

LA REVANCHE DE LA VRAIE VIE

L'ADDICTION AUX
PORTABLES NOUS GUETTE,
LA PEUR DU BIG DATA
NOUS GAGNE... ET LA
RÉALITÉ NOUS APPELLE. UNE
ENVIE DE DÉCONNEXION
ET DE RELATIONS
CONCRÈTES S'EMPRE DE
BEAUCOUP D'ENTRE NOUS.
ENFIN ?

PAR **NATHALIE DOLIVO** ET **CATHERINE ROBIN**
ILLUSTRATIONS **MIKEL CASAL**

À la fin de l'année, il y a les montagnes de cadeaux, la valse folle des chapons, les enfants joyeux autant que surexcités...

Mais il y a aussi cette sensation diffuse, que l'on méconnaît parfois le reste de l'année, liée au fait d'être pleinement présent à l'instant. D'être immergé jusqu'au cou dans « la vraie vie ». Peut-être est-ce dû au fait que les portables sont alors (presque) à l'arrêt, que les mails se raréfient, que les notifications se mettent en pause – bénie soit la désuète « trêve des confiseurs » ! Peut-être est-ce parce que l'on a cuisiné des mets inhabituels, que l'on s'est concentré comme jamais sur les proportions à respecter et les ingrédients à mélanger. Entre deux paquets à fignoler et une couronne de sapin à bricoler, on a fini par oublier les images anxiogènes qui tournaient encore récemment en boucle sur une chaîne d'info continue et les alertes actu incessantes. On a savouré le moment présent en se disant que, décidément, tout cela avait du bon.

Une fois les fêtes terminées, se pourrait-il que la magie se prolonge ? C'est en tout cas le souhait, grandissant, d'une bonne partie de nos concitoyens qui aspirent de plus en plus à (se) déconnecter. À renouer avec le monde réel plutôt qu'à se perdre dans le virtuel. « Nos études montrent clairement ce désir de déconnexion, confirme le sociologue Rémy Oudghiri, directeur général adjoint de l'institut Sociovision ; 80 % de nos sondés affirment vouloir être plus proches de la nature, même s'ils sont aussi 40 % à penser que ce ne sera pas réalisable. En deuxième position, ils mettent en avant l'envie de contacts humains, de convivialité. » Sous-texte : marre de ces écrans omniprésents qui, en toute logique, font écran entre nous et le monde. Voilà pourquoi des artistes aussi se mobilisent pour demander à leur public d'être pleinement avec eux lors de performances en direct. On se souvient de la chanteuse Adèle qui, en mai 2016 à Vérone, avait interpellé un spectateur : « Arrête de filmer, lui avait-elle asséné, parce que je suis vraiment là, dans ta vie ! Tu ne regardes pas un DVD et beaucoup de gens, dehors, auraient aimé être à ta place ! » Dans la même veine, l'humoriste Florence Foresti expérimente



désormais lors de ses spectacles le système Yondr. « À l'entrée de la salle, une pochette vous sera remise pour y glisser votre téléphone, celle-ci se bloquera automatiquement. [...] À la fin du spectacle, toutes les pochettes seront déverrouillées et vous pourrez de nouveau l'utiliser, explique-t-elle sur son site. Le dispositif vise à éviter les enregistrements pirates, à assurer le lien avec les spectateurs et à vivre une expérience unique sans mobile. » Autre signe emblématique, les personnalités ayant connu le succès sur les réseaux sociaux sont aujourd'hui de plus en plus nombreuses à déchanter. Pas à un paradoxe près, elles alertent sans relâche leurs followers sur les dangers d'une trop grande addiction. Ainsi de Lena Dunham, Miroslava Duma, Tavi Gevinson... La blogueuse mode Garance Doré a fait part, sans fard, de sa dépression et de ses problèmes de santé mentale qu'elle lie pour partie à son activité intense sur Internet. « Quand je passe trop de temps sur les réseaux sociaux, mon pouls s'accélère et ma gorge se noue, écrit-elle. C'est un signe

suffisant pour que je pose mon téléphone et que je redéfinisse ma consommation – exactement comme après deux verres d'alcool, je sais que je dois m'arrêter. » Pour Michaël Stora, psychanalyste, coauteur de « Hyperconnexion » (avec Anne Ulpat, éd. Larousse), « le numérique devait idéalement être au service du réel, des hommes. Or les individus hyperconnectés sont devenus les esclaves de leurs outils ». Il ajoute que « les instagrammeuses qui sombrent dans la dépression sont assez symptomatiques de cela. Elles sont une forme de caricature de cette course sans fin à la mise en scène de soi et à la popularité ». Sans être une influenceuse de renom, qui n'a jamais éprouvé cet épuisement après avoir scrollé ou surfé à l'aveugle pendant de précieuses minutes, voire heures ? « Les nouvelles technologies provoquent une fatigue psychique, analyse Pascal Chabot, philosophe et auteur d'« Exister, résister, ce qui dépend de nous » (éd. Puf). Avant, les pathologies liées au travail naissaient dans les corps, fatigués musculairement. Aujourd'hui, c'est l'esprit qui est épuisé de courir toujours après la nouveauté, dans la peur de manquer quelque chose. Les hyperconnectés sont toujours dans le sentiment d'urgence. »

Au-delà de notre santé mentale, il est un autre sujet d'inquiétude qui émerge : la protection de nos vies privées.

La survie, même, de la possibilité d'une intimité. « Il y a une grande angoisse liée à la vie privée menacée, confirme Rémy Oudghiri. Désormais, on a bien compris que ces technologies, si elles nous libèrent d'un côté, exigent une grande contrepartie de l'autre. Nos données sont exploitées, certaines de nos informations numériques resteront peut-être gravées à vie sans que l'on puisse les effacer, le nombre de fraudes sur Internet explose... Après l'enthousiasme des débuts de l'ère numérique, on entre en phase de "backlash". » Pas sûr, par exemple, que les assistants connectés, type Siri ou Alexa, trouvent tout de suite leur place dans les foyers. Car ils sont souvent perçus comme des espions faisant intrusion dans le domicile, prêts à se livrer à leur basse besogne de récolte de datas et d'informations en tout genre. « Ce désir de déconnexion naît aussi de l'opposition grandissante aux valeurs véhiculées par les entreprises du numérique, les Gafam, dont le but est que nous soyons le plus connectés possible. Par le passé, nous étions déjà dans une société de la performance, mais cela s'est

ALGORITHMES AND BLUES

Et si les algorithmes menaient à notre perte ? Si, sous couvert de nous aider à choisir le meilleur pour nous, dans tous les domaines, ces savants calculs mathématiques contribuaient surtout à nous fichier et à augmenter les profits de grandes entreprises peu soucieuses du respect de nos libertés ? C'est la thèse développée par Cathy O'Neil dans son nouveau livre « Algorithmes, la bombe à retardement » (éd. Les Arènes). Sous les cheveux bleus de cette jeune Américaine qui la rendent aussi identifiable que la

lavallière distingue Cédric Villani, il y a d'abord, comme chez le mathématicien français, qui signe la préface du livre, une tête bien faite. Titulaire d'un doctorat de mathématiques de Harvard, Cathy O'Neil, 46 ans, a travaillé dans la finance avant de se réorienter, après la crise des subprimes en 2008, vers la science des données, où elle a vite découvert les mêmes forces délétères à l'œuvre. Fervente militante du mouvement Occupy Wall Street, elle a monté sa propre société d'audit d'algorithmes et sillonne la planète pour dénoncer la

menace que ces nouveaux modèles mathématiques, présentés comme des instruments objectifs au service de l'homme, font peser sur les démocraties. Critiquant des scientifiques enfermés dans le secret de leurs savoirs, bien aises de lancer à la face de citoyens intimidés un « c'est trop compliqué pour vous, mais faites-nous confiance », elle plaide pour une approche plus pédagogique, transparente et éthique de la discipline. Qui trouve un écho auprès de très nombreux lecteurs. Succès qu'aucun algorithme n'a su prévoir.

amplifié de manière folle, dans une forme de tyrannie », souligne encore Michaël Stora. Le récent succès du livre de Cathy O'Neil, « Algorithmes : la bombe à retardement » (lire encadré), dans lequel elle dénonce les multiples dérives liées à l'usage de l'intelligence artificielle, ne fait que confirmer cette défiance.

« Résiste ! » semblent donc crier en chœur les militants du bien vivre, les chantres de l'ici et maintenant. Et, pour ce faire, tous les moyens sont bons. On privilégie les moments passés en famille ou entre amis plutôt que de rester seul chez soi devant sa télévision et sur sa tablette. Pour choisir un spectacle, un film ou une pièce, on fait fi des recommandations algorithmiques, pour privilégier son ancêtre, le bouche-à-oreille, comme le montre le succès de la Cinetek, qui

propose des listes des films préférés de réalisateurs du monde entier. On pratique le yoga, la méditation. On cuisine ou on cultive son jardin.

« Le jardinage connaît un boom, confirme Nathalie Damery, de L'Obsoco (L'Observatoire société et consommation). Les gens veulent être dans "le faire" plutôt que dans "l'avoir". Ils veulent renouer avec des choses concrètes, plébiscitent la nature. Le jardinage, activité du temps long par excellence, réapprend la patience et le goût des saisons. » Il s'agit de mettre la main à la pâte – comme à Noël, tiens, on y revient, cette fête emblématique du do it yourself (DIY). Toucher la terre, comme lorsqu'on fait filer son tour de potier (la céramique est une autre de ces activités terriblement dans l'air du temps).

« On est dans une société très technologique, mais finalement assez peu matérialiste, explique Pascal Chabot. Nous connaissons très mal la matière, le bois, le métal, la pierre, la terre... On se sert

des écrans, mais on n'en démonte jamais. Une fois qu'on s'interroge un peu plus finement sur les logiques de la matière, sur ce qu'est le travail de l'artisan par exemple, on aborde un autre monde, dans lequel on ne peut pas tricher. Avec une vis et un boulon, on ne triche pas. Avec Internet, on ne fait que ça. » Et le philosophe de conclure sur ces notes inspirantes : « Il faut redonner une place à autrui, à son corps, à son visage. Il faut se déconditionner, sortir de ce "dataïsme" dans lequel l'humain est réduit à la somme des données dont on dispose sur lui. L'homme n'est pas réductible à cela. Il faut retrouver la saveur du monde. La saveur, ce n'est pas une donnée, c'est une façon d'éprouver le monde. » Un beau programme à méditer pour entamer 2019. ■

**« 80 % DE NOS
SONDÉS
AFFIRMENT
VOULOIR VIVRE
PLUS PROCHES DE
LA NATURE, MÊME
S'ILS SONT AUSSI
40 % À PENSER
QUE CE NE SERA
PAS RÉALISABLE.
EN DEUXIÈME
POSITION,
ILS METTENT
EN AVANT L'ENVIE
DE CONTACTS
HUMAINS,
DE CONVIVIALITÉ. »**

Rémy Oudghiri, sociologue et directeur général adjoint de l'institut Sociovision.

3 QUESTIONS À SERGE JONCOUR



Dans son roman « Chien-Loup » (éd. Flammarion), l'écrivain met en scène un couple en vacances dans les causses sauvages

du Lot, où Internet ne passe pas. Pour le bonheur de l'une et le malheur de l'autre. Interview déconnectée.

ELLE. Pourquoi avez-vous décidé de mettre en scène un personnage techno-dépendant ?

SERGE JONCOUR. Je parle d'une expérience personnelle. C'est ce qui m'arrive quand je vais dans le Lot, dont une partie de ma famille est originaire, et qu'il faut me déconnecter de tout, tout simplement parce qu'il n'y a pas de réseau. En tant qu'auteur, au moment où l'on sort un livre, on se déplace beaucoup, on devient tributaire de ce téléphone qui fait fonction de bureau portatif. Puis revient le temps de l'écriture, où l'on est moins sollicité et où on peut tenir l'outil à distance. On se met sur off et on se déconnecte.

ELLE. Pourquoi sommes-nous tous si exposés à la dépendance ?

S.J. Parce que c'est une technologie très accessible. C'est comme le Nutella : dès qu'on y touche, on est ferré. Au départ, j'étais réticent au téléphone portable. Et puis j'ai cédé, j'ai créé un compte Twitter que je consulte régulièrement et inutilement. Ça ne m'aide pas à vivre, mais c'est devenu une addiction. On s'est tous fait avoir. Dans ma jeunesse, notre seul écran, c'était le téléviseur, qu'on laissait chez soi, dans une mise à distance objective. Aujourd'hui l'écran nous suit partout, on est traqué.

ELLE. Se reconnecter, qu'est-ce que cela signifie pour vous ?

S.J. Pour se reconnecter, il faut d'abord se déconnecter. Il y a une ambivalence dans le terme. « Il est déconnecté », ça peut être péjoratif. On peut se connecter/déconnecter de façon temporaire, comme dans les trains qui traversent des zones blanches (sans réseau). On voit alors les passagers relever la tête de leur portable pour regarder par la fenêtre. Moi, j'ai le sentiment d'avoir deux logiciels en moi, l'un citadin, l'autre plus sauvage. Je passe d'un état à l'autre. Cela est possible parce que j'ai cette maison dans le Lot qui non seulement me reconnecte à la nature, mais aussi à des générations d'aïeux qui, avant moi, ont accompli les mêmes gestes que les miens aujourd'hui.