



1

POURQUOI RALENTIR ?

« Notre conscience de ce qui nous attend ne semble avoir aucun effet sur le cours des événements. Tout se passe comme si notre intelligence était impuissante, dominée par des processus plus profonds, inconscients, que nous ne maîtrisons pas. Nous assistons, sans réaction, aux préparatifs de notre propre enterrement. Car, dans une économie globalisée, la situation de la planète Terre est identique à celle d'une île. Nous sommes perdus au milieu de l'univers, nous n'avons pas d'autre Terre où aborder, et la préservation de nos ressources naturelles et du climat est une question de vie ou de mort. »

Sébastien Bohler, *Le bug humain*, Robert Laffont, 2019.

RALENTIR POUR ARRÊTER DE PILLER LA PLANÈTE

Consommer toujours plus, se déplacer de plus en plus souvent, très loin, très vite : tout cela a un coût environnemental que nos descendants devront payer. Nos modes de vie font de nous de véritables pilleurs du sol et du sous-sol terrestre, mais aussi des ressources renouvelables auxquelles nous ne laissons plus le temps de se régénérer. En vénérant le mythe de la croissance, la majorité des économistes et des hommes politiques nous encouragent à participer au pillage de la planète. Ils ne veulent pas voir l'incompatibilité entre la préservation des ressources naturelles et le maintien de cette fameuse croissance.

LE MYTHE DE LA CROISSANCE

«Celui qui croit que la croissance peut être infinie dans un monde fini est soit un fou, soit un économiste.»¹ Je rajouterais volontiers, car c'est malheureusement encore souvent le cas : *«soit un homme politique, soit un journaliste.»* Certes, on conçoit qu'au début de l'ère industrielle, lorsque les ressources terrestres paraissaient illimitées, on pouvait envisager une croissance économique sans limites. Aujourd'hui, il suffit de s'informer un minimum pour prendre conscience de l'épuisement des ressources terrestres. Les faits sont là pour nous le prouver, comme le pic de pétrole conventionnel atteint en 2006 (voir plus loin). Face au consensus aveugle de la majorité des économistes ou des hommes politiques qui ne jurent que par la croissance, par exemple en arguant que celle-ci crée de l'emploi, alors que c'est faux, certains prennent du recul. C'est le cas d'Éloi Laurent, qui dans son dernier ouvrage intitulé *Sortir de la croissance*² explique par le menu pourquoi croissance et PIB³ sont des notions obsolètes.

Croissance et PIB

«Le PIB mesure la production de biens et services échangés sur les marchés et monétarisés au cours d'une période donnée, en comptabilisant les flux de revenus, de dépenses ou de valeur ajoutée. La croissance désigne l'augmentation du niveau du PIB à prix constants.»⁴ Lorsqu'on entend parler de croissance, il s'agit le plus souvent de celle du PIB et non de celle de notre bien-être... Ce dernier ne peut être évalué simplement avec ce que l'on possède, avec le verbe «avoir». Il doit aussi se mesurer avec le verbe «être».

1. Célèbre citation de Kenneth E. Boulding (1910-1993), économiste et philosophe américain.

2. Éloi Laurent, *Sortir de la croissance*, Les Liens qui Libèrent, 2019.

3. Produit intérieur brut.

4. Définitions données par Éloi Laurent dans son livre *Sortir de la croissance*.

Un petit pays niché au cœur de l'Himalaya, le Bhoutan, a inscrit le BNB, « bonheur national brut », dans sa constitution. Éloi Laurent nous rappelle que pour Aristote, il y a plus de 2500 ans, le but ultime de l'économie n'était pas l'accumulation de richesses, mais la poursuite du bonheur. Le PIB est un indicateur conçu dans les années 1930, suite à la grande dépression. Depuis, il est le phare de la grande majorité des économistes, mais c'est un phare qui malheureusement attire tous les pays du monde sur les récifs d'une catastrophe imminente. Pourtant, comme le rappellent Abhijit V. Banerjee et Esther Duflo dans leur livre *Économie utile pour des temps difficiles*⁵, la croissance aurait pris fin le 16 octobre 1973, le jour où les membres de l'OPEP⁶ ont annoncé un embargo sur le pétrole. Quelques mois après, le prix de l'or noir avait quadruplé. Depuis, la croissance n'a jamais vraiment repris son rythme d'avant 1973.

LE BNB DU BHOUTAN

Le bonheur national brut (ou BNB) a été proposé en 1972 par le roi du Bhoutan, l'année de son accession au trône à l'âge de 16 ans. Cet indice a pour objectif de guider l'établissement de plans économiques et de développement pour le pays tout en respectant les valeurs spirituelles bouddhistes. Il s'agit d'une alternative au calcul occidental de la richesse des nations fondé sur le PNB (produit national brut). Il est inscrit dans la constitution du Bhoutan promulguée le 18 juillet 2008.

La décroissance

La décroissance est un concept à la fois économique, social et politique, qui se base sur le fait qu'une croissance économique infinie dans un monde fini est une absurdité. Les acteurs du mouvement de la décroissance nous rappellent les effets négatifs de la croissance : dysfonctionnements de l'économie (aliénation au travail, précarité, chômage) et pollutions diverses entraînant la détérioration des écosystèmes. L'objectif de la décroissance est de sortir délibérément de la croissance. Les « objecteurs de croissance » s'engagent dans la simplicité volontaire, en nous invitant à réviser les indicateurs économiques de richesse, notamment le PIB, et à repenser la place du travail dans la société, dans le but de réduire les dépenses énergétiques et ainsi notre empreinte écologique.

5. Abhijit V. Banerjee et Esther Duflo, *Économie utile pour des temps difficiles*, Le Seuil, 2020.

6. Organisation des pays exportateurs de pétrole.



2

COMMENT RALENTIR ?

« On est tellement habitué à gagner du temps et à gagner du temps avec les machines que maintenant, on remplit encore plus le temps, donc on a l'impression de ne plus en avoir. »

Parole d'enfant citée par Gilles Vernet
dans son film documentaire *Tout s'accélère*.

PRENDRE CONSCIENCE QUE TOUT VA TROP VITE

Pour ralentir, il est primordial de prendre conscience que tout va trop vite, dans la société en général et dans chacune de nos vies en particulier. Nous avons souvent oublié la lenteur et ses bienfaits. Et d'ailleurs nous ne la choisissons plus, nous la subissons, comme lorsque nous nous trouvons coincés dans un embouteillage.

LE GRAND PARADOXE

La «modernité» aurait dû nous offrir le temps sur un plateau. Songeons à tout ce temps libéré par les machines qui travaillent à notre place. Rien que dans la maison : le lave-linge, le lave-vaisselle, les ustensiles électriques de cuisine, etc. nous libèrent des centaines d'heures par an. Qu'en faisons-nous ? Plus les choses se font vite, moins on a de temps pour soi. On remplit souvent le temps gagné par du temps perdu. On ne fait plus la vaisselle, ce qui nous libère du temps... pour regarder la télé !

VOULOIR RALENTIR

Seule la volonté peut nous aider à aller moins vite. Rappelez-vous, nous sommes munis d'un striatum, qui nous pousse à vouloir tout le plus rapidement possible, et toujours plus ! Seule notre conscience, qui naît dans notre cortex, peut réfréner nos pulsions premières. C'est un état d'esprit difficile à acquérir, mais auquel on s'attache progressivement, car à la longue il peut nous procurer le plaisir simple d'apprécier chaque instant et chacun de nos gestes.



LES VERTUS DU JARDINAGE

Lorsqu'on a la chance d'avoir un petit lopin de terre, chez soi ou dans un jardin partagé, s'adonner au jardinage est une voie royale pour ralentir. C'est d'abord au jardin que j'ai appris à ralentir.

SUIVRE LE RYTHME DES SAISONS

Le simple fait d'entretenir un jardin, et surtout de faire un potager, nous installe dans un rythme lent, celui des saisons. Si on l'avait oubliée, on retrouve la saisonnalité de chaque légume. Pas celle de notre primeur ou de notre marché local, mais celle de la région où l'on vit. Les tomates par exemple, que l'on a souvent envie de consommer dès les premières chaleurs, vers le mois de mai, ne sont généralement mûres, dans notre potager, qu'à partir du mois de juillet.

LE JARDINAGE STIMULE DES VERTUS ESSENTIELLES

Plusieurs vertus naissent du jardinage, par exemple la contemplation, la patience, la réflexion.

La patience est sans doute la vertu la plus nécessaire au jardin. Certaines tâches manuelles de jardinage sont longues : travailler la terre, désherber, découper des végétaux pour le compost, etc. En accomplissant quelque chose lentement et qui irait beaucoup plus vite en utilisant une machine (un motoculteur, un broyeur), on pourrait penser que l'on « perd » son temps, alors qu'en réalité, on « prend » son temps, on en apprécie chaque seconde [...].

AUCUNE MACHINE AU JARDIN

Quel plaisir de jardiner accompagné du chant des oiseaux ! Dans la cabane de mon jardin, ni motoculteur, ni tondeuse à moteur, ni coupe-bordure filaire, ni tronçonneuse... J'entends assez, malheureusement, les machines de mes voisins. Le travail manuel est plus long. Et alors ? Tant mieux ! Car c'est autant le travail que son aboutissement qui me rend heureux. De plus, le travail sans machine est mieux fait, plus propre. La coupe des végétaux sectionnés au sécateur est franche, tout comme celle de l'herbe fauchée à la faux ou avec une tondeuse à main. Les animaux sont épargnés et la lenteur du débroussaillage manuel permet à la végétation de reprendre ses droits.

3

LES BIENFAITS DU RALENTISSEMENT

UNE DIMINUTION DES POLLUTIONS

Réchauffement climatique et augmentation des pollutions sont souvent liés puisque ce sont les excès de nos consommations qui en sont l'origine. Si nous consommons moins, les pollutions – qu'elles soient d'origine agricole, industrielle ou domestique – devraient aussi diminuer.

DIMINUTION DES POLLUTIONS AGRICOLES

Réduire notre consommation de produits animaux et de produits issus de l'agriculture conventionnelle entraîne une diminution des pollutions agricoles (des sols, des eaux, de l'air). Nous avons vu aussi que l'agriculture biologique émettait moins de GES et n'utilisant pas de pesticides chimiques, pollueait beaucoup moins. Produire ses propres légumes contribue également à faire baisser les pollutions d'origine agricole, car depuis le 1^{er} janvier 2019, les particuliers n'ont plus le droit d'utiliser de produits chimiques dans leurs jardins. En s'inspirant de la permaculture, en vivant davantage à la campagne, on augmente l'autoconsommation et les achats de proximité, entraînant ainsi une diminution des productions agricoles de masse et donc des pollutions qu'elles engendrent.

DIMINUTION DES POLLUTIONS INDUSTRIELLES

De la même façon que notre alimentation impacte fortement les niveaux de pollutions agricoles, notre consommation de produits manufacturés impacte les niveaux de pollutions industrielles. Nous pouvons aisément réduire nos consommations d'objets inutiles ou superflus sans pour autant diminuer notre bien-être. Nous devons rester vigilants sur les pollutions cachées, sciemment gardées sous silence par les industriels. C'est le cas aujourd'hui de la voiture électrique, toujours présentée comme la solution « propre » au remplacement de la voiture thermique, non seulement par les fabricants automobiles, ce qui paraît logique, mais également par les politiques et les médias. En réalité, la voiture électrique est polluante car son déploiement à grande échelle utilise de l'électricité issue de centrales thermiques à charbon, ou bien de centrales nucléaires (dont la gestion des déchets sur le long terme reste un problème). La fabrication et le recyclage des batteries engendrent aussi des pollutions.

4

**ILS ONT RALENTI,
POURQUOI PAS
VOUS ?**

GABRIEL

« RALENTIR, C'EST SE SATISFAIRE DE CE QUE L'ON A »

Gabriel, 31 ans, n'a jamais vraiment ralenti puisqu'il est dans l'incapacité d'accélérer. Pour lui, le travail manuel, pour entretenir son oseraie, son potager ou construire sa cabane, est une communion avec le temps.

« Je suis aujourd'hui osiériculteur-vannier, mais je préfère dire « paysan », car je suis avant tout un artisan du territoire, paysan comme la majorité des terriens. C'est un gage d'humilité. J'avais commencé à pratiquer la vannerie pendant mes études, en découvrant la vannerie sauvage. Elle consiste à collecter dans les haies différents végétaux comme le noisetier, la ronce, le cornouiller, la clématite, les rejets de peuplier... Je suis devenu osiériculteur pour pouvoir développer la vannerie, que je commercialise en partie dans une boutique d'artisans locaux. Pour installer mon oseraie, j'ai eu la chance de trouver un terrain de 3 500 m², en partie humide car longé par un ruisseau, ce qui n'est pas courant en Provence.

Aujourd'hui, avec ma compagne Léa, nous sommes en location dans le village, mais les confinements répétés dus à la crise sanitaire de 2020 nous poussent à aller vivre à côté du jardin et de l'oseraie, de "nous mettre à l'abri". J'aime aller au jardin à pied (à environ 3 km du village), c'est une sensation de liberté fabuleuse. J'ai alors conscience de ne rien devoir à personne, de ne rien piller : je vis gratuitement. Sur mon terrain, je trouve de quoi préparer mon repas du midi, avec quelques herbes et les œufs de mes poules. Après une journée de travail à mon rythme, je rentre au village à pied, comme je suis venu le matin. »

L'empreinte carbone de Gabriel

Gabriel a calculé son empreinte carbone actuelle, qui est de 6,1 tonnes, tandis que l'empreinte moyenne des français est de 11,2 tonnes. Il a également calculé celle qu'il devrait avoir lorsqu'il aura terminé l'autoconstruction de sa petite maison, qui sera alors de 3,7 tonnes. Son exemple montre clairement l'impact de nos habitations dans ce calcul. En habitant dans une maison complètement autonome en énergie et de très petite surface, Gabriel arrive à diviser par dix la part de son empreinte due au logement. Il réduira en même temps la part due au transport puisqu'il installe sa maison près de son principal lieu de travail (son oseraie).