

## LIVRES

### POUR LES VACANCES

UNE AUTRICE ET DEUX LIVRES QUE J'AI DÉCOUVERTS  
EN ÉCOUTANT LA RADIO EN VOITURE...

CETTE SEMAINE :



**MARINA VAN ZUYLEN**

**L'ART D'ÊTRE DISTRAIT**

*SE PERDRE POUR SE TROUVER*

FLAMMARION – AVRIL 2024 – 112 PAGES



## L'AUTRICE

Franco-américaine, **Marina van Zuylen** est professeure de littérature française et comparée au Bard College. Elle a fait ses études en France avant d'obtenir une licence en littérature russe et un doctorat en littérature comparée à l'Université de Harvard. Elle est l'auteur de *Difficulty as a Aesthetic Principle*, *Monomania* et *The Plenitude of Distraction*. Elle a fait l'éloge de certaines des maladies de la modernité - l'ennui, la fatigue, l'oisiveté, la médiocrité - et a écrit sur le snobisme, les

troubles dissociatifs et l'esthétique obsessionnelle compulsive. Elle a publié de nombreux articles sur l'œuvre de Jacques Rancière et a écrit sur l'art et l'esthétique pour le MoMA et d'autres lieux liés à l'art. Elle a enseigné à Harvard, Columbia, Princeton et à l'université de Paris VII.

## CE QUE DIT L'ÉDITEUR

### L'Art d'être distrait

#### *Se perdre pour se trouver*

Traduction (Anglais) : Clotilde Meyer

La distraction semble aujourd'hui un mal à éradiquer, à coups de psychotropes ou de méthodes miracles, pour atteindre un état de concentration absolue. Mais faut-il vraiment faire disparaître de nos vies les instants de rêverie et d'oisiveté ? N'y a-t-il pas, comme l'affirmait Montaigne, « une merveilleuse grâce à se laisser ainsi rouler au vent » ? Ce livre se penche sur les plaisirs et les perspectives méconnues de la distraction. Être distrait, comme l'ont compris de nombreux penseurs, c'est entrer dans un autre rapport au monde, moins sérieux, plus créatif, c'est vivre une forme de poésie intérieure propice au cheminement philosophique. Dans le sillage de Rousseau, Proust, Nietzsche ou encore Bergson, Marina van Zuylen célèbre avec une joyeuse érudition un véritable art d'être distrait.

(Source : [Flammarion](#))

## Les premiers mots du livre

Il y a de cela quelques décennies, alors que je m'apprêtais à entamer ma première année de fac aux États-Unis, j'ai reçu un avis m'informant que, pour combler certaines lacunes, j'allais devoir suivre un cours de rattrapage en lecture rapide. L'anglais n'étant pas ma langue maternelle (c'est le français), je me rassurai en attribuant cette défaillance à la barrière de la langue : rien d'irréparable. Mais dès le début des séances – où il s'agissait d'apprendre à survoler, à parcourir des documents en diagonale pour en saisir la teneur le plus vite possible –, j'ai compris que le problème était ailleurs : je n'étais pas simplement une lectrice trop lente ou pas assez concentrée, mais je n'étais tout bonnement pas en phase avec une culture de la lecture privilégiant les résultats sur le processus. Ce premier matin, nous étions environ une centaine à prendre place dans un grand amphithéâtre. Les consignes étaient claires. Nous devions extraire de ce que nous avions lu les réponses à des questions précises, pour bien montrer que nous avions compris le propos. Ma voisine de table et camarade de lecture rapide, une femme qui parlait si vite que j'avais du mal à croire qu'elle fût vraiment lente en lecture, était manifestement enchantée par le cours. Celui-ci s'avérait déjà très utile, m'expliqua-t-elle. Elle venait d'avoir une révélation : lire n'était pas une promenade de santé, mais plutôt une course de vitesse pour comprendre. Je lui avais confié que j'étais étudiante en littérature russe, et je me rappelle qu'au cours d'une pause elle s'est tournée vers moi, toute contente, pour me féliciter : je serais bientôt capable de lire Tolstoï et Dostoïevski à toute allure ! Nous étions encore loin de l'avènement récent des *slow movements* qui encouragent les gens à ralentir, à prendre le temps de choisir ce qu'ils vont mettre dans leur assiette et dans leur vie. Nous n'avions pas d'ordinateurs, et jamais nous n'aurions pu imaginer un programme tel que « Popular Passages » (passages populaires) de Google, qui promet au lecteur d'« explorer un livre en dix secondes », en attirant son attention sur les passages les plus importants de l'ouvrage. Naturellement, aucun véritable amateur de littérature n'aurait pu concevoir ni un tel programme ni le cours de lecture rapide délivré par ma fac. Pourtant,

ce dernier proposait nombre d'exemples tirés de romans ou d'essais littéraires, dont nous devions condenser un paragraphe, une idée phare en une formule brève et bien sentie.

Aujourd'hui professeure à l'université, j'avais tout oublié de mes traumatismes relatifs à la lecture rapide, jusqu'à ce que je propose un cours sur les vertus philosophiques de l'oisiveté. La veille de la rentrée, une étudiante frappa timidement à la porte de mon bureau : « Je suis inscrite en sciences. J'ai vraiment très envie d'assister à votre cours, mais il ne faut surtout pas que mes parents apprennent que je suis un cours qui ne sert à rien dans la vraie vie. » Et de poursuivre, en m'expliquant que, depuis son entrée en maternelle, ses parents la poussent à l'excellence dans tous les domaines. Que ce soit le violon ou le chinois, les activités extrascolaires devaient lui conférer sur les autres un avantage qui lui ouvrirait les portes d'une grande université. Chez elle, le temps libre était un tabou. Je m'abstins de lui citer les *Quatre Quatuors* de T.S. Eliot :

Ni plénitude ni vacuité.

Rien qu'une lueur tremblotante

Sur les visages tendus harassés par le temps

Distracts de la distraction par la distraction [...]

Nous avons parcouru ensemble le programme du cours. La notion de rêverie lui tira un sourire : était-ce là un sujet de recherche académique ? Et la paresse ? Comment justifier ce thème ? Quand elle arriva au module sur la distraction, elle ne put retenir un rire nerveux. La distraction : n'était-ce pas la bête noire de notre culture ? L'ennemi à abattre à grand renfort de médicaments, de livres, de recettes pour rester concentré ? La distraction n'avait-elle pas partie liée avec la paresse ? Dans sa famille, se tourner les pouces était un péché mortel. Elle me persuada de l'accepter en auditrice libre dans mon cours. La détresse de cette étudiante m'ouvrit les yeux sur l'angoisse palpable qui régnait dans ma salle de classe. À peine avions-nous commencé à étudier tel ou tel classique sur le thème de l'oisiveté que me sauta aux yeux la raison pour laquelle la majorité des étudiants s'étaient inscrits à ce séminaire. Nombre d'entre eux, qui prenaient de l'Adderall ou de la Ritaline, me confièrent que leurs cachets, qui boostaient leurs facultés

d'attention, les aidaient certes à obtenir de meilleurs résultats à leurs devoirs et examens, mais les privaient du même coup des plaisirs et de la richesse intellectuelle propres à la gratification différée. Ils ne connaissaient ni le « temps libre », notion qu'ils associaient aux romans et à la poésie, ni même l'ennui, qu'on ne leur laissait pas éprouver même durant les vacances d'été. De façon inattendue, le cours devint ainsi le théâtre d'une méditation sur le lien entre la réussite, les médias, la technologie et l'art perdu de la lenteur. Tandis que nous examinions les vices et les vertus de la paresse, les pièges et les plaisirs de la rêverie et les travers inévitables de la valeur travail, nous ne cessions de revenir à la question touffue et éminemment actuelle de la distraction. Ainsi, les pages qui suivent doivent beaucoup à mes étudiantes et étudiants de Bard College et de Princeton University, qui ont transformé un séminaire sur l'oisiveté en leçon de vie sur les usages et mésusages de l'attention divisée...