

La moisson du smartphone – Abbé Moreau (09/02/2025)

Pendant mes dernières vacances en famille, après Noël, une vision surprenante et quelque peu glaçante a frappé mes yeux ; c'était au salon, à l'heure de la digestion... Rassurez-vous : aucune catastrophe gastrique en vue ! J'évoque la digestion, simplement pour préciser le moment.

Nous sortions de table, après un repas festif et copieux quand, passant de la salle à manger à la salle de séjour, je suis tombé sur un tableau inattendu et un tantinet inquiétant... Pas un bruit, pas une parole, pas un échange... un silence de cimetière. Personne n'était mort mais chacun était rivé à son portable, obnubilé par le petit écran, lové dans sa bulle phonique. Pourquoi ? Qu'allait-on y chercher ? Sans doute la joie de savoir que l'on compte pour quelqu'un : « on a pensé à moi ; j'ai un message ; on a liké mon post » ; le contentement, aussi, de ne pas avoir à dépendre des autres, en choisissant SA vidéo, SON émission, SON interlocuteur ; la paresse, enfin, de se laisser aller à la facilité de l'écran hypnotique...

Entendons-nous bien : il n'est pas dans mon intention de dire que les smartphones seraient, unanimement et sans nuance, mauvais et néfastes, diableries et inventions du malin ! Mais il s'agit de rappeler avec force qu'à l'instar du champ dans la parabole de ce dimanche, qu'à l'exemple de toutes les autres innovations techniques, le téléphone portable est à la fois bon grain et ivraie. Sans aucun doute, il met à notre disposition une mine incroyable d'informations de toutes sortes ; il nourrit nos échanges tant avec les très proches, en compagnie de qui nous partageons, l'espace d'un instant, une vidéo marrante qu'avec ceux qui sont au loin et que les réseaux nous permettent de rejoindre pour de longues heures de discussion ; il nous offre également une facilité inouïe pour organiser notre vie, planifier nos journées, accélérer nos démarches. Voilà le bon grain.

Mais le smartphone recèle aussi de l'ivraie en son sein. Trois ivraies différentes, trois dangers qui sont loin d'être négligeables pour la vie de notre âme et pour notre quotidien dans le monde des hommes. Ces trois périls, les voici : la fuite du réel, le recroquevillement sur soi, la frustration permanente. Au lieu d'affronter la réalité, avec ses devoirs, ses contrariétés, ses temps d'attente : illico presto, je me réfugie dans mon portable ; au lieu de garder le contact avec ceux qui m'entourent, avec leurs limites, leurs pesanteurs, leurs désirs différents des miens, je me centre uniquement sur moi-même à travers le smartphone ; et si celui-ci me dit que je suis aimé puisque l'on a pensé à moi, puisque l'on m'a envoyé un message, il faudra qu'à tout moment, cette vérité me soit confirmée, qu'à chaque instant, je reçoive un nouveau message, que je sois sans cesse l'objet d'une nouvelle attention : désir – on s'en rend bien compte – impossible à assouvir qui crée dès lors un sentiment d'insatisfaction et de frustration permanentes.

Fuite du réel, recroquevillement sur soi, frustration permanente ne sont pas seulement l'ivraie du smartphone : ils sont aussi trois symptômes très probants de l'addiction ; en effet, l'écran a vite fait de nous enchaîner à lui ; tel le serpent Kaa du *Livre de la jungle*, il nous hypnotise et nous retient... Toujours une nouvelle vidéo, toujours l'attente d'un nouveau message, toujours un peu plus de temps perdu. C'est la petite bête qui finit par mener la grande par le bout du nez... lorsqu'elle ne l'emmène pas carrément dans les zones plus marécageuses des médisances charriées par wagons entiers, des contenus allégrement piratés, de la nauséabonde pornographie. Voulez-vous la preuve de ce caractère addictif du téléphone portable ? Beaucoup parmi vous seront parfaitement d'accord avec le constat que je fais... Mais bien peu prendront les moyens de recouvrer davantage de liberté.

Pourtant, il faut nous rappeler qui est le maître ! Qui est le maître du domaine dans la parabole que nous venons d'entendre ? Ni le bon grain, ni l'ivraie : c'est nous-mêmes ! C'est, en effet, à nous – et bien à nous - qu'il revient de retrouver de la maîtrise sur les progrès technologiques et les biens de consommation qui sont mis à notre disposition. De la maîtrise pour mettre des balises, sélectionner les contenus, arrêter de perdre un temps précieux qui, après, nous manquera hélas cruellement.

Il ne faut pas attendre le jugement dernier et ses anges pour faire le tri entre le bon grain et l'ivraie des smartphones ! C'est dès maintenant qu'il nous faut agir – en profitant de ces temps favorables que sont la Septuagésime et le Carême. Ici, comme en tout autre domaine, la pénitence comporte deux versants : l'un plus négatif, d'ascèse et de privation mais un second également, beaucoup plus positif, de libération et de redécouverte du réel : retrouver le plaisir de toutes ces activités que je faisais, il y a quelques siècles, lorsque l'écran n'avait pas encore envahi ma vie... Aller marcher dans la nature – nature que je goûterai non plus à travers un écran mais avec toutes les ressources de mes cinq sens ; lire un livre qui va structurer ma pensée, nourrir mon imagination et mon vocabulaire et m'entraîner bien plus loin que mon habituel zapping ; rencontrer les autres – ceux qui n'appartiennent pas nécessairement à mes amis, à mes contacts, à mes followers – mais qui ont peut-être quelque chose de précieux et d'inattendu à me transmettre...ne serait-ce que la patience de les écouter.

En matière d'écrans, je ne suis pas un exemple... loin de là, hélas ! Toutefois, je me permets d vous livrer une petite réflexion ; lorsqu'on me demande pourquoi je ne suis pas sur les réseaux, spontanément, je réponds : « parce que mon quotidien me suffit déjà amplement... parce que ce que je vis, ce que je fais, ceux que je rencontre m'habitent, me comblent et me rendent heureux... Pourquoi, dès lors, chercher ailleurs ? » J'espère que cette dernière remarque ne sera pour vous ni surprenante, ni glaçante mais qu'elle vous invitera à troquer, un peu plus souvent, le petit écran pour le rude mais précieux monde réel.