

SOMMES-NOUS LIBRES ?

Notre société nous permet-elle de nous épanouir ?

Qu'est-ce que la liberté ?

Comment gérer son temps pour gagner en liberté ?

Lorsqu'on évoque la **liberté**, on parle de la situation de quelqu'un qui n'est soumis à aucune influence oppressante.

L'**individu libre** a la capacité de réfléchir et de décider pour lui-même, en son âme et conscience, en respectant le devoir qu'il s'est lui-même fixé. Il n'est soumis à aucun pouvoir ni pression illégitime.

Mais comment mesurer notre degré de liberté ?

Cet article propose une approche de la liberté à **travers une analyse de notre emploi du temps quotidien** :

1. temps passé au travail,
2. temps d'éducation et de formation,
3. temps domestique et familial,
4. temps citoyen,
5. et temps libre.

Le but ne sera pas ici de comparer les volumes horaires affectés à ces différentes catégories, mais plutôt de tenter d'analyser ce qui, au sein de chaque type, peut être **asservissant** ou au contraire **libérateur** :

- est **asservissant** ce qui est synonyme de soumission, de passivité ou d'inégalité,
- est **libérateur** ce qui permet la réalisation de soi, l'autonomie et l'harmonie.

Sommes-nous libres ?

Tentons de mesurer notre niveau de liberté par une analyse de notre emploi du temps quotidien.

1) Le temps passé au travail.

Le travail rythme la vie des actifs. Il est vecteur de socialisation et permet d'être utile à la société.

Sommes-nous libres au travail ?

Voici les éléments qui sont susceptibles de rendre le temps passé au travail asservissant :

- **subordination**, hiérarchie,
- non prise en compte des besoins et idées des travailleurs,
- travail au service exclusif d'intérêts privés : manque ou perte de sens au travail,
- répétitivité et division des tâches,
- conditions : intensité, **fatigue**, usure,
- horaires décalés imposés,
- temps de déplacement long,
- concurrence sur le marché du travail : **peur du déclassement et du chômage**,
- menace de recul de l'âge de la retraite.

D'autres éléments au contraire peuvent être libérateurs :

- **autonomie et créativité**,
- perception du sens et de l'**utilité au travail**,
- respect des rythmes biologiques,
- sécurité, perspectives professionnelles,
- travail au service des autres (utilité, réalisation de soi),
- coopération et **entraide au travail**.

2) Le temps d'éducation et de formation.

Le temps d'éducation et de formation concerne les jeunes, mais pas uniquement. Sommes-nous libres à l'école ou en formation ?

Voici une liste d'éléments qui peuvent rendre le temps d'éducation et de formation asservissant :

- **moule scolaire**,
- gestion administrative des enseignements,
- **cloisonnement des apprentissages** (en particulier au collège et au lycée),
- rythmes fatigants,
- peur des **notes** et de l'échec,
- **inégalités** dans le système scolaire et universitaire,
- **élitisme dévoyé**,
- reproduction des différences sociales.

Les éléments qui peuvent au contraire être libérateurs sont les suivants :

- école ouverte,
- décloisonnement des apprentissages,
- respect des différences,
- **écoute et bienveillance**,
- responsabilisation,

- égalité des chances, **équité**.

3) Le temps familial et domestique.

Nous parlons ici du temps en famille, ou du temps passé à l'économie domestique.

Les éléments néfastes ou asservissants sont les suivants :

- l'usage des **écrans**, qui provoque baisse des interactions familiales, isolement et tensions,
- la **publicité** (marketing de masse) qui impose aux familles le désir d'accéder à un modèle artificiel, et une frustration en cas d'échec,
- la **consommation massive et standardisée**, qui monopolise et vide de sa substance le temps familial.

A l'inverse, voici les éléments qui peuvent être libérateurs :

- les temps d'**écoute**, de **partage** et de **discussion** entre membres de la famille,
- l'éducation et la transmission de savoir-être ou de savoir-faire,
- les jeux et activités en extérieur,
- la **consommation réfléchie**.

4) Le temps citoyen.

Le temps citoyen interroge la manière dont nous intervenons dans la cité pour faire vivre la **démocratie**.

Sommes-nous libres dans le système politique actuel ?

On peut lister les éléments néfastes ou asservissants suivants :

- pouvoir monopolisé par **les élites**,
- faible légitimité des gouvernants,
- démocratie indirecte,
- concentration des **pouvoirs**,
- prêt-à-penser idéologique,
- **passivité des citoyens**,
- culture de la peur,
- débat biaisé, confisqué, ou absence de débat.

Les éléments qui peuvent au contraire être libérateurs :

- **démocratie directe**,
- réelle séparation des pouvoirs,
- **contrôle citoyen** sur l'économie, les finances, l'administration et les médias,

- **initiatives citoyennes,**
- débats citoyens,
- protection sociale et services publics.

5) Sommes-nous libres ? Le temps libre.

Enfin, les éléments qui peuvent traduire une mauvaise utilisation du temps libre sont les suivants :

- repli sur soi,
- shopping,
- consommation culturelle uniformisée,
- **surconsommation** de contenus virtuels,
- **tourisme de masse,**
- sport-compétition ou sport spectacle.

Les éléments qui sont au contraire libérateurs :

- pratique d'activités épanouissantes ou créatives (sports, arts, musique...),
- réflexion, expérimentation (philosophie, sciences),
- introspection, **connaissance de soi,**
- ressourcement et attention portée à sa santé,
- **perspectives de vie,**
- rencontre avec les autres, **fraternité,**
- découverte du monde et des civilisations.