'interview. « Je connais une petite crise en famille, je ne sais pas vous skyper ». Carl Honoré déplace à la dernière minute le rendez-vous prévu. Trois jours plus tard, il sera d'une extrême disponibilité pendant quarante minutes depuis son hôtel à New York. Une sérénité qui se dégage au-delà de l'Atlantique. « J'ai réappris l'art de dire non, c'est surtout important pour les femmes qui ont une génétique les poussant à aider tout le monde. C'est impor-

tant d'expliquer pourquoi on ose dire non. » Le Canadien vient de faire le buzz en Australie avec un nouveau programme TV.

L'essayiste croit aux bicyclettes publiques, à la méditation en entreprise, au yoga, aux siestes dans les sociétés : « Pas celles de l'Espagne avec bouteilles de vin rouge mais 20 à 25 minutes comme le recommande la NASA, pour avoir les piles rechargées. » Il se réjouit du mouvement slow food né en Italie « pour consommer à un rythme plus humain. » M. Honoré ne travaille jamais plus d'une heure. « Je fais aussi du hockey sur glace, du foot, du roller, du jogging. »

En matière d'école, il estime la quantité des devoirs trop importante, il invite à la concertation entre enseignants. « À Eaton, l'école des 19 Premiers ministres, l'un des professeurs lance le débat en laissant cinq minutes de réflexion. Avant, c'était une petite minorité d'enfants qui répondaient, chacun à aujourd'hui son rythme. La lenteur est synonyme de paresse, alors que c'est tout le contraire. » Carl Honoré sera à Marche le 22 septembre à 19h30 à la rue André Feher et le 24 septembre à Arlon au garage Mazzoni. ■

JIG