



Université du Québec  
à Rimouski

**RÉSONANCE ET CONVIVIALITÉ COMME RÉPONSE À  
L'ALIÉNATION DANS LA MODERNITÉ TARDIVE :**

**ANALYSE CROISÉE DES TRAVAUX D'HARTMUT ROSA ET IVAN  
ILLICH**

Mémoire présenté

dans le cadre du programme de maîtrise en éthique

en vue de l'obtention du grade de maître ès arts

PAR

© Rachel Casey

Septembre 2025

Composition du jury :

**Nathalie Lewis, présidente du jury, UQAR**

**Bernard Gagnon, directeur de recherche, UQAR**

**Yves-Marie Abraham, examinateur externe, HEC Montréal**

Dépôt initial le 17 juillet 2025

Dépôt final le 30 septembre 2025

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI  
Service de la bibliothèque

Avertissement

La diffusion de ce mémoire ou de cette thèse se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire « *Autorisation de reproduire et de diffuser un rapport, un mémoire ou une thèse* ». En signant ce formulaire, l'auteur concède à l'Université du Québec à Rimouski une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de son travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, l'auteur autorise l'Université du Québec à Rimouski à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de son travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits moraux ni à ses droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, l'auteur conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont il possède un exemplaire.



## **REMERCIEMENTS**

Merci à Romain pour l'indéfectible soutien quotidien. Merci à Kadha, Dominique, Ramy, Marie-Ève, Bernadette, Mycène, Marie-Jeanne et Éléonore, inspirations et partenaires de rédaction, grâce à qui j'ai eu la motivation de continuer. Un immense merci à mon directeur Bernard Gagnon pour ses précieux conseils.

## RÉSUMÉ

Ce mémoire explore la manière dont le concept de convivialité, tel que défendu par Ivan Illich et développé par les théories de la décroissance, peut agir comme un mécanisme préventif face à l’aliénation sociale. L’objectif principal est d’évaluer si la convivialité offre une réponse théorique et pratique aux limites de la théorie de la résonance proposée par Hartmut Rosa. L’hypothèse formulée soutient que, bien que la résonance soit un concept pertinent pour décrire la quête d’authenticité au sein des sociétés modernes, elle reste insuffisante pour remédier aux facteurs structurels de l’aliénation. La convivialité, en tant que mode de relation au monde fondé sur des pratiques accessibles et autonomes, constitue une alternative crédible.

La méthodologie employée repose sur une analyse théorique comparative mobilisant principalement les écrits d’Ivan Illich (*La Convivialité*, 1973), de Hartmut Rosa (*Accélération*, 2010 ; *Résonance*, 2016) et de Serge Latouche (*Petit traité de la décroissance sereine*, 2004). Les résultats montrent que la convivialité offre un cadre théorique pertinent pour comprendre et atténuer les effets de l’accélération. Par une limitation volontaire de la technique, un ancrage territorial des processus décisionnels et une valorisation des pratiques communautaires, l’application des principes de la convivialité offre des pistes pertinentes pour une réappropriation du temps et une réduction de l’aliénation. Ce mémoire conclut que, bien que la théorie de la résonance de Rosa demeure précieuse pour comprendre les dynamiques contemporaines d’aliénation, elle gagnerait à être complétée par les apports d’Illich. En proposant une critique radicale de la modernité technologique, la convivialité offre une voie potentielle vers une société moins aliénante et plus propice à l’établissement de relations de résonance authentiques.

Mots-clés : Convivialité, Aliénation, Résonance, Accélération, Décroissance, Ivan Illich, Hartmut Rosa, Serge Latouche

## ABSTRACT

This thesis explores how the concept of conviviality, as developed by Ivan Illich and expanded by the theories of degrowth, can act as a preventive mechanism against social alienation. The primary objective is to assess whether conviviality offers a theoretical and practical response to the limitations of the resonance theory proposed by Hartmut Rosa. The formulated hypothesis argues that, while resonance is a relevant concept for describing the quest for authenticity within modern societies, it remains insufficient to address the structural factors of alienation. Conviviality, as a mode of relating to the world based on accessible and autonomous practices, offers a credible alternative to counter these dynamics of acceleration.

The methodology employed involves a comparative theoretical analysis drawing on the works of Ivan Illich (*La Convivialité*, 1973), Hartmut Rosa (*Acceleration*, 2010; *Resonance*, 2016), and Serge Latouche (*Petit traité de la décroissance sereine*, 2004). The results demonstrate that conviviality offers a relevant theoretical framework for understanding and mitigating the effects of acceleration. Through the voluntary limitation of technology, the territorial anchoring of decision-making processes, and the valorization of community practices, conviviality enables a reclamation of time and a reduction of alienation. This study concludes that, although Rosa's theory of resonance remains valuable for understanding contemporary dynamics of alienation, it would benefit from being complemented by Illich's contributions. By proposing a radical critique of technological modernity, conviviality offers a potential pathway toward a less alienating society, one that is more conducive to establishing genuine relationships of resonance.

*Keywords:* Conviviality, Alienation, Resonance, Acceleration, Degrowth, Ivan Illich, Hartmut Rosa, Serge Latouche

## TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS .....	v
RÉSUMÉ.....	vi
ABSTRACT .....	vii
TABLE DES MATIÈRES .....	viii
INTRODUCTION GÉNÉRALE.....	11
CHAPITRE 1 L’ALIÉNATION, L’ACCÉLÉRATION ET LA RÉSONANCE D’HARTMUT ROSA .....	17
1.1    AUX SOURCES DU CONCEPT D’ALIÉNATION .....	17
1.1.1  Hegel et le devenir autre par soi .....	18
1.1.2  Marx et l’aliénation par le travail.....	20
1.2    TRANSFORMATION DU CONCEPT D’ALIÉNATION DANS LA THÉORIE CRITIQUE....	26
1.3    CONTRIBUTION PAR ROSA .....	30
1.3.1  Aliénation.....	31
1.3.2  Accélération .....	32
1.3.3  Les causes et conséquences de l’accélération.....	35
1.3.4  Interactions entre aliénation et accélération.....	40
1.3.5  La décélération.....	43
1.3.6  La résonance .....	47
1.3.7  La disponibilité .....	50
1.4    INSUFFISANCE DE LA RÉSONANCE COMME RÉPONSE À L’ALIÉNATION .....	52
1.5    CONCLUSION DU CHAPITRE .....	55

CHAPITRE 2 IVAN ILLICH ET LA CONVIVIALITÉ .....	57
2.1 DÉFINITION DE LA CONVIVIALITÉ.....	57
2.1.1 Critères de l'outil convivial .....	62
2.1.2 L'effet de seuil.....	65
2.1.3 Portée conceptuelle de la convivialité .....	68
2.2 PLACE DE LA CONVIVIALITÉ DANS LA DÉCROISSANCE.....	71
2.3 LA CONVIVIALITÉ COMME IDÉAL POLITIQUE.....	75
2.3.1 Micro — la simplicité volontaire .....	76
2.3.2 Macro — l'urbanisme et les politiques publiques.....	78
2.4 CONCLUSION DU CHAPITRE .....	80
CHAPITRE 3 LA CONVIVIALITÉ COMME COMPLÉMENT À LA RÉSONANCE .....	82
3.1 RETOUR SUR LES CRITIQUES.....	82
3.1.1 Critiques à la résonance.....	84
3.1.2 La décroissance : plus qu'un mode de décélération .....	88
3.2 IMPACTS DE LA CONVIVIALITÉ SUR L'ALIÉNATION .....	91
3.2.1 Prévention de l'accélération .....	91
3.2.2 Frein aux possibilités de désynchronisation .....	98
3.2.3 Prévention d'une surdisponibilité.....	102
3.3 CONCLUSION DU CHAPITRE .....	104
CONCLUSION GÉNÉRALE.....	106
RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES.....	112



## INTRODUCTION GÉNÉRALE

À l'ère de la modernité tardive, les sociétés contemporaines sont confrontées à des dynamiques d'accélération sans précédent, touchant aussi bien les sphères technologiques, sociales, qu'individuelles. Ce phénomène d'accélération, tel que théorisé par Hartmut Rosa, génère un sentiment de désynchronisation croissant, où les individus peinent à maintenir des relations authentiques avec le monde qui les entoure. Ce mémoire soutient que le concept de résonance tel que développé par Rosa est insuffisant pour traiter à lui seul l'enjeu de l'aliénation, entendue ici comme une relation au monde marquée par l'indifférence ou l'hostilité, où les individus perdent leur capacité à établir des liens signifiants avec leur environnement, les autres et eux-mêmes. De plus, la résonance représente une relation dynamique et transformative au monde, dans laquelle un sujet se sent touché et capable de répondre de manière authentique à ce qui l'entoure, suscitant ainsi un sentiment d'engagement et de vitalité.

La notion de société conviviale, telle que présentée par Ivan Illich et plus largement dans les théories sur la décroissance, peut être complémentaire à la résonance en agissant comme prévention de l'aliénation, c'est-à-dire en réduisant les facteurs qui y contribuent. Tel est l'argument central de ce mémoire. Pour Illich, la convivialité désigne un mode d'organisation sociale fondé sur l'usage d'outils et d'institutions qui renforcent l'autonomie, la créativité et la coopération des individus, plutôt que de les soumettre à des logiques technocratiques ou industrielles. Dans le même ordre d'idées, la décroissance est un courant critique de la société de consommation qui propose une réduction volontaire et démocratique de la production et de la consommation, afin de favoriser la soutenabilité écologique, la justice sociale et le bien-être collectif. Il semble pertinent de dépoussiérer cette notion d'Illich dans le contexte actuel où les problématiques contemporaines, notamment la critique de la modernité technologique, les enjeux écologiques, la quête d'autonomie et la redéfinition du

bien-être collectif se côtoient et où il apparaît de plus en plus urgent de développer des alternatives politiques au vivre ensemble. Bien que ses principaux ouvrages aient été écrits dans les années 1970, les concepts qu'Illich a développés, tels que la convivialité, le monopole radical, l'austérité conviviale et l'effet de seuil, restent d'une grande actualité.

Sur le plan théorique, Illich est un interlocuteur privilégié pour des auteurs contemporains comme Rosa. Les concepts de convivialité et de résonance sont comparables par leur volonté de restaurer une forme de relation authentique avec le monde, où l'individu ne serait pas aliéné par les structures techniques ou économiques. De plus, le concept de convivialité évolue par-delà les écrits d'Illich pour être développé par d'autres penseurs de la décroissance, notamment Serge Latouche, qui ont explicitement reconnu l'influence d'Illich dans la formulation d'un modèle économique et social alternatif. Parler de la convivialité aujourd'hui implique de développer une critique de la société industrielle qui, par son obsession de l'efficacité technique, produit une aliénation systématique des individus.

L'intention est d'exposer que la résonance seule ne peut être une solution définitive à l'aliénation, mais qu'elle peut être bonifiée de manière complémentaire par le concept de convivialité. En effet, il sera défendu que la convivialité peut atteindre les sources de l'aliénation, c'est-à-dire l'accélération. L'accélération ainsi atténuée, il est déduit que l'aliénation en sera elle-même réduite. Cette idée repose sur le fait que la convivialité influence les facteurs qui contribuent à l'accélération, limite les risques de désynchronisation, prévient les effets négatifs d'une disponibilité excessive, en plus d'offrir un contexte propice à la résonance par la mise en valeur des relations interpersonnelles et les possibilités de mesure structurantes. Ces facteurs mènent à croire que la convivialité peut être une solution préventive et complémentaire à la résonance pour adresser l'enjeu de l'aliénation.

Il s'agit d'une question fondamentalement éthique tant du côté de la résonance que de la convivialité, car elle adresse l'enjeu du vivre ensemble et offre une approche normative sur la vie bonne. Ces questionnements éthiques émergent dans l'analyse critique de la modernité

autant que dans les propositions normatives qui en découlent. À travers la théorie de la résonance, Rosa présente une éthique du rapport au monde. Selon lui, l’aliénation moderne n’est pas seulement un phénomène structurel, mais aussi une rupture relationnelle entre les individus et leur environnement matériel, temporel, institutionnel ou interpersonnel. La résonance devient alors un idéal normatif, soit celui d’une vie où l’individu se sent affecté et capable d’agir dans un monde qui lui répond. Il ne s’agit pas d’un simple bien-être psychologique, mais d’un critère éthique de justice existentielle, selon lequel les structures sociales et politiques doivent permettre à chacun d’expérimenter des relations résonantes. Ce modèle relationnel devient un critère éthique fondamental, car il implique qu’une vie réussie n’est pas une vie de possession ou de productivité maximale, mais une vie marquée par des relations significatives et résonantes. Ainsi, la résonance devient une boussole normative qui nous dit ce qu’il est juste de promouvoir, non seulement individuellement, mais collectivement. Une éthique de la résonance valorise des valeurs comme la lenteur, la vulnérabilité, la reciprocité et l’écoute profonde. Il ne s’agit plus de maximiser les résultats, mais de cultiver des relations qui transforment et donnent du sens.

Au niveau de la convivialité et de la décroissance, il s’agit essentiellement de jugement moral sur le monde dans lequel nous souhaitons vivre. Illich postule que la qualité de vie passe par des modèles économiques post-croissance, qui cherchent à revaloriser des pratiques vernaculaires et des modes de vie sobres, mais enrichissants sur le plan humain. Elle renvoie aux choix en fonction de nos valeurs personnelles (l’autolimitation, l’ascèse volontaire, l’austérité) et sociales (l’entraide, le partage, l’accessibilité, l’équité, la *philia*). Il s’agit d’une remise en question des décisions collectives : « [p]asser de la productivité à la convivialité, c’est substituer à une valeur technique une valeur éthique, à une valeur matérialisée une valeur réalisée » (Illich, 1973, p. 28). La liberté individuelle est également un élément crucial : « [l]a société conviviale reposera sur des contrats sociaux qui garantissent à chacun l’accès le plus large et le plus libre aux outils de la communauté, à la seule condition de ne pas léser l’égale liberté d'accès d'autrui » (Illich, 1973, p. 30). Pour Latouche, ces questionnements éthiques s’expriment clairement par son concept de réévaluation, où il affirme que :

On voit tout de suite les valeurs à mettre en avant, celles qui devraient prendre le dessus par rapport aux valeurs (ou absence de valeurs) dominantes actuelles. L'altruisme devrait prendre le pas sur l'égoïsme, la coopération sur la compétition effrénée, le plaisir du loisir et l'ethos du jeu sur l'obsession du travail, l'importance de la vie sociale sur la consommation illimitée, le local sur le global, l'autonomie sur l'hétéronomie, le goût de la belle ouvrage sur l'efficience productiviste, le raisonnable sur le rationnel, le relationnel sur le matériel, etc. (Latouche, 2004, p. 58).

Ce cadre éthique appelle à l'autolimitation collective et au rejet de l'hubris technologique comme norme sociale. En somme, cette réflexion aborde la question de la responsabilité morale et politique. Il s'inscrit dans une considération éthique critique et constructive sur les conditions d'une vie bonne dans la modernité tardive.

L'originalité de cette recherche réside dans l'articulation inédite entre deux théories qui, bien que proches dans leurs intentions, n'ont pas encore été analysées de manière approfondie sous un angle comparatif. Alors que Rosa développe une critique de la modernité en matière de perte de résonance, Illich met l'accent sur la manière dont les outils et les institutions peuvent déshumaniser les relations sociales lorsqu'ils perdent leur caractère convivial. Les textes de Rosa sont largement utilisés pour comprendre les dynamiques contemporaines de l'aliénation. Cependant, peu d'études ont cherché à confronter ces idées avec celles d'Illich ou à en examiner les convergences potentielles. Par ailleurs, les théories de la décroissance sont généralement étudiées sous l'angle économique ou écologique, alors que l'intention de ce mémoire est de mettre en lumière leur dimension sociale et éthique. Ce faisant, ce travail veut contribuer à un domaine encore peu exploré, celui de la prévention de l'aliénation par une critique de la modernité technologique et de l'accélération sociale. Enfin, cette recherche a une visée critique et réflexive. Plutôt que de proposer un guide pratique pour l'application des modes de résonance ou de convivialité, elle vise à explorer les potentialités théoriques de ces concepts.

Cette recherche s'appuie principalement sur une analyse théorique comparative, où la démarche consiste en une mise en dialogue des théories de Rosa avec le concept de convivialité tel que développé par Illich et récupéré par les penseurs de la décroissance. Pour

ce faire, une approche d'analyse de texte a été privilégiée. Les textes fondamentaux mobilisés incluent notamment *La Convivialité* (Illich, 1973), *Accélération* (Rosa, 2010), *Résonance* (Rosa, 2016) ainsi que *Petit traité de la décroissance sereine* (Latouche, 2004). L'analyse s'appuie également sur des écrits secondaires issus du mouvement de la décroissance, des critiques contemporaines de la modernité technologique, ainsi que des débats théoriques récents portant sur l'aliénation. Il s'agit d'évaluer si la convivialité, en tant que modèle alternatif, peut compléter la théorie de la résonance en atténuant les effets délétères de l'accélération. La démarche est structurée de manière à suivre un parcours progressif.

Il s'agit d'abord de définir et comprendre la résonance et ses limites. Le premier chapitre est consacré à la mise en contexte et à la présentation de la pensée de Rosa. D'abord en présentant le concept central qu'est l'aliénation, puis en exposant les principaux éléments qui construisent sa théorie et l'interaction qu'ils entretiennent entre eux. Enfin, deux critiques adressées à la théorie de la résonance sont expliquées. En analysant les travaux de Rosa, il apparaît que la résonance, bien qu'efficace pour décrire la quête d'authenticité, peine à adresser les causes structurelles de l'aliénation. La convivialité est ensuite introduite dans le deuxième chapitre comme concept complémentaire. Dans ce chapitre, le concept de convivialité est défini, ainsi que les divers éléments qui le composent. La place que la convivialité occupe dans le mouvement de la décroissance est ensuite présentée, puis l'idéal politique qu'elle représente et ses différentes possibilités d'applications concrètes. Les écrits d'Illich exposent la manière par laquelle la convivialité peut agir comme une forme de prévention face aux dynamiques d'accélération et de désynchronisation.

Il est finalement question d'articuler convivialité et décroissance. En intégrant les propositions concrètes de Latouche, la recherche explore comment une application de la convivialité peut servir à établir des conditions favorables à la résonance. En somme, il sera démontré que la convivialité, et l'approche décroissantiste dans son sens plus large, agit à trois niveaux : d'abord comme effet préventif en agissant sur les causes de l'accélération, soit le moteur économique, culturel et sociostructurel, puis en limitant les possibilités de désynchronisation, par exemple entre le politique et le progrès techno-économique, et

finalement en permettant d'éviter une indisponibilité par trop de disponibilité en conservant des systèmes simples qui ne limitent pas l'autonomie individuelle.

Ce mémoire propose une contribution originale aux recherches sur le concept d'aliénation en croisant les analyses d'Hartmut Rosa et d'Ivan Illich sur la modernité technologique et de l'accélération sociale. Il adopte une démarche critique qui, tout en reconnaissant la visée émancipatrice de ces deux pensées, ne cherche pas à proposer un guide pratique pour l'application des modes de résonance ou de convivialité. Il vise plutôt à explorer les potentialités théoriques de ces concepts, tout en restant attentif à leur portée pratique à l'ère de la modernité tardive.

# CHAPITRE 1

## L'ALIÉNATION, L'ACCÉLÉRATION ET LA RÉSONANCE D'HARTMUT ROSA

Ce chapitre introduit les travaux d'Hartmut Rosa sur les notions d'accélération et de résonance. Dans un premier temps, il propose une analyse sommaire du concept d'aliénation, afin de situer la manière dont Rosa s'en empare dans le cadre de sa théorie critique de la modernité. Pour l'essentiel, ce survol de l'aliénation s'appuie sur le travail de Nicolas Foucas, particulièrement sur sa thèse doctorale consacrée à l'évolution du concept d'aliénation. Sans s'y limiter, cette thèse a été un pilier majeur dans l'élaboration de cette section du chapitre. Par la suite, la pensée de Rosa est approfondie en présentant plus largement sa lecture de l'aliénation, à laquelle il intègre l'accélération sociale, caractéristique qu'il octroie à la modernité, et la résonance qu'il avance comme solution à cette aliénation. Ce chapitre explore en détail cette interaction entre aliénation et accélération, les concepts de décélération et de résonance, ainsi que les critiques adressées à ces propositions, afin de mieux comprendre comment la théorie de Rosa se distingue et s'inspire de ses prédecesseurs pour offrir une vision renouvelée de la vie bonne dans la modernité tardive.

### 1.1 AUX SOURCES DU CONCEPT D'ALIÉNATION

Le concept d'aliénation a traversé les âges, des écrits néoplatoniciens de Plotin (205-270) aux théories modernes de Hegel (1770 - 1831) et de Marx (1818 - 1883). Cette première section vise à actualiser notre compréhension de l'aliénation dans un contexte contemporain, retracant son développement historique et explorant ses critiques et ses transformations. Dans un premier temps, il est exposé que Hegel conçoit l'aliénation comme une extériorisation nécessaire à la prise de conscience de soi, tandis que Marx la redéfinit comme un phénomène social et économique centré sur l'exploitation des travailleurs dans le capitalisme. Dans un second temps, l'aliénation est présentée selon l'angle des travaux contemporains de Rahel Jaeggi et de Hartmut Rosa qui, influencés par les travaux d'Axel Honneth sur la reconnaissance, entreprennent une reconstruction conceptuelle de l'aliénation. Jaeggi la définit comme une appropriation défaillante de soi et du monde et Rosa, quant à lui, replace

l'aliénation dans le cadre des structures temporelles de la modernité tardive, la liant à l'accélération sociale.

### **1.1.1 Hegel et le devenir autre par soi**

Le terme d'aliénation prend un sens philosophique avec Georg Wilhelm Friedrich Hegel dans la *Phénoménologie de l'esprit*, paru en 1807. Dans ce texte fondamental de la philosophie occidentale, il affirme que le Soi est le sujet de l'aliénation. Il en fait la catégorie centrale du monde moderne et emploie les termes de *entäusserung* (extériorisation) et *entfremdung* (aliénation) pour nommer les deux mouvements qui composent l'aliénation. D'un côté, l'*entäusserung* implique une extériorisation de la conscience, c'est-à-dire l'expression d'un contenu propre à la conscience à travers une altérité, soit quelque chose qui se contraste à lui. D'un autre côté, l'*entfremdung* représente l'émergence d'un étrangement entre la conscience et son altérité. Ces deux mots désignent deux moments distincts de la réflexion spéculative. Essentiellement, l'aliénation d'Hegel représente le phénomène par lequel l'esprit (*Geist*) devient autre par soi dans l'objectivité. Elle décrit le mouvement dialectique de la conscience d'abord en se posant comme simple chose, puis en se rendant étrangère à soi-même. En d'autres termes :

Premièrement, le fait que l'aliénation signifie l'expérience de devenir un autre à l'intérieur de soi-même, ensuite que l'aliénation est le processus à travers lequel l'esprit se conçoit comme une relation dynamique, et finalement que nous avons affaire à une conception de l'extériorisation comme étrangement à soi et comme possibilité de l'esprit, de se comprendre principalement comme objet de lui-même. L'aliénation permet à la conscience par le biais de la manifestation de soi, de se plonger dans l'expérience et de devenir l'objet de sa propre compréhension (Foufas, 2015, p. 209).

La thématique du déchirement de l'esprit émerge comme une opposition extrême entre l'esprit et sa propre essence. Par conséquent, le déchirement est le moment constitutif de l'esprit, le poussant à s'affirmer par rapport au négatif absolu, afin de maintenir son

existence en tant que sujet. De fait, comme expliqué par Foufas, l’aliénation dans sa conception hégélienne n’est pas préjudiciable à l’existence, parce qu’elle compose le processus nécessaire pour prendre conscience de soi : « [l]’aliénation [...] est le mouvement nécessaire aboutissant à l’existence de l’esprit, la condition de son accomplissement. Hegel conçoit que l’esprit se réalise à travers l’unification des oppositions/différences et la négation dialectique. » (Foufas, 2015, p. 215)

La critique majeure faite à Hegel est qu’il porte une métaphysique idéaliste détachée de la réalité sociale et historique. Cette critique est d’abord formulée par Ludwig Feuerbach dans *Critique de la philosophie de Hegel* (1839), où il critique directement l’idéalisme spéculatif de Hegel, qu’il considère comme une abstraction détachée de la vie réelle :

C’est pourquoi le contenu du premier chapitre de la *Phénoménologie* tout entier n’est rien d’autre pour la conscience sensible que l’argument réchauffé du mégarique Stilpo, mais à l’envers, rien d’autre qu’un jeu de mots de la pensée déjà sûre de soi-même comme vérité, jeu de mots sur le dos de la conscience naturelle. Mais la conscience ne se laisse pas tromper ; elle tient ferme, après comme avant, à la réalité des choses singulières (Feuerbach, 1839, p. 53).

Dans *L’Essence du christianisme* (1841), Feuerbach critique l’idéalisme hégélien en rejetant la primauté de l’Idée et en se concentrant sur les besoins matériels humains. Selon cette critique, la religion — et par extension la philosophie hégélienne — est une projection des besoins et des désirs humains, détachée de la réalité concrète. Feuerbach reproche à Hegel d’exalter une essence métaphysique loin de la réalité matérielle, et propose de réorienter la philosophie vers une approche plus concrète centrée sur les êtres humains en rejetant l’idéalisme abstrait. La philosophie doit reposer sur une approche plus matérialiste et sensible, selon lui. Feuerbach sera à son tour critiqué par Karl Marx. Dans les *Thèses sur Feuerbach* (1845), il critique Feuerbach pour son approche abstraite de l’homme, en soulignant que celle-ci méconnaît le rôle déterminant de la pratique sociale et historique dans la formation de la conscience. Marx y affirme que ce n’est pas la conscience qui fonde la vie, mais bien la vie sociale qui façonne la conscience.

### **1.1.2 Marx et l'aliénation par le travail**

Marx reprend et développe le concept d'aliénation. C'est avec lui qu'il acquiert sa signification contemporaine et sociale. Dans cette perspective, l'aliénation n'est pas conçue comme une problématique individuelle, mais comme un phénomène social qui se réalise dans le cadre de l'économie de marché. Conséquemment, Marx n'a pas limité son analyse de l'aliénation au malaise de l'être humain singulier, mais à l'analyse des processus sociaux qui en sont à la base, en premier lieu l'activité productive. Selon cette lecture, l'aliénation est spécifiquement liée à la question du travail. Il est aliénant lorsqu'il est contraint et qu'il brime le déploiement d'une activité intellectuelle et physique libre, ce qui fait que l'ouvrier nie sa propre volonté et ne peut s'accomplir qu'en dehors du travail. L'action dans le cadre du travail implique dès lors de se faire violence et de se nier soi-même. Comme l'explique judicieusement Nicolas Foufas :

Le travailleur se confronte désormais à une situation assez paradoxale. Tout à la fois, il travaille et modifie l'extériorité et s'approprie de plus en plus intensément le monde naturel qui l'environne, il voit α) ce monde lui devenir de plus en plus éloigné et extérieur à son travail, et β) que cette extériorité naturelle et sensible n'est plus le moyen pour la survie du travailleur (Foufas, 2015, p. 702).

Marx va jusqu'à affirmer que ce processus mène au déclin physique et psychologique des travailleurs. Ce déperissement ne constitue pas une conséquence secondaire, mais bien un effet structurel d'un système économique dans lequel les individus sont instrumentalisés au profit de la production. Ainsi, l'aliénation du travail ne désigne pas seulement une perte de sens ou une souffrance subjective, mais une dépossession ontologique, où l'humain devient étranger à lui-même dans l'acte même par lequel il devrait s'accomplir.

### 1.1.2.1 Développement du concept

Le concept d’aliénation est développé dans les écrits de jeunesse de Marx, dont les *Manuscrits de 1844*. Marx considérait que les êtres humains allaient sortir de l’état d’aliénation par l’abolition de la production privée et de la division du travail<sup>1</sup>. L’aliénation s’inscrit ainsi dans les transformations historiques des sociétés humaines, qu’il considère comme un stade nécessaire du développement humain qui sera un jour dépassé. Marx théorise quatre types distincts d’aliénation qui montrent comment, dans la société bourgeoise, le travailleur est aliéné :

- 1) Par l’objet de son travail. L’aliénation de l’ouvrier dans son produit implique que son travail se transforme en un objet externe, distinct de lui-même. Ce travail existe en dehors de lui, lui est étranger et devient une force indépendante à laquelle il est assujetti. La vitalité qu’il a insufflée à l’objet lui est désormais opposée, devenant hostile et étrangère à lui-même (Marx, 1844, p. 59).
- 2) Par l’activité de travail, qui est perçue comme « [une] activité dirigée contre lui-même, indépendante de lui, ne lui appartenant pas » (Marx, 1844, p. 60). Il n’a pas de contrôle sur le quand, le comment et le pourquoi de son propre travail. Son pouvoir décisionnel associé à son activité de travail lui est retiré, au profit des propriétaires des moyens de production.
- 3) Par le genre humain, puisque l’essence spécifique des individus serait transformée en une essence étrangère : « [i]l rend étranger à l’homme son propre corps, comme la

---

<sup>1</sup> Dans ses ouvrages plus tardifs, notamment *Le Capital*, Marx privilégie la notion d’exploitation à celle d’aliénation, car il vise à identifier une source tangible et concrète de la subordination des ouvriers, ancrée dans les structures économiques. Cette évolution contribue également à la mise à l’écart progressive du concept d’aliénation, jugé trop lié à des expériences personnelles ou relationnelles, contrairement à l’exploitation, présentée comme un outil analytique rigoureux et ancré dans une démarche scientifique.

nature en dehors de lui, comme son essence spirituelle, son essence humaine » (Marx, 1844, p. 62).

4) Par les autres hommes, c'est-à-dire par rapport au travail et à l'objet du travail réalisé par ses semblables. Il se crée un bris des possibilités de libre association, de partage et de liens entre les travailleurs, en plus d'un effritement du tissu social. Marx ajoute : « [d']une manière générale, la proposition que son être générique est rendu étranger à l'homme, signifie qu'un homme est rendu étranger à l'autre comme chacun d'eux est rendu étranger à l'essence humaine » (Marx, 1844, p. 62).

La troisième facette de l'aliénation, soit celle de l'aliénation par le genre humain, est la plus polémique. Cela s'explique notamment à cause de la référence à une essence humaine. Ce point sera approfondi dans la section suivante sur les critiques adressées à Marx. Comme mentionné plus tôt, pour Marx, contrairement à Hegel, l'aliénation ne coïncide pas avec l'objectivation en tant que telle, mais avec une réalité économique circonstanciée : le travail salarié et la transformation des produits du travail en objets qui s'opposent à leurs producteurs. Marx adopte une approche hégélienne, dans le sens où il appréhende la réalité de manière dialectique, c'est-à-dire qu'il s'efforce de comprendre l'être social historique en mettant l'accent sur les relations multiples entre les individus. Il s'agit toutefois d'une dialectique matérialiste. Contrairement à la dialectique idéaliste d'Hegel qui repose sur l'évolution et la résolution des contradictions internes dans les idées, les concepts et les phénomènes, le matérialisme dialectique affirme que c'est la matière, soit les conditions matérielles de la vie, les rapports de production et les forces économiques, qui détermine l'évolution des sociétés et des idées.

#### 1.1.2.2 Critiques du concept d'aliénation

Les critiques principales adressées au jeune Marx concernent la supposée naturalisation de la nature humaine. Par contre, comme l'explique Nicolas Foucas :

[C]e qui intéresse le jeune penseur est en réalité la déréalisation de l'être humain au profit d'une puissance émancipée qui retourne pour contrôler son activité et sa vitalité, puis la distorsion et finalement la perte d'un certain rapport à soi et à la nature, et non la perte d'une nature préexistante, innée et invariable dotée à l'homme, perdue à un certain moment de l'histoire et ensuite retrouvée (Foufas, 2015, p. 766).

Marx trace alors une théorie dans les *Manuscrits de 1844*, qui sera ultérieurement développée dans l'*Idéologie allemande*, selon laquelle la nature humaine résulte du contexte social historique. Dans le contexte des *Manuscrits de 1844*, la conscience des individus envers eux-mêmes résulte des interactions sociales. Ainsi, la formation de la conscience est intrinsèquement liée à la socialisation. Dans le même ordre d'idées, l'interaction des êtres humains avec la nature ne se déroule pas selon le modèle d'un sujet ou d'un esprit distinct et isolé, mais plutôt en tant qu'êtres génériques, médiatisés par des rapports sociaux et collectifs. La nature fondamentale de l'être humain émerge de sa connexion avec la nature et avec d'autres individus. Le monde concret des humains, forgé par sa propre praxis et sa manière distinctive de s'engager avec soi-même et avec les autres, représente ultimement sa nature. Contrairement à une essence transhistorique, cette nature est plutôt ancrée dans le contexte social historique, résultant du processus d'autoproduction et d'auto-engendrement de l'être humain en union avec la nature.

Le philosophe et spécialiste de Marx Yvon Quiniou apporte un complément de cette rectification dans la revue *Actuel Marx* :

[L]a réflexion de Marx ne verse jamais dans ce naturalisme qu'on lui reproche régulièrement faute d'avoir compris l'essence exacte de cette « essence » : celle-ci n'est pas définie par un contenu anthropologique naturel — facultés, dispositions, qualités, motivations — posé spéculativement et dont la perte serait d'ailleurs difficilement concevable vu son caractère naturel ; elle constitue seulement une forme qui définit l'homme par des rapports, à trois niveaux. L'être humain est un être objectif, en rapport avec une nature extérieure ; cette relation n'est pas passive, mais active, elle passe par la production d'objets et donc une transformation de la nature : la nature

objective est donc aussi une objectivation de son activité ; enfin, l'homme est un être relationnel, en rapport avec d'autres hommes. L'aliénation de cette essence au sein de la production capitaliste prend alors un sens très particulier et qui n'a rien à voir avec la destruction ou l'occultation d'une « nature » originelle, ni même, d'ailleurs, avec la perte d'un passé qui aurait existé et dont il faudrait avoir la nostalgie ; elle n'est que le devenir autre de ces rapports par rapport à ce qu'ils pourraient être dans d'autres conditions sociohistoriques (Quiniou, 2006, p. 6).

Marx semble principalement se concentrer sur une pensée de la relation, les nombreux rapports entretenus entre les individus rendent compte de l'essence humaine, où la réalité se constitue comme un agrégat de ces relations. Les critiques qui lui sont adressées concernent principalement l'idée de l'aliénation de l'homme par rapport à son être générique. En effet, il serait pour le moins étonnant qu'une philosophie matérialiste accepte une détermination transcendante de l'être humain, une humanité réelle enfouie et opérante comme un horizon normatif idéaliste. Cette apparence d'incohérence dans la pensée de Marx prend son sens dans l'explication faite précédemment. Il s'avère alors clairement que l'aliénation ne réfère qu'à un état historique de l'essence relationnelle de l'être humain, où cette essence lui échappe et s'oppose à l'état où il aurait une maîtrise sur celle-ci. Marx soutient qu'utiliser le terme d'aliénation consiste à comparer deux états potentiels de l'existence humaine, constituée de relations pratiques avec le monde et avec le travail. En référence à cette clarification, Quiniou (2006) souligne néanmoins une autre limite de la pensée de Marx sur l'aliénation. De fait, cette nouvelle utilisation du concept n'évite pas les ambiguïtés déjà relevées ni celles résultant de sa trop grande généralité. Les relations avec la nature, les objets, la production et les autres individus pourraient être appréhendées de manière plus rigoureuse.

Bien que, comme Foufas et Quinion le soulignent, la critique du recours à la détermination d'une essence humaine soit réfutable, c'est tout de même une cause majeure qui explique le désintérêt qu'a connu le terme. Hartmut Rosa souligne que même en renonçant à une conception mystique d'une nature perdue pour retenir les finalités des

rapports humains qui devraient unir les individus, il subsiste une faiblesse conceptuelle qui remet en question sa cohérence :

La difficulté reste entière lorsqu'on parle non plus de la « nature humaine » en général, mais de l'identité particulière ou de « l'authenticité » d'une communauté ou d'une vie individuelle. Dire d'un individu (ou d'une communauté) qu'il s'est éloigné de son « noyau intérieur » et de sa « vraie identité » par certaines actions ou au gré de certaines circonstances — dire qu'il s'est auto-aliéné —, c'est encore admettre l'hypothèse substantialiste d'un noyau identitaire immuable ou du moins normatif. Or, d'une part, ni la philosophie sociale ni la psychologie sociale ne sauraient établir la réalité d'un tel noyau et d'autre part, on ne voit pas bien d'où celui-ci pourrait tenir son autorité normative. Outre qu'un moi, et a fortiori une communauté, apparaissent eux aussi toujours contradictoires, pluriels et changeants, de sorte que l'on ne saurait dire quels comportements, quels rapports sont authentiques et lesquels ne le sont pas, on voit mal comment une philosophie sociale visant précisément la transformation des rapports existants pourrait définir l'aliénation comme un point de repère normatif tel que chaque assimilation du nouveau, de l'inattendu, de l'Autre apparaissent inauthentique et donc aliéné (Rosa, 2018, p. 274).

Malgré les failles du concept d'aliénation, un simple abandon de ce concept ne règle pas sa problématique. Si un phénomène d'aliénation existe réellement, il nécessite de pouvoir en rendre compte en des termes non-essentialistes ou idéalisant. Est donc faite l'hypothèse que de tels phénomènes existent au-delà de la division sociale du travail et qu'il faut dès lors un concept d'aliénation capable d'en rendre compte. De fait, dans la période d'après-guerre, plusieurs philosophes ne confèrent pas une origine sociale explicite à l'aliénation, mais considèrent l'aliénation comme un sens générique d'altérité humaine et de malaise existentiel (Weber, 2014). Le phénomène de l'aliénation est pris comme une référence tant en philosophie qu'en littérature, spécialement chez Sartre — *L'Être et le Néant* (1943), *La Nausée* (1938) — et Camus — *L'Étranger* (1942), *Le mythe de Sisyphe* (1942) —, et rejoint également la psychanalyse, par exemple avec le travail du psychanalyste allemand Erich Fromm dans *L'homme pour lui-même* (1947) et *Le cœur de l'homme* (1964). Ces nouvelles interprétations participent à créer l'actuelle polysémie du terme. Un vide théorique se construit alors autour de l'aliénation. Ce flou normatif, difficilement conciliable avec une

perspective critique sur les transformations sociales, fragilise la portée opératoire du concept. En l'absence d'un critère clair pour distinguer l'authentique de l'inauthentique, l'aliénation perd de sa force analytique et de son potentiel mobilisateur, ce qui explique son évacuation des débats contemporains en théorie sociale.

## 1.2 TRANSFORMATION DU CONCEPT D'ALIÉNATION DANS LA THÉORIE CRITIQUE

Au début des années 2000, le concept d'aliénation refait surface dans la philosophie politique, particulièrement en théorie critique. Comme l'explique Hartmut Rosa : « [a]mplement débattue dans le cadre de la philosophie sociale et de l'histoire des idées depuis Rousseau, Hegel et Marx, elle a notamment joué un rôle central dans la pensée de la *Théorie critique* [...] avant de tomber en discrédit à la fin des années 1970 et d'être presque totalement délaissée au cours des décennies suivantes » (Rosa, 2018, p. 271). Rahel Jaeggi et Hartmut Rosa travaillent à une reconstruction conceptuelle de cette problématique à la suite des travaux d'Axel Honneth. Ce philosophe allemand et figure centrale de l'École de Francfort a profondément marqué la pensée contemporaine à travers sa théorie de la reconnaissance. Dans son ouvrage fondamental, *La lutte pour la reconnaissance* (1995), Honneth soutient que l'identité personnelle se construit essentiellement à travers des relations intersubjectives de reconnaissance mutuelle :

La reproduction de la vie sociale s'accomplit sous l'impératif d'une reconnaissance réciproque, parce que les sujets ne peuvent parvenir à une relation pratique avec eux-mêmes que s'ils apprennent à se comprendre à partir de la perspective normative de leurs partenaires d'interaction, qui leur adressent un certain nombre d'exigences sociales. Cette prémissse générale ne fournit cependant un principe d'explication qu'à partir du moment où l'on y introduit un élément dynamique : l'impératif ancré dans le processus de la vie sociale opère comme une contrainte normative, qui pousse les individus à élargir progressivement le contenu de la reconnaissance, parce que c'est le seul moyen pour eux de donner une expression sociale aux exigences toujours croissantes de leur propre subjectivité (Honneth, 2000, p. 113).

Selon lui, le respect, l'amour, et l'estime sociale sont des dimensions cruciales pour le développement d'une identité individuelle saine et pour l'intégration sociale. Honneth postule que l'aliénation survient lorsque ces relations de reconnaissance sont déformées ou absentes, ce qui empêche les individus de se percevoir comme des membres respectés et aimés de la communauté. Cette idée résonne particulièrement dans les travaux de nombreux penseurs contemporains qui ont exploré les implications de cette théorie pour la compréhension de l'aliénation dans les sociétés modernes, comme Jaeggi, Rosa ou encore Nancy Fraser, avec laquelle il a co-écrit un ouvrage sur le rapport entre reconnaissance et redistribution (*Redistribution Or Recognition : A Political Philosophical Exchange*, 2003).

Jaeggi et Rosa, tout en s'inspirant de Honneth, poursuivent la reconstruction conceptuelle de l'aliénation en intégrant des dimensions temporelles et relationnelles, dépassant le cadre de la reconnaissance intersubjective stricte. Tandis que Honneth se concentre sur la reconnaissance mutuelle comme moyen de surmonter l'aliénation, Jaeggi et Rosa innovent en introduisant les concepts d'appropriation relationnelle et de résonance, offrant de nouvelles avenues pour comprendre le phénomène d'aliénation et chercher à y répondre. Tout en conservant en partie le concept marxien d'aliénation, Jaeggi et Rosa tentent de créer une interprétation de l'aliénation qui n'évoque pas une sorte d'humanité idéale et transcendante, mais plutôt un point de référence social permettant de déterminer l'aliénation par rapport à une appropriation de nos pratiques et de notre monde social. Cet approfondissement de la pensée d'Honneth permet également de dépasser la principale critique qui lui est attribuée, également applicable à Hegel, selon laquelle il s'agirait d'une philosophie idéaliste déconnectée de l'expérience tangible et, de fait, insuffisante pour adresser les enjeux liés à l'aliénation.

Le concept d'aliénation est d'abord étudié par Rahel Jaeggi dans sa thèse de doctorat soutenue en 2001 et publiée sous forme de livre en 2005. C'est notamment cet ouvrage, *La critique des formes de vie*, qui a relancé les discussions autour du concept d'aliénation dans la philosophie sociale, surtout dans la théorie critique, en montrant son actualité pour une

critique sociale contemporaine. Jaeggi définit tout d'abord l'aliénation comme une « relation de non-relation », c'est-à-dire non pas comme l'absence d'une relation, mais comme une forme spécifique de relation qui serait déficiente ou défaillante. Elle l'explique clairement dans cet extrait :

Le concept d'« aliénation » renvoie à tout un faisceau de motifs liés les uns aux autres. L'aliénation signifie indifférence et dissension, impuissance et perte du rapport à soi et à un monde vécu comme indifférent et étranger. L'aliénation est l'incapacité à entrer en relation avec les autres hommes, avec les choses, avec les institutions sociales et aussi par là — selon une intuition fondamentale du motif de l'aliénation — avec soi-même. Un monde aliéné se présente à l'individu comme dépourvu de sens et de signification, comme un monde figé ou appauvri, comme un monde qui n'est plus « son monde », dans lequel il n'est plus « chez lui » ou sur lequel il ne peut avoir aucune influence. Le sujet aliéné devient étranger à lui-même, il ne s'éprouve plus comme un « sujet activement effectif », mais comme un « objet passif » livré à des puissances qu'il ne connaît pas (Jaeggi, 2009, p. 89).

L'aliénation est ainsi appréhendée comme une appropriation perturbée de soi et du monde. Il s'agit de l'impossibilité de prendre possession de soi, de s'approprier ou de s'identifier avec ses actions et ses désirs. Cette impossibilité de disposer de soi n'implique pas l'existence préalable d'un « moi » échappant au processus d'appropriation, car le « moi » se constitue dans ce processus d'appropriation et d'identification. L'aliénation survient lorsque le processus conduit à un échec. Il ne s'agit donc pas uniquement d'un problème théorique, c'est surtout un problème pratique, étant donné que cette appropriation se déroule dans la praxis. L'appropriation ou la réalisation de soi est ainsi conceptualisée comme un processus visant à conférer une réalité et une effectivité dans le monde. Selon Jaeggi, le caractère aliénant ne réside pas dans un rôle social particulier en soi, mais plutôt dans la manière dont on s'approprie ce rôle (Weber, 2014).

La théorie de l'aliénation de Jaeggi parvient à surmonter les lacunes des théories traditionnelles qu'elle considère comme objectivistes, essentialistes et paternalistes. Ces théories traditionnelles suggèrent que nous pouvons « déterminer ce qui est objectivement

bon pour les êtres humains en identifiant un ensemble de propriétés ou un ensemble de fonctions inhérentes à la nature humaine [...] qui devraient être réalisées » (Jaeggi, 2014, p. 29). Comme l'explique Justin Evans, selon la critique de Jaeggi, une approche essentialiste engendre le paternalisme, puisqu'elle implique qu'un individu aurait la possibilité d'évaluer si une autre personne est aliénée, indépendamment de son propre jugement quant à la satisfaction de ses attentes et aspirations. Il explique d'ailleurs :

This can be true only if there is an objective good for humanity, which can be deduced from a universal human essence that is understood by the onlooker, but not by the alienated person. If we reject essentialism, then objectivism falls—there is no way to justify the claim to an objective good—and along with it falls any justification for paternalism. Most critical theorists now reject the idea that there is a human nature or essence; so, we must also give up the objectivism and paternalism of traditional theories of alienation (Evans, 2022, p. 130).

La théorie de Jaeggi se concentre non pas sur la nature de ce qui est approprié, mais sur le processus d'appropriation lui-même. Une conception non-essentialiste du sujet non aliéné est une conception du soi comme somme des appropriations et des relations réussies. L'aliénation n'est alors pas l'aliénation de quelque chose, mais l'aliénation « dans » une société, un rôle social, ou encore, dans un processus.

Pourtant, mettre l'accent uniquement sur le comment de l'appropriation, et non plus sur ce qui est approprié, ne va pas sans poser de problème. Si l'aliénation est une appropriation défaillante d'un certain rôle social, quel que soit ce rôle, il faudra admettre que le travailleur à la chaîne doit simplement réussir l'appropriation de son rôle social et non pas que ce rôle social est en soi aliénant. L'individuel semble ici prendre le dessus sur le social, puisque Jaeggi ne semble pas prendre en compte que certains rôles sociaux ne puissent pas permettre une appropriation ou une réalisation de soi significative, c'est-à-dire « non aliénante ». L'autrice Beatrijs Haverkamp souligne que ce modèle rend difficile l'usage de l'aliénation comme outil de critique sociale (Haverkamp, 2016, p. 66). Malgré les suggestions de Jaeggi quant à la nécessité de réformes des rôles sociaux et des institutions

pour faciliter une appropriation adéquate, elle ne détaille pas ces rôles et ces institutions, ni les directions à prendre. Ses exemples d’aliénation se focalisent sur des individus aliénés au sein d’une forme de vie spécifique. L’absence de toute considération pour les causes structurelles ou sociales empêche de penser le lien entre l’aliénation — envisagée comme appropriation inadéquate — et sa considération en tant que problème social. Le dépassement de l’aliénation dans la pensée de Jaeggi peut être plus précisément appréhendé comme un changement dans les « pensées et dispositions » (Haverkamp, 2016, p. 69). De plus, considérant que cette approche n’est pas située historiquement, elle n’explique pas les raisons pour lesquelles l’aliénation est un problème résolument moderne.

### 1.3 CONTRIBUTION PAR ROSA

Hartmut Rosa est considéré aujourd’hui comme l’une des figures principales dans le domaine des études sur l’aliénation. Pour ce philosophe et sociologue allemand, comprendre l’expérience vécue des gens implique de s’intéresser aux structures temporelles dans la modernité tardive. Il axe ses travaux sur l’idée que cette aliénation est provoquée par l’accélération, offrant une analyse de l’aliénation située historiquement, car l’accélération y est définie comme un phénomène propre à la modernité tardive, période historique que Rosa nomme également « postmodernité » ou « seconde modernité » (Rosa, 2011, p. 16) sans offrir de plus ample définition. Il présente l’aliénation comme une pathologie sociale, dans une conception contemporaine qui demeure fidèle à la tradition de la théorie critique. Par un examen des transformations des structures temporelles, Rosa veut arriver à un concept d’aliénation qui n’est pas essentialiste. Il enjoint en ce sens à « réintroduire le concept d’aliénation dans la théorie critique contemporaine » grâce à l’angle des structures temporelles et affirme même qu’il s’agit de la « voie la plus prometteuse pour les futurs possibles de la Théorie critique » (Rosa, 2012, p. 139).

### 1.3.1 Aliénation

Selon Rosa, l’aliénation est un état dans lequel nous agissons de plein gré, mais contre notre volonté propre. Le décalage entre nos actions et notre volonté se constate quand on examine l’idée que se font les personnes de la vie bonne et de son inadéquation à leur réalité. Pour Rosa, une vie bonne ne se mesure pas simplement par des critères matériels ou par le succès économique, mais par la qualité des relations qu’un individu entretient avec le monde qui l’entoure :

[mon ouvrage] part de la conviction que la qualité de la vie humaine (et des rapports sociaux) ne se mesure pas simplement aux ressources dont nous disposons et aux options qui s’offrent à nous, mais ne peut s’apprécier au contraire que par l’étude du type de relation au monde qui gouverne cette vie. [...] La réussite ou l’échec de notre vie dépend de la façon dont nous faisons (passivement) l’expérience du monde et dont nous nous l’approprions ou l’assimilons (activement) (Rosa, 2018, p. 46).

La vie bonne se caractérise par une existence marquée par des relations résonantes, où les individus trouvent un sens profond et une satisfaction dans leurs interactions dynamiques et réciproques avec le monde. Rosa rappelle que ces relations peuvent être incarnées par des événements simples du quotidien : une conversation intéressante entre amies, un vent doux dans les cheveux, danser seule sur une chanson aimée. La vie bonne, selon Rosa, nécessite un engagement actif avec le monde, où les individus sont à la fois réceptifs et participent activement à leur environnement. Il s’agit d’une ouverture au monde et d’une capacité à être touché par lui, tout en étant capable de répondre et d’agir de manière significative. Il explique clairement la relation entre cette capacité à être touché et l’aliénation :

Je propose donc de définir l’aliénation comme un mode de relation dans lequel le monde (subjectif, objectif, social) se montre insensible (*indifférence*), voire hostile (*répulsion*) à l’égard du sujet. L’aliénation désigne ainsi une forme d’expérience du monde où le sujet éprouve son propre corps, ses sentiments, son environnement matériel et naturel ou encore les contextes d’interactions

sociales comme extérieurs, détachés et non responsifs, bref, *muets* (Rosa, 2018, p. 278).

Pour Rosa, les moments d'écart à la vie bonne sont des moments d'aliénation. Cette dernière représente une perte de capacité à se déterminer, lorsque des structures temporelles imposées poussent des individus à choisir des activités qui n'étaient pas désirées autrement et qui contreviennent à la volonté propre du sujet ainsi contraint (Rosa, 2010, p. 299). Des divergences majeures s'observent entre la définition de Marx et de Rosa. D'un côté, Marx concentre son analyse sur les structures économiques et les relations de production dans le capitalisme. Il voit l'aliénation principalement comme un problème économique et de classe lié à l'exploitation des travailleurs. La solution proposée est une révolution économique et politique pour abolir le capitalisme. De l'autre, Rosa met l'accent sur les structures temporelles de la modernité tardive, en particulier l'accélération sociale. Il considère l'aliénation comme un phénomène plus général de déconnexion et de désynchronisation dans la société moderne. Il préconise de cultiver la résonance et de réformer les structures sociales pour permettre des connexions plus significatives avec le monde. L'aliénation constitue alors une pathologie par son entrave à l'autonomie des agents, mais aussi parce qu'elle limite la pleine relation au monde. En raison de l'impossibilité d'accélérer indéfiniment le rythme de la vie, le prix de cet effet d'entraînement est l'aliénation au monde. Comme l'explique Rosa, l'aliénation n'impacte pas notre : « être intérieur immuable ou inaltérable, mais notre capacité à nous approprier le monde » (Rosa, 2011, p. 137). Le monde s'en retrouve alors « silencieux, froid, indifférent » (Rosa, 2011, p. 140).

### 1.3.2 Accélération

Pour comprendre l'aliénation selon Rosa, il importe de comprendre son concept d'accélération. Loin d'être une conception théorique abstraite, l'accélération telle qu'il la conçoit a une dimension concrète qui s'ancre dans le quotidien. Alors que l'accélération se présentait comme la promesse d'une meilleure qualité de vie pour tous et toutes, elle se

développe comme un objectif intrinsèque dans la modernité tardive. Elle est composée de trois éléments : l'innovation technique, le rythme de la vie et le changement social.

D'abord, l'accélération technique se produit dans les processus techniques de communication et de transport, en plus de la production, la distribution et la consommation des biens de consommation. Le rapport spatio-temporel de la société s'en trouve transformé. Rosa décrit cette forme d'accélération comme « la plus évidente et la plus lourde de conséquences [en plus d'être] la plus facile à mesurer et à démontrer » (Rosa, 2011, p. 94). Non seulement la vitesse du transport et des communications augmente, mais également la vitesse de production de biens et services, leur distribution, ainsi que leur consommation : « [I]l accélération technique ne signifie cependant pas seulement un déplacement plus rapide des êtres humains, des biens, des informations [...], mais aussi la fabrication plus rapide de biens, la transformation plus rapide de matériaux et d'énergie et, bien que dans une moindre mesure, l'accélération des services » (Rosa, 2011, p. 96).

Ensuite, l'accélération du changement social signifie que des changements majeurs se produisent plus fréquemment dans les multiples sphères de la vie. Il ne s'agit donc pas d'un « processus intentionnel orienté vers un but » (Rosa, 2010, p. 94) comme pour le changement technique, mais du rythme de transformation des orientations des actions et des pratiques. C'est à ce niveau qu'est amené le concept de compression du présent, développé par le philosophe allemand Hermann Lübbe et repris par Rosa. Cette idée, *Gegenwartsschrumpfung* (compression du présent) désigne l'accélération du rythme de la vie, entraînant une réduction du temps pendant lequel un état ou une condition est considéré comme présent. Lübbe explore cette idée dans plusieurs de ses travaux, notamment dans son ouvrage *Im Zug der Zeit : Verkürzter Aufenthalt in der Gegenwart* (1992), où il analyse comment la compression du présent affecte la manière dont les individus et les sociétés perçoivent et interprètent leur époque. Rosa utilise ce concept pour théoriser l'accélération du changement social, selon laquelle la compression du présent réfère à la densification d'événements dans un même laps de temps. Il précise que : « l'hypothèse formulée par H. Lübbe a une importance décisive : au sens de cette définition, les sociétés modernes sont de plus en plus soumises à une

*compression du présent*, en raison d'une "vitesse de vieillissement" sociale et culturelle croissante, ou d'une "densification de l'innovation" socioculturelle croissante» (Rosa, 2011, p. 100). Les expériences, les innovations, les motivations tomberaient alors plus rapidement obsolètes, entraînant l'accélération des changements sociaux, provoquant par le fait même une plus grande instabilité des repères dans les manières d'habiter le monde. Par exemple, Rosa explique que : « le remplacement du programme d'un parti politique valable pour quatre ans par un programme valable pour deux ans constitue un exemple de l'accélération du changement social qui n'a pas d'explication technique » (Rosa, 2011, p. 98).

Enfin, l'accélération du rythme de la vie concerne l'enchaînement d'actions qui se produit de plus en plus vite dans le quotidien, soit de « faire plus de choses en moins de temps » (Rosa, 2011, p. 25). Il s'agit de la facette de l'accélération qui donne l'impression que tout va de plus en plus vite, qu'on manque constamment de temps et qu'on s'épuise dans une course contre la montre. Selon l'auteur, bien qu'il s'agisse d'une réaction incontestable de l'accélération des changements sociaux, les deux phénomènes demeurent distincts. Dans le même ordre d'idée, il aurait été possible de croire que l'accélération technique aurait pu être un facteur de ralentissement du rythme de la vie, puisque certaines actions nécessitent désormais moins de temps : « elles entretiennent entre elles [l'accélération technique et du rythme de la vie] une relation à proprement parler paradoxale : par définition, *l'accélération technique* engendre des ressources de temps libre et s'oppose par conséquent à l'accélération du rythme de la vie » (Rosa, 2011, p. 187). Au contraire, l'effet a plutôt été de multiplier les actions, créant un sentiment d'urgence au quotidien :

Comme l'intensification du rythme de la vie doit être comprise comme une conséquence de la raréfaction des ressources temporelles, ce qui signifie que l'accroissement du volume d'actions est supérieur à l'augmentation technique de la vitesse d'exécution de la tâche, elle se traduit *subjectivement* [...] par une recrudescence du sentiment d'urgence, de la pression temporelle, d'une accélération contrainte engendant du stress, ainsi que par la peur de « ne plus pouvoir suivre » (Rosa, 2011, p. 103).

Pour illustrer cet effet multiplicateur des actions quotidiennes, Rosa explique que, même si les technologies modernes permettent de faire certaines choses plus rapidement, les individus utilisent ce temps "libéré" non pas pour se reposer, mais pour accomplir encore plus d'activités. Il observe que le temps libre lui-même devient optimisé. Les individus ressentent une obligation de profiter pleinement de leur temps libre en le remplissant d'activités — voyages, sorties culturelles, sports, développement personnel —, ce qui reproduit la logique de performance du monde du travail, par exemple, en planifiant intensément un week-end de repos avec plusieurs sorties, visites, repas et rencontres sociales, ce qui crée une accélération du rythme même dans les moments censés offrir du répit.

Rosa soutient que l'accélération et ses trois composantes ne reposent pas sur une thèse déterministe, car les facteurs d'accélération sont eux-mêmes dépendants d'un préalable culturel, économique et social. C'est sous cet angle qu'il place les trois causes à l'accélération. Autrement dit, l'accélération sociale ne s'impose pas de façon automatique ou inévitable comme une loi historique universelle, mais résulte d'un ensemble de motivations systémiques, de normes culturelles et d'institutions qui valorisent certaines formes de temporalité. Ainsi, selon Rosa, il est théoriquement possible de résister ou de ralentir l'accélération par des transformations culturelles, institutionnelles et politiques. Le fait même qu'il existe des formes de décélération, de résistance, ou des alternatives — comme les mouvements de décroissance ou les pratiques de sobriété volontaire — confirme que l'accélération n'est pas un destin inéluctable. La perspective de Rosa ouvre donc la voie à une critique normative : en comprenant les causes sociales de l'accélération, il devient possible d'en interroger la légitimité, les effets sur le bien-être, et de proposer d'autres manières d'organiser le temps social.

### 1.3.3 Les causes et conséquences de l'accélération

Les phénomènes d'accélération n'arrivent pas par hasard. C'est du moins ce que démontre Rosa en identifiant trois moteurs, ou causes, de l'accélération. Rosa explique dans

*Accélération* (2011) que la première cause est le moteur économique — ou moteur social, qu'il utilise comme synonyme —, qui comporte le mode de compétition capitaliste. C'est-à-dire que dans la société capitaliste, la poursuite de la croissance continue implique qu'une stagnation du développement représente un retard par rapport aux autres. Comme l'explique Rosa :

L'augmentation de la productivité, que l'on peut définir comme augmentation de la production par unité de temps et, par conséquent, comme accélération, permet de marquer des points dans la compétition — tout au moins jusqu'à ce que la concurrence en fasse autant, en réduisant le temps de travail socialement nécessaire à la nouvelle norme, ce qui déclenche une spirale de l'accélération potentiellement illimitée (Rosa, 2011, p. 201).

L'accélération de la production, et donc de la consommation, devient alors une nécessité économique. Dans *Aliénation et accélération* (2012), l'auteur fait une description légèrement différente et nomme ce moteur le « moteur social ». Le principe de base demeure le même, à l'exception qu'il extrapole le principe de la compétition à tous les autres modes de distribution sociale, en entraînant l'idée de compétition au-delà du cadre économique. La compétition est le modèle de distribution qu'ont les individus entre eux pour accorder les priviléges, les avantages et le statut social, ce qui les place en concurrence permanente dans la société et force les gens à accélérer pour obtenir une part de cette redistribution :

[L]e principe de distribution essentiel et dominant, dans presque toutes les sphères de la vie sociale de la société moderne, est la logique de la compétition. Cela va de soi dans les domaines économique et sportif, mais c'est aussi vrai en politique (le privilège et la position de pouvoir sont donnés à la personne ou au parti qui remporte une compétition électorale), en science (les positions d'un professeur ou d'un chercheur, ainsi que les ressources nécessaires à l'accomplissement de projets scientifiques, sont obtenues après une lutte concurrente soit en vendant plus de tickets de cinéma, plus de livres ou plus de disques, c'est-à-dire dans le marché libre, soit en impressionnant un jury) et même dans le domaine de la religion (Rosa, 2012, p. 35).

La vision de Rosa a évolué pour donner à la compétition un sens plus large. Ce déplacement du cadre strictement économique vers une logique de compétition généralisée révèle un glissement vers une dynamique culturelle plus profonde. Si la modernité est traversée par une crise, Rosa laisse entendre qu'elle est d'abord culturelle : une crise du sens, où les

logiques de performance et de dépassement s'imposent comme normes dans tous les domaines de la vie, fragilisant ainsi les liens sociaux et les formes d'orientation collective.

La deuxième cause est le moteur culturel, qui réfère aux nouvelles croyances dans notre société séculière. Rosa avance que la sécularisation de la société joue un rôle important dans la mesure où la perte de la croyance d'une vie après la mort apporte une pression nouvelle : devoir vivre une vie pleine au maximum dès maintenant. Cela se traduit par une volonté à cumuler le plus d'expériences et de compétences possibles dans cette vie limitée :

[L']alternative qui s'est imposé et semble être devenue la réponse exclusive au problème de la mort dans la modernité avancée : la représentation selon laquelle *profiter à un rythme accéléré des diverses opportunités du monde*, en « vivant plus vite » permettrait de réduire le hiatus entre le temps du monde et temps de la vie. Pour comprendre cette idée, il faut garder à l'esprit que la question du sens de la mort est indissociablement liée à celle de la « vie bonne », de la vie qu'il convient de mener. Car la représentation de la vie bonne qui devient dominante dans l'histoire consiste à concevoir *la vie comme une ultime occasion*, c'est-à-dire à mettre à profit la durée de vie accordée à chaque individu de manière aussi intensive et aussi universelle que possible, avant que la mort ne lui mette un terme définitif (Rosa, 2011, p. 223).

L'urgence de tout faire et de tout voir s'impose désormais, la croyance d'une autre vie de plénitude après la mort s'étant éteinte. Ce moteur reste le même dans *Accélération* et dans *Aliénation et accélération*.

Troisièmement, les explications données au dernier moteur dans *Accélération* et dans *Aliénation et accélération* divergent légèrement l'une de l'autre. Dans le premier, le moteur sociostructurel complète les deux autres, en ce sens qu'il influence les structures sociales par la différenciation fonctionnelle. C'est-à-dire que le développement de la division du travail par la spécialisation des individus serait l'élément clé qui impose l'accélération des processus sociaux :

Ce qu'il s'agit d'expliquer ici, c'est dans quelle mesure le principe de *déifferentiation fonctionnelle* — défini au chapitre 2 comme un principe central de l'évolution des sociétés modernes — entraîne ou impose *de lui-même* une accélération des processus sociaux, c'est-à-dire selon la logique de son

déploiement propre. [...] l'indépendance de ce moteur potentiel de la dynamisation se révèle par la possibilité de concevoir des sociétés fonctionnellement différencierées dont les (sous-)systèmes économiques s'orientent non pas en fonction de l'impératif de valorisation du capital, mais par exemple selon le principe de la satisfaction des besoins (per se neutre vis-à-vis de la vitesse) dont l'organisation est différente de celle du marché capitaliste (Rosa, 2011, p. 227-228).

Dans la seconde explication, le troisième moteur est le cycle de l'accélération, soit une spirale autoalimentée, provoquée par les deux forces motrices externes que sont les moteurs social et culturel, qui est permise par la différenciation fonctionnelle :

Ainsi, nous avons identifié deux forces motrices « externes » majeures, alimentant sans cesse la roue de l'accélération et l'ayant mise en mouvement aux débuts de la modernité. Elle est complétée par la logique inhérente de la division du travail, ou de la différenciation fonctionnelle, qui *permet* dans un premier temps, puis *impose* ensuite, des vitesses de traitement social de plus en plus grandes. Cependant, dans la modernité tardive, l'accélération sociale s'est transformée en un système autopropulsé qui n'a même plus besoin de la moindre force motrice externe (Rosa, 2012, p. 40).

Ces trois moteurs ne fonctionnent pas de manière isolée, mais interagissent dans une dynamique circulaire où chaque moteur renforce les autres dans un processus d'accélération autoalimentée. L'interaction de ces trois moteurs génère une spirale d'accélération cumulative : les avancées technologiques alimentent la transformation sociale, qui impose de nouvelles normes culturelles, lesquelles encouragent l'innovation, et ainsi de suite. Ce cycle s'auto-entretient et rend l'accélération difficile à freiner ou à inverser sans transformation profonde des valeurs, des structures et des objectifs sociétaux.

Il en résulte un sentiment d'être dépassé en relation à un monde qui va toujours plus vite, ce que Rosa nomme la désynchronisation. Ce phénomène, qui représente un symptôme de pathologie sociale dans la modernité tardive, réfère à une accélération inégale entre les structures de la société. La spirale d'accélération implique que les différents moteurs forment une chaîne causale (Rosa, 2011, p. 188) et entraînent des pressions sur la vie politique, environnementale et individuelle qui se retrouvent alors systématiquement en rattrapage temporel. Par exemple, les sphères techno-économiques de la société se développent à un

rythme trop élevé par rapport à la sphère politique. Le rôle de régulation attendu par le politique auprès de l'économie et de la technologie n'est alors pas assumé et ne répond plus aux attentes sociales. De fait, le politique prend du retard sur les progrès technologiques grandissants, ce qui entraîne des conflits sociaux. Par exemple, en mars 2023, plus d'un millier d'experts, dont des figures telles que Yoshua Bengio, Yuval Noah Harari et Steve Wozniak, ont signé une lettre ouverte appelant à un moratoire de six mois sur le développement de systèmes d'intelligence artificielle plus puissants que GPT-4 (Degré, 2023)<sup>2</sup>. Ce décalage entre l'innovation technologique rapide et la capacité des instances politiques à réguler efficacement ces avancées souligne la nécessité d'une gouvernance proactive pour anticiper et encadrer les impacts sociétaux, mais également l'incapacité du politique à suivre le rythme imposé par les avancées technologiques.

Effectivement, la prise de décision démocratique est un processus dont les étapes essentielles nécessitent du temps, telles que celles soulevées par Rosa : « organiser un public, identifier les groupes sociaux pertinents, formuler et soupeser des arguments et atteindre un consensus avant de prendre des décisions délibérées » (Rosa, 2011, p. 96). Il va même jusqu'à affirmer que :

[L]es véritables processus politiques permettant l'articulation et la synthèse des intérêts et la délibération démocratique [...] deviennent de plus en plus difficiles en raison de l'évolution socioculturelle de la modernité avancée, et prennent de plus en plus de temps. Car moins le consensus sur les valeurs d'une société est prévisible, moins les principes de motivation et de légitimation du débat politique sont définis par la tradition et la convention, et plus il devient ardu de parvenir à un consensus (Rosa, 2011, p. 323).

La désynchronisation limite les agents sociaux de leur potentiel de conciliation entre les différentes sphères de la vie. Ce qui amène Rosa à dire que : « en deçà et au-delà du rythme de transformation caractéristique de la modernité classique, l'ambition de décider des paramètres fondamentaux de la forme de vie commune selon des modalités délibératives et

---

<sup>2</sup> Cette initiative visait à instaurer une pause afin de permettre l'élaboration de protocoles de sécurité et de réglementations appropriées face aux risques potentiels tels que la désinformation, la perte d'emplois massifs et la perte de contrôle sur la société (Future of Life Institute, 2023).

démocratiques est vouée à l'échec» (Rosa, 2010, p. 311). L'accélération inégale des différentes sphères de la vie entraîne donc un risque de désynchronisation.

### 1.3.4 Interactions entre aliénation et accélération

Pour comprendre les conséquences concrètes de l'accélération sociale sur la vie des individus, Rosa mobilise le concept d'aliénation. Loin de se limiter à une reprise du concept marxiste classique, il le réactualise dans le contexte de la modernité tardive, en y intégrant les dimensions temporelles, relationnelles et institutionnelles de notre rapport au monde. On compte cinq formes d'aliénation créées par l'accélération sociale analysées par Rosa :

1. L'aliénation par rapport à l'espace : avec l'accélération technique, les distances diminuent de plus en plus et la mobilité augmente en conséquence, faisant des lieux que nous visitons des « non-lieux », des lieux muets et qui ne racontent plus aucune histoire. Les différents lieux que nous visitons dans notre vie quotidienne n'affectent donc plus notre identité, ce sont de moins en moins des lieux qui laissent une marque en nous. Au contraire, le détachement spatial devient de plus en plus profond. Comme l'explique Rosa : « l'accélération sociale crée une plus grande mobilité et un plus grand désengagement de l'espace physique, mais elle accentue aussi notre aliénation par rapport à l'environnement physique ou matériel » (Rosa, 2012, p. 117).
2. L'aliénation par rapport aux choses : Rosa constate également un changement dans notre rapport aux choses. Alors qu'il existait avant la modernité une porosité du soi face aux choses, c'est-à-dire que les choses étaient une partie déterminante de notre expérience, de notre identité et de notre histoire, cela tend de plus en plus à disparaître :

Une voiture que vous avez réparée dix fois vous-même, ou des chaussettes que vous avez reprisées vous-même sont appropriées et individualisées, ou de manière plus parlante encore : intérieurisées par vous. Vous les « investissez » et vous les percevez dans toutes les dimensions sensuelles,

et elles portent également avec elles les marques que vous y laissez. Elles deviennent partie intégrante de votre expérience vécue quotidienne, de votre identité et de votre histoire. [...] réparer les choses devient de plus en plus cher par rapport au fait de les reproduire. De plus, comme la plupart des produits deviennent techniquement de plus en plus compliqués, nous perdons la connaissance pratique nécessaire à nous en occuper nous-mêmes (Rosa, 2012, p. 118).

Les objets remplacés rapidement nous restent étrangers, et c'est là le sens premier du terme aliénation. L'aliénation du producteur séparé du produit de son travail constaté par Marx se redouble donc ici de l'aliénation du consommateur, qui n'établit plus de relations d'interpénétration avec les objets de son monde.

3. L'aliénation par rapport à nos actions : il faut entendre par là que : « [s]i le contraire de se sentir aliéné est de “se sentir chez soi”, alors nous pourrions dire en réalité que très souvent nous ne nous sentons pas chez nous quand nous faisons ce que nous faisons » (Rosa, 2012, p. 120). Deux causes principales sont ici présentées. D'abord par la manipulation d'outils qui ne sont pas pleinement maîtrisés ou compris — une idée que reprend le deuxième chapitre à travers la pensée d'Ivan Illich sur la convivialité. Ensuite par l'impression de ne jamais trouver le temps de faire ce dont nous avons réellement envie, tout en nous investissant dans des activités qui n'apportent pas de satisfaction.
4. L'aliénation par rapport au temps : l'agir se subdivise de plus en plus en épisodes courts d'actions sans lien les unes avec les autres et qui ne créent pas d'histoire ni de mémoire. Il est possible d'effectuer plusieurs actions sans lien aucun dans la même journée, mais il est rare de consacrer une journée entière à la même activité. Les enchaînements d'actions isolées les unes des autres se multiplient et se succèdent donc sans qu'il soit possible de les inscrire dans une même histoire de vie : « de plus en plus, nous nous engageons dans des activités et des contextes qui sont isolés assez rigoureusement les uns des autres. [...] Toutes ces activités ont comme résultat des épisodes isolés d'action et d'expérience qui ne se connectent pas aux autres d'une façon intégrée ou significative » (Rosa, 2012, p. 131). L'enchaînement d'expériences

pauvres entraîne donc une perte d'appropriation du temps vécu significatif, celui qui marque et qui transforme.

5. L'aliénation par rapport à soi et aux autres : les relations sont de plus en plus nombreuses, mais aussi de plus en plus superficielles. En une seule sortie urbaine, un individu peut croiser plus de personnes d'un paysan du Moyen-Âge dans toute sa vie. Toutefois, une réelle mise en relation avec autrui devient plus rare : « [c]omme Kenneth Gergen l'a dit de façon convaincante<sup>3</sup>, l'être de la modernité tardive rencontre tant d'autres personnes en si peu de temps qu'il est complètement "saturé" [...] Il en résulte qu'il devient structurellement improbable que nous "établissons une relation" avec autrui » (Rosa, 2012, p. 132). Rosa ne va pas jusqu'à plaider qu'on ne vit plus de rencontres significatives, mais que proportionnellement au nombre de personnes connues dans une vie, le développement de liens forts est plus ardu.

C'est par cette analyse que Rosa démontre l'impact structurel de l'accélération sociale sur les différentes sphères de la vie humaine, en révélant comment elle engendre une perte de résonance avec le monde, les autres et soi-même. En précisant que l'aliénation contemporaine ne résulte pas d'un éloignement d'une essence humaine, mais d'une rupture dans les relations significatives et dynamiques qui fondent l'existence, Rosa propose un déplacement du concept vers une lecture relationnelle. Il importe donc de retenir que l'accélération sociale, loin d'être un simple phénomène temporel ou technologique, agit comme un facteur central de dislocation des liens résonants, réduisant ainsi les conditions d'une appropriation vivante et signifiante du monde. Elle devient, dès lors, un obstacle majeur à la réalisation d'une vie bonne, entendue comme une vie en relation vibrante avec son environnement.

---

<sup>3</sup> Voir ici *The Saturated Self* de Kenneth Gergen.

### **1.3.5 La décélération**

Pour donner suite à cette élaboration des différentes formes d'accélération, l'auteur affirme que de nombreuses formes de décélération sont également manifestes. Il conçoit l'accélération de manière asymétrique dans la société moderne avancée. C'est-à-dire que certains phénomènes peuvent stagner ou ralentir, alors que d'autres peuvent accélérer à des vitesses différentes. Il explique cette asymétrie par la décélération. Cette dernière ne réfère pas à proprement dire à l'opposé de l'accélération, mais plutôt à des tendances de ralentissement ou d'inertie qui entrent en interaction avec les forces d'accélération et qui les désynchronisent (Rosa, 2010, p. 106). Bien que ces deux forces contraires soient théorisées, Rosa exprime clairement l'inégalité entre les deux en affirmant qu' : « [i]l existe une indéniable asymétrie structurelle entre l'accélération et la décélération dans la société moderne et, par conséquent, la modernisation peut légitimement être interprétée comme un processus continu d'accélération sociale » (Rosa, 2012, p. 56). Cette asymétrie entre accélération et décélération découle d'un impératif structurel de croissance économique, d'une culture valorisant l'innovation rapide et d'une interdépendance entre les sphères sociales qui rend tout ralentissement à risque de déclassement social ou de perte de ressource pour celui qui le pratique. L'accélération s'impose comme norme, tandis que la décélération est perçue comme inefficace. Rosa en dénombre cinq formes de décélération. Les formes un, deux, trois et cinq seront d'abord présentées brièvement. La quatrième, la plus pertinente dans le cadre de ce mémoire, fera ensuite l'objet d'un traitement plus approfondi.

La décélération entre les systèmes sociaux et naturels est la première forme précisée par Rosa. De fait, l'accélération se retrouve limitée par des phénomènes naturels, dont le potentiel de prise de vitesse se borne à un certain seuil. Par exemple, la grossesse nécessite neuf mois, le corps humain demande un certain temps à guérir, la terre prend 24 heures à tourner autour du Soleil, etc. Une désynchronisation peut subvenir entre les comportements humains accélérés et les phénomènes naturels limités par le temps. Toutefois, Rosa souligne qu' : « [i]l faut donc être prudent avant de postuler des limites de vitesse absolues. Il faut en particulier se garder de considérer hâtivement les irritations psychique ou physique

engendrées par une forte poussée d'accélération comme une barrière absolue ou d'y voir une limite anthropologique » (Rosa, 2010, p. 107), car les processus d'habituation peuvent faire disparaître progressivement l'inconfort de l'accélération et créer de nouvelles normes.

Une autre forme de décélération, la seconde, est volontairement instaurée par des communautés pour des motifs politiques ou religieux. Ces initiatives, dont font partie les amish ou les hassidiques par exemple, visent à préserver le groupe à un rythme de vie plus lent, en marge de l'accélération moderne. Leur pouvoir politique demeure néanmoins marginal et ces groupes connaissent une érosion croissante en relation au mode de vie dominant : « [d]ans la modernité tardive, ces “oasis de décélération” sont soumises à une érosion croissante, aux plans territorial, culturel et économique ; l'écart temporel avec leurs environnements en constante accélération ne cesse d'augmenter et devient donc de plus en plus coûteux » (Rosa, 2010, p. 109).

Dans le même ordre d'idée, la troisième forme de décélération sociale se manifeste sous la forme d'un ralentissement par défaillance d'un mode d'organisation. Il s'agit de formes de ralentissement involontaire, soit au niveau individuel qui survient comme conséquence d'un dysfonctionnement ou au niveau social comme un embouteillage ou comme de longs délais d'attente. De fait, considérant l'accélération asymétrique des différentes sphères sociales et des limites internes propres à chaque individu, des phases de désynchronisation se présentent inéluctablement. L'accroissement des cas d'épuisement professionnel ou de dépression en témoigne : « [l']état de dépression ou de burn-out apparaît en ce sens comme une forme radicale d'aliénation » (Rosa, 2018, p. 279). Par ailleurs : « [l']impression d'un ralentissement peut aussi naître à chaque fois que des processus se déroulant à des vitesses différentes se rencontrent [...] On en a un exemple intéressant dans l'impatience intolérable qui peut survenir lorsque, par exemple, un moteur de recherche sur Internet ne livre ses résultats qu'avec une lenteur exaspérante » (Rosa, 2010, p. 110).

Rosa évoque également, bien que de manière plus succincte, une cinquième forme de décélération, la pétrification structurelle et culturelle. Il explique que cette décélération, en lien avec les théories de fin de l'histoire et de cristallisation culturelle : « se fondent sur l'idée

que la contingence et l'ouverture apparemment sans bornes des sociétés modernes, leur changement rapide et permanent ne sont que des apparences tandis que les structures profondes se solidifient et se pétrifient à l'abri des regards » (Rosa, 2010, p. 116). En d'autres termes, sous une apparente fluidité et innovation constante, le monde se ferme et les changements structuraux deviennent de plus en plus difficiles à imaginer ou à réaliser.

Enfin, la quatrième forme, sur laquelle ce mémoire souhaite s'attarder, concerne la décélération intentionnelle. Elle a deux volets. D'abord celle portée par une volonté individuelle de ralentir, tout en demeurant dans le cadre de la modernité tardive. Il s'agit alors d'une stratégie individuelle pour faciliter l'intégration dans une logique accéléracionniste. Cette décélération prend une forme temporaire et fragmentée dans une vie qui demeure globalement soumise à l'accélération. L'idée est de ralentir pour mieux se surpasser, ou pour accélérer avec plus de force ensuite. Rosa considère d'ailleurs cette forme de décélération non seulement comme une stratégie d'accélération sociale, mais aussi comme une condition de son succès : « [l]es efforts pour ralentir délibérément des éléments isolés de processus d'apprentissage afin d'assimiler plus en un temps plus bref, ou d'augmenter, par des pauses ciblées, la capacité d'innovation et la créativité, constituent de toute évidence des stratégies d'accélération *par le ralentissement* » (Rosa, 2010, p. 114). Les activités de pleine conscience pour les gestionnaires, les voyages de ressourcement ou les cours de yoga pour améliorer la performance se placent dans cette catégorie.

Le second volet de cette décélération concerne les mouvements sociaux et politiques. S'y attarder permet de faire le lien entre les formes contemporaines de résistance au rythme de la modernité et les perspectives théoriques et pratiques de transformation sociale qui constituent le cœur du projet politique de cet ouvrage. Ce second volet militant constitue une porte d'entrée directe vers la convivialité et vers les pratiques de décroissance étudiées dans le chapitre suivant. Il permet de passer du diagnostic, soit l'aliénation et l'accélération, aux propositions de reconfiguration du rapport au monde. De fait, dans cette forme de décélération, le ralentissement volontaire comporte une posture militante qui vise le ralentissement global de la société et d'un vivre ensemble plus paisible. Rosa explique que :

« [l]e mouvement en faveur du ralentissement promet un “nouveau bien-être par la décélération” et prend la forme d’association d’intellectuels ou de citoyens » (Rosa, 2010, p. 112). On y retrouve la mouvance hippie, mais aussi la tendance *slow food* ou les revendications de décroissance. Alors que Rosa en fait une critique acerbe dans *l’Accélération*, allant jusqu’à dire que : « [s]i les représentations et les fantasmes d’un ralentissement radical véhiculés dans ces milieux sont intellectuellement prolixes, il est très rare qu’ils se traduisent en actions politiques capables d’ébranler les structures » (Rosa, 2010, p. 112). Cependant, il semble plutôt favorable, même enthousiaste, face aux mouvements décroissantiste dans *Résonance* : « [l]es impératifs d’accroissement propres à la société de croissance, on l’a vue, entrent de plus en plus en contradiction avec le désir et la promesse de résonance de la modernité. Ils imposent la prédominance de relations réifiantes et muettes au monde » (Rosa, 2018, p. 675). On assiste donc à travers ses œuvres à des changements de perspectives à ce sujet. Ce type de décélération sera réexaminé en profondeur au chapitre 3.

Malgré ce changement de perspective, la décélération dans la pensée de Rosa peut difficilement être vue comme une solution à l’accélération. D’abord parce que certaines représentent des conséquences de celle-ci (3 et 5), ensuite parce qu’elle peut être utilisée comme stratégie pour l’optimiser (4a), ou encore par qu’elles représentent des mouvements trop marginaux pour avoir un impact significatif (2 et 4b). Rosa affirme aussi qu’ : « [i]l est donc certain qu’il n’y a pas de force équivalente susceptible de s’opposer aux tendances à l’accélération » (Rosa, 2011, p. 118). Selon cette logique, il propose une autre solution qui ne se place pas en réaction à l’accélération, mais qui permettrait tout de même de réduire et limiter les épisodes d’aliénation qui en résultent. Il s’agirait d’établir des axes de résonance entre soi et le monde. Ce faisant, l’angle qu’il adopte s’adresse directement à l’enjeu de l’aliénation, sans tenter d’opposer de résistance aux processus accélératrices.

### 1.3.6 La résonance

Partant du constat que l'accélération sociale constitue un facteur majeur d'aliénation, Rosa poursuit sa réflexion en explorant des pistes de solutions. En voulant sortir du cadre des structures temporelles, il sonde la racine même de l'enjeu d'aliénation. Le référent n'est alors plus le lien avec le temps, mais la relation qu'il est possible de développer avec le monde, c'est-à-dire la relation même qui subit de l'érosion lors de phase de désynchronisation. Il soutient que : « [l']envers de l'aliénation apparaît alors nécessairement comme une forme alternative de relation, une *relation reliée* — ou relation de réponse : c'est précisément la définition que j'ai donnée du concept de résonance » (Rosa, 2018, p. 277). La question de la relation au monde permet d'attaquer la question de l'aliénation et de se soustraire du totalitarisme de l'accélération. Cela rétablit ainsi l'autonomie perdue par l'imposition d'un modèle temporel. Il ajoute que : « [l']aliénation est toujours surmontée quand nous faisons l'expérience d'être touchés par autrui ou par quelque chose tout en nous sentant capables de le toucher en retour ; quand les rapports au monde, et par conséquent à soi, paraissent fluidifiés ou fluidifiables » (Rosa, 2018, p. 278). Cette piste théorique permet également d'adresser la conception de la vie bonne comme celle d'une relation épanouissante au monde, plutôt que d'y attribuer un caractère essentialiste qui, comme démontré par les critiques du concept d'aliénation, ne peut prétendre à l'universalité.

La solution proposée se forme alors sous le concept de résonance. Cette idée, qui vise à tracer les critères d'un lien harmonieux avec le monde, est une connexion mutuelle et dynamique entre un sujet et le monde. Alors que l'aliénation incarne des moments de perte du sentiment d'efficacité personnelle et d'une perte de sens, la résonance se place dans une dynamique dialectique où les moments d'expériences, souvent courts et ponctuels, permettent de se sentir en communion avec l'extérieur. Il la définit comme « un rapport cognitif, affectif et corporel au monde dans lequel le sujet, d'une part, est touché [...] par un fragment de monde, et où, d'autre part, il "répond" au monde en agissant concrètement sur lui, éprouvant ainsi son efficacité » (Rosa, 2016, p. 187). Avec cette définition, Rosa évite

d'attribuer à l'idée de vie réussie un contenu trop déterminé socialement et historiquement, en la concevant comme la réponse d'un « besoin relationnel ouvert quant à son contenu » (Rosa, 2016, p. 187). À ce propos, Rosa affirme que : « [c]e livre propose une critique des rapports de résonance propres à la modernité tardive dans un cadre spécifiquement occidental et capitaliste ; son propos n'est pas universalisable et ne s'applique pas à toutes les périodes historiques ni à toutes les cultures » (Rosa, 2021, p. 700). D'un côté, une ouverture au monde, une capacité à l'inviter et à se voir affecté par lui ; d'un autre côté, le pouvoir d'y agir, et de reconnaître notre activité en lui. De fait, être touché ne suffit pas, un sentiment d'auto-efficacité est également nécessaire, lequel est justement manquant dans les phases d'aliénation. Résonance et aliénation entretiennent ainsi un rapport codépendant. La notion de réciprocité et de dynamisme est cruciale, considérant que l'expérience de la résonance n'est pas un exercice passif et qu'il nécessite un mouvement mutuel entre le sujet et le monde. Conséquemment, cette logique dialectique admet que l'aliénation n'est pas une mauvaise chose en elle-même, puisqu'elle porte une part d'étranger à soi. Il s'agit plutôt de la placer en équilibre avec le monde et d'y maintenir une posture d'empathie, de tolérance à l'inconfort et d'ouverture. Cette notion de monde n'est toutefois pas définie, ce qui entraîne un problème de conceptualisation.

L'auteur propose que la résonance incarne une solution viable à la pathologie sociale de l'aliénation, car elle permet de rétablir une connexion sincère et dynamique entre les individus et le monde. Comme l'accélération entraîne une déconnexion où les individus se sentent étrangers à leur propre existence et incapables de participer activement à leur environnement, la résonance, au contraire, implique une interaction profonde et mutuelle. Cela crée un sentiment d'efficacité personnelle et de participation active, essentiel pour se sentir intégré et autonome :

la faculté d'action et d'apprentissage, la possibilité de nouer et de maintenir des relations sociales et la satisfaction de la vie en général — bref, la qualité de la relation humaine au monde — dépendent de façon décisive de la confiance qu'ont les sujets en leur capacité à relever les défis, à contrôler leur environnement et donc à mener à bien des actions planifiées. [...] D'après l'état actuel de la recherche, un sentiment élevé d'efficacité personnelle a une

incidence positive sur le comportement social, le succès de l'apprentissage, l'état de santé et la satisfaction dans la vie en général, tandis qu'un faible sentiment d'efficacité personnelle produit le plus souvent des effets négatifs, et en particulier un repli accru sur la sphère privée, une propension moindre à s'engager et une insatisfaction grandissante. Le sentiment d'efficacité personnelle semble ainsi fournir un indicateur essentiel à qui voudrait juger, ou critiquer, la qualité des relations au monde dans leur ensemble (Rosa, 2018, p. 245).

Rosa voit la résonance comme une réponse holistique et durable à l'aliénation, car elle transcende les limites imposées par l'accélération en favorisant une expérience de vie où les individus sont pleinement engagés et connectés à leur environnement. Cette position a toutefois suscité plusieurs critiques, qui seront présentées dans la dernière section de chapitre.

Pour approfondir le concept de résonance, Rosa présente quatre caractéristiques générales. La première est le moment du contact, soit l'instant où l'on est touché par la personne, la musique ou l'idée par laquelle la résonance sera vécue. L'auteur présente aussi cette étape initiale comme un état d'interpellation, car il s'agit non seulement de voir, mais d'être capté et d'engager notre attention : « d'un seul coup, quelque chose nous interpelle, nous mobilise de l'extérieur et prend ainsi à nos yeux une signification en soi » (Rosa, 2020, p. 43). La seconde est la notion d'efficacité personnelle, terme qui renvoie à la réponse qu'on produit à la suite d'une expérience de résonance. Comme l'explique Rosa : « [l]a deuxième caractéristique de la résonance est donc le fait que nous réagissons à l'impulsion de l'interpellation et que nous allons à la rencontre de ce qui nous a touchés » (Rosa, 2020, p. 44). Il est donc question d'une réaction à l'objet ou au sujet qui nous touche. Rosa mentionne qu'on peut aussi parler d'émotion pour définir cette deuxième caractéristique de la résonance, puisqu'il s'agit de quelque chose de ressenti en rapport à l'autre (Rosa, 2020, p. 44).

Ensuite, il y a le moment de la transformation. Ce moment implique une modification de la relation au monde. La transformation engendrée par l'expérience de résonance peut se faire à plusieurs niveaux. Certaines vont avoir un impact profond et provoquer des bouleversements drastiques, comme une altération dans notre personnalité ou dans notre

philosophie de vie. D'autres peuvent laisser une trace plus légère et éphémère, comme un changement d'humeur. Il n'en demeure pas moins que la résonance implique une influence entre les sujets : « la modification de la relation au monde est un élément constitutif de l'expérience de la résonance : chaque fois que nous entrons en résonance avec le monde, nous ne sommes plus les mêmes » (Rosa, 2020, p. 45). Finalement, le moment de l'indisponibilité. Le concept d'indisponibilité signifie qu'il n'y a pas de méthode préalable pour s'assurer d'entrer en résonance avec le monde : « [m]ême en tentant de contrôler toutes les conditions subjectives, sociales, spatiales, temporelles et atmosphériques, de les aménager et de les orienter de telle sorte qu'elles rendent possible une expérience de résonance, il se peut que [...] nous ne soyons pas touchés et que nous ne puissions pas établir de relation » (Rosa, 2020, p. 48). L'indisponibilité de la résonance veut aussi dire qu'elle ne peut pas être accumulée comme un bien qu'on met en réserve.

### 1.3.7 La disponibilité

Ce constat mène à ce que Rosa présente comme la disponibilité. Pour la définir, l'auteur présente ses quatre dimensions générales. D'abord, quelque chose de disponible suppose de la rendre visible et connaissable. Ensuite, elle doit être atteignable ou accessible. Troisièmement, cela nécessite de la maîtriser ou de la dominer. Finalement, de la rendre utilisable. Il en résulte que quelque chose de disponible, qu'il s'agisse d'un objet, d'un phénomène naturel, d'une activité ou autre, va être complètement prévisible et prête à être contrôlée ou consommée. Cette notion de disponibilité est centrale, car rendre le monde disponible serait la posture même de la modernité tardive face au monde, tel qu'expliqué par Rosa :

Corrélat culturel de la logique structurelle de la stabilisation dynamique, dans la conception que la modernité a d'elle-même, une idée extrêmement puissante s'est insinuée jusque dans les pores les plus fins de notre vie psychique et émotionnelle : l'idée selon laquelle la clé d'une vie bonne, d'une vie meilleure réside dans l'extension de notre accès au monde. [...] cet impératif catégorique, j'aimerais le montrer dans cet essai, est devenu dans la

modernité tardive le principe de décision dominant dans tous les domaines de l'existence et quelle que soit la période de la vie (Rosa, 2020, p. 18).

De là découle le concept de point d'agression, qui réfère à la manière dont on voit le monde dans la modernité tardive. C'est l'idée de rendre les choses, le corps ou les relations, dans des rapports mesurables et calculables, pour qu'elles soient non seulement intelligibles, mais employables. Comme l'affirme Rosa :

La formation socioculturelle de la modernité se révèle ainsi doublement paramétrée par une stratégie de mise à disposition : nous sommes contraints structurellement (de l'extérieur) et poussés culturellement (de l'intérieur) à faire du monde le point d'agression ; il nous apparaît comme ce qu'il convient de savoir, d'explorer, d'atteindre, de s'approprier, de maîtriser et de contrôler. Souvent, il ne s'agit pas de rendre des choses — des fragments du monde — atteignables en général, mais de les avoir à disposition plus facilement, plus efficacement, à moindre coût, sans grande résistance et de manière plus sûre (Rosa, 2020, p. 21).

Néanmoins, cette perspective de point d'agression à un revers : le mouvement qui vise à rendre le monde disponible commence à se retourner contre lui. Il se produit une indisponibilité involontaire qui est due à trop de disponibilité. Le monde « se retire, devient illisible et muet, et plus encore : il se révèle à la fois menacé et menaçant, et donc au bout du compte constitutivement indisponible » (Rosa, 2020, p. 27). En somme, avec les progrès techniques et la complexité des structures sociales et politiques, qui visaient alors à rendre le monde disponible pour une pleine efficacité et qui s'inscrivent dans une démarche d'accélération, le monde devient inaccessible par sa trop grande complexité. En revanche, cette forme d'indisponibilité est délétère par sa volonté de mise à disposition qui empêche la résonance avec lui. Elle apparaît aujourd'hui comme une série de mécanismes lourds et opaques, qui déconnectent les agents de leur capacité de mobilisation et qui ralentissent les processus décisionnels. La volonté de disponibilité se retourne donc pour devenir indisponible (Rosa, 2020, p. 134).

L'absence d'une connexion résonante lors d'une interaction ne constitue pas un problème en soi, car la résonance demeure imprévisible et insaisissable : même en réunissant les éléments propices à une telle connexion, la résonance échappe à toute tentative de programmation. Le risque réside davantage dans la persistance de cette absence et, en fin de compte, dans la rigidité de la relation avec le monde. La modernité représente une menace pour la résonance, selon Rosa, qui affirme que « toute tentative de mise à disposition et de contrôle, d'accumulation, de maximisation et d'optimisation détruits l'expérience de résonance en tant que telle » (Rosa, 2015, p. 295). Il s'agit alors d'une menace à la vie bonne, car comme le dit Rosa : « [u]ne vie réussie, tel est le cœur de ma thèse, consiste en une forme de relation au monde qui est, dans sa structure profonde, résonante. Une vie réussie se laisse proprement définir comme un rapport résonant au monde » (Rosa, 2018, p. 682). En d'autres termes, Rosa considère que la vie bonne est impossible sans résonance.

#### **1.4 INSUFFISANCE DE LA RÉSONANCE COMME RÉPONSE À L'ALIÉNATION**

La thèse de Rosa a été l'objet de plusieurs critiques. Une critique notable de la théorie de la résonance concerne la nature intrinsèquement individuelle de l'expérience de résonance. Selon cette critique, Rosa place l'accent sur la résonance comme une expérience personnelle et subjective, ce qui rend difficile sa systématisation ou son application plus générale. Cela signifie que, bien que la résonance puisse offrir des moments de connexion significatifs et authentiques entre un individu et le monde, ces moments restent profondément personnels et ne peuvent être reproduits ou garantis à l'échelle collective. En conséquence, cette approche tend à attribuer la responsabilité de surmonter l'aliénation à l'individu lui-même. En focalisant sur l'expérience personnelle de résonance, la théorie de Rosa pourrait être perçue comme négligeant les dimensions sociales et structurelles de l'aliénation. Comme le nomme le philosophe et professeur Jean-Marc Lamarre dans le livre *Résistance Résonance : Apprendre à changer le monde avec Hartmut Rosa* : « sans l'action politique, la résonance n'est qu'un vain mot et le poétique est comme la morale kantienne selon Péguy, il a les mains pures, mais n'a pas de mains » (Collectif, 2020, p. 120). Ainsi, elle risque de

laisser l'individu aliéné face à ses propres difficultés, sans fournir de solutions sociales ou structurelles concrètes. Cela pourrait limiter l'efficacité de la résonance comme réponse à l'aliénation, car elle ne s'attaque pas directement aux causes systémiques de cette pathologie sociale ni ne s'instaure par des revendications. Lamarre ajoute d'ailleurs que « [dans *Résonance*, Rosa oppose la lutte et la résonance comme deux modes incompatibles de rapport au monde. La résonance étant indisponible, il n'y a pas de lutte pour la résonance ni de politique de la résonance » (Collectif, 2020, p. 120).

De fait, sans réponse structurelle pour permettre un déploiement de situations à fort potentiel de résonance à l'échelle de la société, le propos de Rosa s'expose à une critique qu'il adresse lui-même aux mouvements de décélération — notamment, la forme deux ou au premier volet de la forme quatre ci-dessus — à savoir que les tentatives visant à développer une vie plus résonante émanent des personnes ou des groupes isolés sans impact significatif. En ne proposant pas de réponses structurelles ou, encore, d'actions collectives, la théorie de Rosa pourrait être jugée insuffisante pour remédier aux problèmes profonds de désynchronisation et de déconnexion qui caractérisent la modernité tardive.

Une seconde critique, avancée par Simon Susen, réside dans la contradiction inhérente à la recherche active de résonance. Selon Rosa, la résonance est une expérience qui nécessite un certain laisser-aller et ne peut être contrôlée ou programmée. Elle survient spontanément lorsque les conditions sont propices et toute tentative de la forcer va à l'encontre de son essence même. Cette contradiction est particulièrement manifeste lorsqu'on tente de systématiser la résonance ou de l'appliquer à grande échelle. Rosa amène l'idée de semi-disponibilité pour résoudre cette contradiction, à savoir atteindre l'autre par seulement l'une des quatre étapes de la disponibilité. Toutefois, en cherchant à créer des expériences de résonance de manière délibérée, on risque de transformer un processus intrinsèquement spontané et imprévisible en une activité structurée et contrôlée, ce qui pourrait annuler l'authenticité et la profondeur de la résonance elle-même. Comme l'explique Susen dans son article *The Resonance of Resonance : Critical Theory as a Sociology of World-Relations?* :

It would be erroneous, however, to portray resonance as a quasi-transcendental resource that is always already available to human actors. The whole point of Rosa's Resonanzkritik is to insist on its potential unavailability [...] The presence of resonance is not tantamount to some kind of permanent utopia or dogmatic pursuit of an ideological metanarrative. Rather, resonance is always potentially fragile, because the most self-fulfilled actors cannot bypass its latent unavailability (Susen, 2019).

Pour Rosa, la résonance suppose une ouverture à être touché par le monde, sans anticipation ni manipulation. Or, le fait de prescrire aux individus de résonner introduit une forme de contrainte qui peut inhiber cette ouverture naturelle.

Il pourrait donc être préférable de se concentrer sur la création de conditions propices à la résonance plutôt que de tenter de la provoquer. Cela implique de favoriser des environnements où les interactions authentiques et significatives peuvent émerger spontanément, sans forcer l'expérience de résonance. En d'autres termes, la résonance doit rester indisponible au sens où elle ne peut être manipulée ou rendue systématiquement accessible, car cela irait à l'encontre de sa nature même et de l'expérience profonde qu'elle est censée procurer. C'est d'ailleurs un constat que pose Rosa lui-même dans *Rendre le monde indisponible* :

La disposition complète, dans la totalité des quatre dimensions, provoque en revanche l'extinction du désir : le jeu perd son objet, la musique son attrait, l'amour son ardeur. L'indisponibilité complète est dépourvue de sens au regard du désir, mais la disponibilité totale est sans attrait. Cela signifie qu'une relation réussie au monde vise à l'atteignabilité, pas à la disponibilité (Rosa, 2020, p. 130).

Il ne s'avance cependant pas sur la manière de cultiver un lien atteignable avec le monde, sans tomber dans le paradoxe de l'indisponibilité dû à la quête de disponibilité. L'appel à la

résonance apparaît alors comme un vœu pieux dont l'accomplissement repose sur le succès ou non des individus à développer des épisodes de résonance.

## 1.5 CONCLUSION DU CHAPITRE

En bref, le concept d'aliénation, initialement formulé par Hegel et Marx, trouve un sens renouvelé dans les travaux contemporains de Rahel Jaeggi et d'Hartmut Rosa. Hegel voit l'aliénation comme une étape nécessaire à la prise de conscience de soi, tandis que Marx la considère comme un phénomène social et économique, centré sur l'exploitation des travailleurs. Ces interprétations ont façonné notre compréhension moderne de l'aliénation, tout en suscitant des critiques sur leur pertinence actuelle. Les travaux de Jaeggi et Rosa, influencés par Axel Honneth, ajoutent une nouvelle dimension à l'analyse de l'aliénation. Jaeggi met l'accent sur l'appropriation de soi et du monde, tandis que Rosa replace l'aliénation dans le cadre des structures temporelles de la modernité, en la liant à l'accélération sociale. Pour Rosa, l'aliénation moderne résulte de la désynchronisation entre les différentes sphères de la vie, empêchant une harmonisation des structures sociales et individuelles.

Rosa propose la résonance comme solution à cette aliénation. Là où Marx voyait l'abolition du capitalisme comme réponse, Rosa suggère de cultiver des expériences de résonance pour rétablir une connexion authentique avec le monde. Cette approche non essentialiste et pragmatique permet de contourner certaines limites de la théorie marxienne. Comme l'explique Rosa :

S'il est vrai, par exemple, qu'en tant que citoyens-consommateurs de la modernité tardive, nous essayons de compenser le déficit d'appropriation par une acquisition de plus en plus effrénée et une confusion entre consommation et acquisition, alors nous avons peut-être la base non paternaliste et non perfectionniste d'une critique contemporaine de l'aliénation et des faux besoins. Non pas que le théoricien social sache mystérieusement ce que sont « nos » vrais besoins, mais c'est le sujet-consommateur lui-même qui montre des formes

d'insatisfaction et de compensation pouvant être analysées, entre autres, par une introspection attentive (Rosa, 2012, p. 138).

La résonance rétablit l'autonomie perdue et offre une perspective pour comprendre et surmonter l'aliénation dans la modernité tardive. Cependant, la résonance n'est pas une panacée. Elle pose également des défis, notamment en termes de mise en œuvre pratique dans une société dominée par l'accélération. La recherche de la résonance est également problématique par la nature même d'une relation résonante qui échappe à une volonté de contrôle, ne pouvant ainsi pas être provoquée. Bien que Rosa réponde à plusieurs de ces critiques dans la conclusion de *Résonance*, il demeure silencieux sur celles formulées ci-dessus, il n'y apporte pas davantage de réponses dans le reste de son œuvre. La théorie de la résonance semble ainsi trouver ses limites dans sa difficulté à envisager des réponses structurelles et collectives au problème de l'aliénation.

## CHAPITRE 2

### IVAN ILLICH ET LA CONVIVIALITÉ

La réflexion d'Ivan Illich se distingue par une critique de la société industrielle et une proposition alternative centrée sur le concept de convivialité. En effet, il s'est intéressé tout au long de sa carrière aux conséquences des institutions modernes sur l'autonomie individuelle et les relations sociales. La convivialité, selon Illich, représente une réponse aux défis posés par la société industrielle. Ce concept vise à restaurer l'autonomie individuelle et la créativité, en opposition à l'aliénation causée par les structures technocratiques et bureaucratiques. Ce chapitre se divise en trois parties. Premièrement, le concept de convivialité tel que développé par Illich est défini, en le situant dans le cadre de la critique de la technique et de la société industrielle. Deuxièmement, il est expliqué comment ce concept s'intègre au mouvement de décroissance, notamment à travers les travaux de Serge Latouche et son programme en huit R. Enfin, les possibilités d'applications concrètes de la convivialité comme idéal politique sont présentées, en explorant des initiatives locales et des politiques publiques visant à favoriser une société plus conviviale et durable. En abordant ces aspects, il est mis en lumière la pertinence et la portée du concept de convivialité dans le contexte actuel de crise écologique et sociale, ainsi que son potentiel pour solutionner l'enjeu de l'aliénation par la transformation des relations sociales et économiques vers un modèle plus soutenable.

#### 2.1 DÉFINITION DE LA CONVIVIALITÉ

Ivan Illich (1926-2002) fait des études en théologie et en philosophie à l'Université de Rome, ainsi qu'un doctorat en histoire de l'Université de Salzbourg. Après avoir vécu à New York et à Porto Rico, où il exerce comme prêtre et professeur, il fonde un centre de documentation et une université libre, le Centre interculturel de documentation (CIDOC) au Mexique. À la suite d'une relation tumultueuse avec l'Église, il retourne enseigner en Europe et meurt des suites d'un cancer qu'il refuse de traiter. Les travaux d'Illich se concentrent sur une critique des institutions, notamment l'Église catholique, l'école, les systèmes de transport

et la médecine. Il explore les possibilités d'autonomie dans une société dominée par la recherche de productivité. Dans son ouvrage *La convivialité* parut en 1973, Illich critique la société industrielle. Il affirme qu'elle crée des besoins artificiels qui détournent l'humanité de ses aspirations authentiques, tout en limitant les choix individuels en imposant ses valeurs. L'industrialisation est décrite comme déshumanisante, opérant des découpages qui entraînent la perte de connaissances et de compétences ancestrales. C'est dans ce contexte qu'il développe le concept de convivialité.

Ivan Illich emprunte la notion de convivialité à Anthelme Brillat-Savarin, avocat, magistrat et écrivain qui contribue à la définition moderne de la convivialité. Son livre, *La physiologie du goût ou méditations gastronomiques transcendantes* est alors une référence sur le sujet. Il décrit la cuisine comme « science des festins » ou « art alimentaire » (Brillat-Savarin, 1847, p. 279) et souligne que la convivialité émerge du plaisir partagé de savourer des mets en société. Initialement, le terme convivialité, issu du latin *convivialis*, désigne le « goût des réunions joyeuses où l'on mange » (Papi, 2012). La convivialité telle que redéfinie par Illich va au-delà de simples réunions festives pour englober une philosophie sociale et économique. Elle propose un modèle alternatif basé sur la gratuité et le don, en opposition à la logique dominante de l'accumulation et de la consommation effrénée. En cela, elle rejoint les réflexions de Brillat-Savarin sur le plaisir collectif et l'art de vivre, tout en offrant une réponse moderne aux défis posés par l'économie de marché et la crise écologique : « [j]appelle société conviviale une société où l'outil moderne est au service de la personne intégrée à la collectivité, et non au service d'un corps de spécialistes. Conviviale est la société où l'homme contrôle l'outil. [...] dans l'acception quelque peu nouvelle que je confère au qualificatif, c'est l'outil qui est convivial et non l'homme » (Illich, 1973, p. 13).

Le concept de convivialité se situe dans le courant de la critique de la technique, comme l'ont exploré ses contemporains Leopold Kohr, Jacques Ellul, et Günther Anders. L'influence mutuelle qu'Illich et Ellul partagent se constate dans leur conception similaire de la technique. De fait, Ellul, historien du droit et théoricien majeur de la technique en France, différencie la technique de la simple machine par sa quête absolue d'efficacité. Dans son

ouvrage *Le système technicien* (1977), il observe que la technique ne se limite pas à l'accumulation de machines et de produits, mais qu'elle devient la logique organisatrice de la société, autonome par rapport à celle-ci. Elle vise uniquement son propre perfectionnement, façonnant ainsi l'environnement des individus selon sa logique d'efficacité. Les sociétés humaines se sont adaptées à ces injonctions techniques, y subordonnant leurs besoins. C'est en réponse à cet impératif technicien qu'Illich développe une définition de l'outil conviviale qui priorise l'autonomie individuelle : « l'outil est convivial dans la mesure où chacun peut l'utiliser, sans difficulté, aussi souvent ou aussi rarement qu'il le désire, à des fins qu'il détermine lui-même. L'usage que chacun en fait n'empêche pas sur la liberté d'autrui d'en faire autant. Personne n'a besoin d'un diplôme pour avoir le droit de s'en servir ; on peut le prendre ou non » (Illich, 1973, p. 77).

La technocritique propose un nouveau chemin qui rejette les impératifs d'efficacité pour valoriser l'autonomie et la diversité des activités, faisant contrepoids à la perception, dominante au XXe siècle, qui considère le progrès comme indispensable à l'émancipation humaine. L'aspiration maîtresse devient le « mieux » plutôt que le « plus ». Comme l'explique le spécialiste du développement soutenable Sofiène Mansour : « [c]est donc également une révolution intellectuelle pour une gauche marquée par le marxisme et le productivisme : le problème n'est plus uniquement le patron, mais aussi l'usine elle-même » (Mansour, 2022). De fait, la critique de la société industrielle, telle qu'articulée dans *La convivialité*, diverge des analyses marxistes et anarchistes du capitalisme et se concentre sur la servitude imposée par la société industrielle plutôt que sur l'exploitation ou la domination de l'État. Illich ajoute : « [l']idéal proposé par la tradition socialiste ne se traduira dans la réalité que si l'on inverse les institutions régnantes et que si l'on substitue à l'outillage industriel des outils conviviaux. En retour, le réoutillage de la société a toutes les chances de rester un vœu pieux si les idéaux socialistes de justice ne l'emportent pas » (Illich, 1973, p. 29).

Bien que le terme ait connu une certaine popularité à la suite de la publication de l'essai d'Ivan Illich, son usage s'est estompé pendant un temps, avant de connaître un regain

d'intérêt dans des contextes critiques contemporains. En 2013, Alain Caillé, fondateur du MAUSS (Mouvement anti-utilitariste en sciences sociales), emploie ce terme dans le premier jet du *Manifeste convivialiste. Déclaration d'interdépendance* (2013), où il établit le convivialisme comme « nom donné à tout ce qui dans les doctrines existantes, laïques ou religieuses, concourt à la recherche des principes permettant aux êtres humains à la fois de rivaliser et de coopérer, dans la pleine conscience de la finitude des ressources naturelles et dans le souci partagé du soin du monde » (Collectif, 2013). Les signataires inspirés par Illich, qui forment le Collectif des convivialistes, ne se revendiquent pas explicitement de lui, conférant au convivialisme une signification et des perspectives nouvelles. Il n'est d'ailleurs pas cité dans leur livre *Résistance Résonance* (2020). Dans leurs travaux, la figure d'Illich est occultée pour n'en retenir que le concept de convivialité, qui continu d'évoluer à travers eux. Ce concept permet toutefois de donner une ligne directrice forte : « [s]i le convivialisme nous mobilise, c'est parce qu'il nous semble important de nous mettre d'accord sur un fonds doctrinal commun. Cela permet à des pensées alternatives au néolibéralisme de se sédentifier petit à petit pour s'opposer à son déploiement » (Collectif, 2020a, p. 11).

En 2020, Alain Caillé et ses collègues du Collectif des Convivialistes ont publié un *Second Manifeste convivialiste. Pour un monde post-néolibéral*. Ce second manifeste reprend et développe leur définition initiale du convivialisme :

Nom donné à tout ce qui dans les doctrines et sagesses, existantes ou passées, laïques ou religieuses, concourt à la recherche des principes permettant aux êtres humains à la fois de rivaliser sans se massacer pour mieux coopérer, et de nous faire progresser en humanité dans la pleine conscience de la finitude des ressources naturelles et dans le souci partagé du soin du monde (Collectif, 2020b).

La convivialité prend ainsi un sens plus large, lui donnant une portée sans conteste plus vaste que celle donnée par Illich. En effet, Illich porte l'essentiel de son propos sur l'ascète. Venant du grec *askesis*, signifiant entraînement ou exercice, Illich utilise le terme pour faire référence à : « un renoncement courageux, discipliné, lucide, accompli dans la communauté [...] Par askesis, aujourd'hui, j'entends la fuite délibérée de la consommation quand elle prend la

place de l'action conviviale» (Illich, 2019 p. 90). Ce concept sera plus amplement exposé dans la section 2.3.1.

À cette posture individuelle prônée par Illich peut s'appliquer la même critique que celle adressée précédemment à Rosa. En effet, l'ascèse conviviale qu'il propose repose sur une transformation personnelle du rapport au monde, fondée sur une expérience subjective difficilement transposable à une échelle collective. Ce caractère introspectif et non systématisable soulève la question de sa portée politique et sociale réelle. En insistant sur la responsabilité de l'individu à retrouver un rapport non aliéné aux outils et aux institutions, cette conception risque de reconduire une charge morale qui pèse uniquement sur les individus, sans remettre suffisamment en question les structures globales. Ainsi, la convivialité en tant que voie de résistance demeure fragile si elle ne s'accompagne pas d'un projet politique collectif.

Dans une démarche plus large, le Collectif des Convivialistes entraîne le concept de convivialité sur le plan politique :

Pour habiter le monde autrement, il faut sortir du capitalisme néolibéral en luttant contre les forces — économiques, sociales, politiques, culturelles — qui mettent en œuvre l'extension sans limite de la mise à disposition du monde (Internationale convivialiste). Cette action citoyenne se situe à deux niveaux : d'une part, celui des institutions politiques représentatives (participation aux différentes élections politiques, à l'activité des partis et mouvements politiques, aux débats démocratiques, etc.) et, d'autre part, celui des luttes et des mobilisations sur les lieux de travail, dans la rue, sur les places publiques et aussi dans les nouvelles formes d'action, en particulier les actions non violentes de désobéissance civile et les expérimentations, telles que les ZAD (zones à défendre) (Collectif, 2020a, p. 118).

Cette prise de position permet au concept de convivialité d'adopter un rôle revindicateur de changement social. Leur posture s'inscrit dans une double stratégie, soit celle du changement institutionnel par les voies démocratiques classiques et celle d'un activisme de terrain destiné à reconfigurer les conditions matérielles d'existence. Ce faisant, le convivialisme contribue de manière originale aux luttes anticapitalistes contemporaines : il offre un langage normatif alternatif aux logiques de croissance, d'accumulation et

d'appropriation illimitée du monde. Il réintroduit dans le débat public des principes comme la suffisance, la coopération, la pluralité des finalités humaines et le respect des limites écologiques. Ce cadre théorique permet non seulement de fédérer des courants critiques issus de traditions diverses (écologie politique, décroissance, post-marxisme), mais aussi de formuler un horizon mobilisateur fondé sur la possibilité d'un vivre ensemble collaboratif. La décroissance, bien qu'essentielle pour penser la sortie du productivisme, ne donne pas de moyen concret de penser l'autonomie technique, ni de distinguer entre une technologie aliénante et une technologie émancipatrice. Elle propose un horizon qui implique moins de croissance certes, mais pas de repère pour juger la qualité des moyens techniques. L'outil convivial, lui, offre une éthique d'usage de la technique qui complète et affine la critique portée par la décroissance.

### 2.1.1 Critères de l'outil convivial

Comme l'explique la sociologue Cathia Papi, la définition illichienne du terme outil englobe non seulement les objets matériels, mais également les moyens de communication, les organisations et les institutions. Ces outils, intrinsèquement liés à la relation sociale, sont envisagés dans un rapport de domination. Selon Illich, l'outil peut relier l'individu au corps social en fonction de la maîtrise qu'il exerce sur celui-ci. Lorsqu'il maîtrise l'outil, l'individu projette son sens sur le monde. Par contre, lorsqu'il est dominé par l'outil, sa structure façonne l'individu. Illich donne deux exemples : « obligé de s'adapter à son rythme, le travailleur se transforme en opérateur de moteurs ou en employé de bureau. Et le rythme de production exige la docilité du consommateur qui accepte un produit standardisé et conditionné » (Illich, 1973, p. 59). L'outil convivial est celui qui laisse à l'utilisateur le pouvoir de modifier le monde selon ses intentions. En revanche, un outil industriel dénie ce pouvoir, restreignant la marge de contrôle et régissant le sens. Au-delà de l'outil en lui-même, c'est l'usage qu'il permet qui tend à en faire un outil dominant ou dominable, convivial ou non. Par exemple, le téléphone est par essence convivial dans la mesure où il permet aux

individus de communiquer à leur guise. Cependant, un usage abusif de cet outil peut en dénaturer la fonction. De ce fait, ce n'est pas la complexité de l'outil qui détermine sa convivialité, mais la liberté d'usage qu'il offre (Papi, 2018).

Dans un premier temps, Illich campe une distinction entre les outils maniables et les outils manipulables. Selon lui, la différence entre un outil maniable et un outil manipulable repose sur la capacité de l'individu à exercer son autonomie et son contrôle sur l'utilisation de l'outil. Un outil maniable est conçu pour être utilisé directement par l'individu, permettant ainsi une interaction immédiate et une maîtrise personnelle :

L'outil maniable adapte l'énergie métabolique à une tâche spécifique. [...] L'outil maniable peut atteindre à la complexité d'une organisation de transports qui tire de l'énergie humaine le maximum de mobilité [...] L'outil maniable est conducteur d'énergie métabolique ; la main, le pied ont prise sur lui. L'énergie qu'il réclame est productible par quiconque mange et respire (Illich, 1973, p. 44).

Ces outils renforcent l'autonomie de l'utilisateur en lui permettant de réaliser des tâches sans nécessiter une médiation complexe ou une dépendance envers des systèmes extérieurs. Ils sont simples, accessibles et favorisent la convivialité.

En revanche, un outil manipulable est celui qui, bien que techniquement utilisable par une personne, requiert l'intervention d'experts, de systèmes complexes ou de structures institutionnelles pour être efficacement employé : « l'outil manipulable est mû, au moins en partie, par l'énergie extérieure » (Illich, 1973, p. 45). Ces outils tendent à réduire l'autonomie de l'utilisateur en le rendant dépendant de connaissances spécialisées, de maintenance professionnelle ou de réseaux techniques sophistiqués, limitant ainsi son contrôle direct et immédiat sur l'outil. En d'autres termes, les outils maniables encouragent l'autonomie et la maîtrise personnelle, tandis que les outils manipulables créent une dépendance envers des systèmes externes et des experts, réduisant ainsi l'autonomie individuelle.

D'autre part, Illich énonce trois règles d'or de la convivialité. Qu'il s'agisse de langage, d'institution ou de structure, « [l']outil juste répond à trois exigences : il est générateur d'efficience sans dégrader l'autonomie personnelle, il ne suscite ni esclaves ni maîtres, il élargit le rayon d'action personnel » (Illich, 1973, p. 27). Premièrement, il ne doit pas entraîner de monopole radical. Ce terme, défini par Illich, désigne une situation où un outil devient indispensable et monopolistique, c'est-à-dire qu'il devient le seul moyen d'accomplir une tâche particulière, rendant ainsi les individus dépendants de cet outil et diminue leur autonomie. Par exemple, l'automobile peut créer un monopole radical si elle devient le seul moyen pratique de se déplacer dans une société, rendant ainsi toute alternative impraticable. De ce fait, un outil convivial garantit de l'efficience sans diminuer l'autonomie personnelle, il est efficace sans devenir indispensable. Cela signifie que les individus doivent pouvoir choisir d'utiliser ou non l'outil sans que cela compromette leur autonomie. Deuxièmement, il doit entraîner l'élimination des rapports de sujétion et de servitude. Cela implique que l'utilisation de l'outil ne doit pas engendrer des relations de domination, où certains individus contrôlent l'outil et, par extension, les autres utilisateurs. Les outils doivent favoriser l'égalité et l'absence de hiérarchie dans leur utilisation. Troisièmement, il doit permettre l'élargissement du rayon d'action personnel. Les outils doivent permettre aux individus d'étendre leur capacité d'action et leur créativité dans leur environnement. Ils doivent offrir des possibilités supplémentaires pour l'expression personnelle et l'innovation, augmentant ainsi l'autonomie et l'initiative individuelle. Une technologie est jugée conviviale si elle permet à ses usagers de l'utiliser sans dépendance vis-à-vis d'experts, de grandes structures ou de systèmes opaques. Cette distinction est précieuse pour éviter une critique simpliste ou technophobe. On ne rejette pas la technique en bloc, mais on analyse sa structure et ses effets sur l'autonomie et la participation citoyenne.

Il apparaît donc clairement que l'autonomie individuelle est cruciale dans la philosophie d'Illich : « [l']a convivialité est la liberté individuelle réalisée dans la relation de production au sein d'une société dotée d'outils efficaces » (Illich, 1973, p. 28). À ce propos, la conception illicienne de l'autonomie rejoint celle de Jean-Jacques Rousseau (*Du contrat*

*social*, 1762) qui considère que les règles du contrat social doivent être le fruit d'un consensus libre et éclairé entre les citoyens. De la même manière, les outils et techniques de production sont le résultat d'une prise de décision démocratique : « [d]ans les pays riches, les prisonniers disposent souvent de plus de biens et de services que leur propre famille, mais ils n'ont pas voix au chapitre sur la façon dont les choses sont faites, ni droit de regard sur ce qu'on en fait. Dégradés au rang de consommateurs-usagers à l'état pur, ils sont privés de convivialité » (Illich, 1973, p. 28). Comme l'énonce Sofiène Mansour : « ce choix n'est pas déterminé par les seuls experts monopolisant le savoir, mais par les *producteurs-et-usagers* de la communauté concernée en fonction de leurs besoins, eux-mêmes définis par cette même communauté » (Mansour, 2022). Illich souligne également l'importance de la mesure et de la limitation de l'innovation. Selon lui, il est crucial de brider la croissance des sociétés modernes en limitant le pouvoir des outils et des institutions. La notion de limite est essentielle, car selon Illich, les outils atteignent un seuil au-delà duquel ils perdent en efficacité et deviennent contre-productifs. C'est ce qu'il nomme l'effet de seuil.

### 2.1.2 L'effet de seuil

Dans *La convivialité*, Illich plaide pour une société où les outils sont conçus pour servir les individus et non pour les asservir. L'effet de seuil est un phénomène où les outils et les technologies, au-delà d'un certain point de développement ou d'utilisation, cessent d'être bénéfiques et développent des effets contre-productifs. Selon Illich, chaque outil possède une limite au-delà de laquelle son utilisation excessive entraîne une diminution de son efficacité et peut engendrer des dommages sociaux, économiques ou environnementaux. Cela désigne un point critique dans l'utilisation des outils et des technologies où leurs bénéfices commencent à décroître. Il met en garde contre le dépassement de ce seuil où les outils cessent d'être des extensions de la capacité humaine et deviennent des instruments de contrôle et de domination. Il distingue ainsi un premier seuil qui est franchi quand on prend le moyen pour une fin et que la mesure statistique de l'efficacité devient le seul but. Au sujet de la médecine, Illich soutient que : « la santé est devenue une marchandise dans une

économie de croissance. Cette transformation de la santé en produit de consommation sociale s'est reflétée dans l'importance donnée aux statistiques médicales » (Illich, 1973, p. 15). Un second seuil est franchi quand l'outil industriel censé répondre à des besoins crée de nouveaux maux plus graves que les premiers. À travers l'idée de la contre-productivité des outils, Illich soutient que lorsque les sociétés industrielles évoluent, leurs institutions deviennent inefficaces. Par exemple, Illich affirme que : « [d]epuis que l'industrie des transports a franchi le second seuil de mutation, les véhicules créent plus de distances qu'ils n'en suppriment. L'ensemble de la société consacre de plus en plus de temps à la circulation qui est supposée lui en faire gagner » (Illich, 1973, p. 24). Cette citation réfère aux bouchons de circulation, mais aussi aux contraintes de temps et d'argent nécessaires pour posséder une voiture. Cette idée de contre-productivité des outils rappelle la troisième forme de décélération de Rosa, soit le ralentissement involontaire dû à une dysfonction. Dans les deux cas, le progrès technique censé accroître la liberté et l'efficacité trahit ses promesses initiales et engendre des effets pervers qui freinent l'autonomie individuelle. Ainsi, tant chez Illich que chez Rosa, on retrouve une critique commune des effets systémiques de la modernité, où l'accumulation de moyens techniques peut produire l'effet inverse de celui recherché.

Illich identifie plusieurs domaines où l'effet de seuil se manifeste, en commençant par l'exemple classique que sont les technologies de transport, comme mentionné précédemment. De fait, l'automobile améliore la mobilité jusqu'à un certain point. Au-delà de ce seuil, la dépendance excessive aux voitures conduit à des problèmes, tels que la congestion, la pollution, et une diminution de la qualité de vie urbaine. Le bénéfice de posséder et utiliser une voiture est contrebalancé par des effets négatifs qui affectent l'ensemble de la société. Ensuite, dans le domaine de la santé, l'effet de seuil se manifeste lorsque la médicalisation excessive conduit à une surdépendance aux traitements et aux interventions médicales, souvent au détriment de la santé globale des individus et de traitement préventif. Les soins médicaux, au-delà d'un certain point, peuvent engendrer des effets secondaires, une surmédicalisation et une perte d'autonomie des patients.

Ivan Illich identifie cinq menaces majeures posées par le monde moderne : la surcroissance, l’industrialisation, la surprogrammation, la complexification des processus et le renforcement des mécanismes d’usure. La surcroissance menace l’environnement en provoquant une dégradation écologique, tandis que l’industrialisation compromet l’autonomie individuelle en limitant la capacité des individus à agir de manière indépendante. La surprogrammation menace la créativité en imposant des structures rigides et prédefinies et la complexification des processus restreint la participation démocratique en réduisant le droit à la parole. Finalement, le renforcement des mécanismes d’usure érode les pratiques culturelles traditionnelles, telles que les mythes et les rituels (Illich, 1973, p. 74).

Cette dynamique conduit à une crise écologique et à une crise du sens, où les besoins de l’individu sont déterminés de manière externe, conduisant à une aliénation généralisée qui ne se limite plus au travail, mais englobe toute la vie. Illich conçoit l’aliénation comme un processus par lequel les institutions, les outils et les systèmes techniques dépossèdent les êtres humains de leur autonomie, de leur savoir-faire, et de leur capacité d’agir librement, c’est-à-dire en créant une dépendance aux institutions et en entraînant la perte de la maîtrise sur les outils. Toutefois, il nuance cette critique en affirmant que la technique n’est pas intrinsèquement aliénante, mais que c’est la question des limites et des seuils d’utilisation qui rend un outil aliénant et contre-productif : « [I]l caractère convivial ou non de l’outil ne dépend pas en principe de son niveau de complexité » (Illich, 1973, p. 46). Il qualifie de monde hétéronormé un monde imprégné de ce phénomène moderne. Il s’agit d’un monde dans lequel l’individu ne peut exprimer son autonomie, victime du monopole radical des outils. Tel qu’explicité par Mansour : « cette hétéronomie est amplifiée par les interconnexions et effets cliqués que provoquent les créations de techniques et outils nouveaux : lorsque toute la société s’est habituée à l’usage du téléphone mobile, nous sommes de moins en moins libres de ne pas en avoir un » (Mansour, 2022).

### **2.1.3 Portée conceptuelle de la convivialité**

Le concept d'outil convivial est central dans ce mémoire parce qu'il introduit une critique qualitative de la technique, ce que ne fait pas nécessairement la décroissance à elle seule. Il permet de lier les dimensions éthique, sociale et politique de la technique, car là où la décroissance met surtout l'accent sur la réduction quantitative de la production et de la consommation, l'idée d'outil convivial va plus loin — elle interroge comment les techniques façonnent les relations humaines, les rapports de pouvoir et la capacité des individus à agir de manière autonome. Il ne s'agit pas seulement de produire ou consommer moins, mais de transformer la manière même dont nous produisons et interagissons avec nos outils. En effet, le concept d'outil convivial offre une boussole normative. De même, il permet de réconcilier autonomie individuelle et transformation collective. Contrairement à une vision purement politique ou uniquement ascétique, l'outil convivial engage une posture de transformation qui commence dans les gestes concrets du quotidien (choix des outils, modes d'organisation) tout en nourrissant une critique plus large des institutions. C'est un point de passage entre la micro-politique du vivre autrement et les revendications de changement systémique portées par la décroissance. Dans le cadre du mémoire, où il est question de résonance, d'aliénation, et de critiques de la modernité, l'outil convivial vient préciser l'une des causes majeures de la perte de résonance, c'est-à-dire la médiation technique devenue opaque, écrasante ou non-maîtrisable. En cela, il entre directement en dialogue avec Hartmut Rosa.

Illich cherche à retisser le lien social en valorisant l'esprit du don dans les interactions interpersonnelles. La convivialité ainsi conçue rappelle la *philia* aristotélicienne, ou amitié, et s'inscrit dans une société de décroissance où l'objectif est de faire plus et mieux avec moins. Illich nomme clairement ces racines philosophiques :

Pour Aristote comme pour Thomas d'Aquin, elle [l'austérité] est ce qui fonde l'amitié. En traitant du jeu ordonné et créateur, Thomas définit l'austérité comme une vertu qui n'exclut pas tous les plaisirs, mais seulement ceux qui dégradent la relation personnelle. L'austérité fait partie d'une vertu plus fragile

qui la dépasse et qui l'englobe : c'est la joie, l'*eutrapelia*, l'amitié (Illich, 1973, p. 13-14).

Ce concept va au-delà de la rationalisation économique et cherche à redécouvrir la gratuité et le don, rompant avec l'emprise de l'économie marchande. Contrairement aux paradigmes axés sur la productivité, la convivialité favorise des relations autonomes et créatives entre les individus et avec leur environnement. Elle désigne principalement un mode de vie, une manière d'interagir avec les autres qui transcende les différences socio-économiques, favorisant une communauté amicale. Le concept d'outils conviviaux articule une vision d'une société future dépourvue de domination industrielle, dans laquelle les technologies modernes servent des individus politiquement interdépendants plutôt que des gestionnaires. Ivan Illich analyse la société industrielle contemporaine en utilisant une grille de lecture originale qui se situe entre la philosophie médiévale catholique, notamment celle de Thomas d'Aquin (1225-1274), et l'anarchisme de l'américain Paul Goodman (1911-1972). Cette perspective met en lumière ce que pourrait être une société conviviale basée sur des modes de vie vernaculaires. Le concept de vernaculaire, central dans la pensée d'Illich, renvoie à un mode de socialité non altéré par la rationalité économique ou administrative (Lesourt, 2013). Sa critique de la modernité s'appuie sur l'idéal d'autonomie individuelle, lui reprochant de ne pas permettre l'atteinte de cet idéal de manière adéquate. Il utilise ainsi les principes mêmes de la modernité pour la critiquer.

Les liens entre la pensée anarchiste et celle d'Illich sont encore peu explorés, mais Renaud Garcia a souligné l'influence essentielle de Paul Goodman sur Illich, qui l'introduit à la notion de seuil de viabilité par son livre *Growing Up Absurd* publié en 1960, suggérant que chaque individu a besoin d'un environnement proportionné à sa taille pour développer ses capacités. Cela s'applique à la forme des villes, aux systèmes économiques et à la répartition des pouvoirs publics. Contrairement à la pensée politique moderne, Goodman et Illich envisagent la relation entre l'individu et son environnement en termes de complémentarité. Cette pensée de la juste limite et du développement des structures à l'échelle de l'individu a été déployée économiquement par Léopold Kohr (*L'effondrement*

*des puissances*, 1957), père de la théorie du développement endogène. Selon cette théorie, les problèmes sociaux et économiques ne proviennent pas d'un manque de croissance, mais d'un excès de grandeur. Il défend une approche décentralisée du développement, fondée sur des unités humaines à échelle réduite, permettant aux communautés de se développer selon leurs propres ressources, besoins et capacités. Le développement endogène ainsi défini vise à préserver l'autonomie locale, l'équilibre écologique et la cohésion sociale, en opposition aux logiques de croissance imposées de l'extérieur. Goodman, Kohr et Illich ne prônent pas le microdéveloppement, mais l'environnement physique et matériel équilibré. Ces derniers rappellent toutefois que le seuil de viabilité, au-delà duquel les structures deviennent déstructurantes, n'est pas universel, mais doit être défini en fonction du contexte social et historique.

Considérant ce qui a été exposé précédemment, la vision de la vie bonne selon Ivan Illich apparaît clairement. Elle repose sur l'autonomie individuelle et la convivialité, critiques centrales de la société industrielle. Pour Illich, une vie bonne est une existence où les individus peuvent vivre de manière authentique et épanouissante au sein de leurs communautés, sans être dominés par des structures technocratiques ou bureaucratiques. Un élément central de la vie bonne est la notion de limite, car : « aucune hypertrophie de la productivité ne parviendra jamais à satisfaire les besoins créés et multipliés à l'envi » (Illich, 1973, p. 28). Il soutient que la croissance illimitée et le développement technologique effréné mènent à une perte de sens et à une crise écologique. Par conséquent, il prône une société où les innovations et les outils sont utilisés de manière mesurée, permettant aux individus de retrouver une certaine maîtrise de leur vie et de leurs communautés. Il propose une redéfinition du progrès, non pas en termes de croissance matérielle, mais en termes de qualité de vie et de développement humain, où la technologie et les institutions servent à enrichir l'expérience humaine sans aliéner ou dénaturer l'individu : « [u]ne solution politique de rechange à cet utilitarisme [de la société de consommation] définirait le bien par la capacité de chacun de façonner l'image de son propre avenir » (Illich, 1973, p. 31).

De son côté, Hartmut Rosa partage cette critique du productivisme et de l’obsession moderne pour la croissance, mais articule la vie bonne autour du concept de résonance. Pour Rosa, une vie bonne est celle où l’individu entre en relation vivante avec le monde, dans un échange dynamique et transformateur. Alors qu’Illich insiste sur la maîtrise des outils et l’autonomie communautaire, Rosa met l’accent sur la qualité des rapports que l’on entretient avec autrui, avec la nature, et avec les institutions. Si Rosa reconnaît également les effets aliénants de la modernité accélérée, il propose moins un retour à des limites précises qu’une transformation des formes de relation. Ainsi, alors qu’Illich fonde la vie bonne sur la sobriété volontaire et l’ancrage local, Rosa la fonde sur l’aptitude à établir des liens résonants, soulignant une complémentarité possible entre les deux visions.

## 2.2 PLACE DE LA CONVIVIALITÉ DANS LA DÉCROISSANCE

Bien que la notion de convivialité émerge parallèlement à la critique de la technique, elle évoluera par la suite pour s’intégrer au mouvement plus large de la décroissance. La décroissance, selon Illich, représente le triomphe de la qualité sur la quantité. Comme l’explique Cathia Papi dans une étude portant sur la signification de la convivialité, les courants critiques de la croissance s’inscrivent dans l’héritage d’Illich. Son approche, des plus originales à l’époque, n’exige pas de privation sacrificielle, mais présente un mode de vie où la limite permet d’atteindre un mieux-vivre, ce qui le distingue des critiques écologistes alors en vogue (Papi, 2018). Cette perspective singulière que porte Illich place la modération comme vecteur de joie et porteuse d’un mieux-vivre, comme l’énonce brillamment l’ingénieur et philosophe Jean-Pierre Dupuy :

La bonne nouvelle est que ce n’est pas d’abord pour éviter les effets secondaires négatifs d’une chose qui serait bonne en soi qu’il nous faut renoncer à notre mode de vie — comme si nous avions à arbitrer entre le plaisir d’un mets exquis et les risques afférents. Non, c’est que le mets est intrinsèquement mauvais, et que nous serions bien plus heureux à nous détourner de lui. Vivre autrement pour vivre mieux (Dupuy, 2002).

Comme l'explique Serge Latouche, professeur d'économie à l'Université de Paris-Sud XI et théoricien majeur de la décroissance, dans son livre *Petit traité de la décroissance sereine* :

Le contraire d'une idée perverse ne produisant pas nécessairement une idée vertueuse, il ne s'agit pas de préconiser la décroissance pour la décroissance, ce qui serait absurde [...] Le mot d'ordre de la décroissance a surtout pour but de marquer fortement l'abandon de l'objectif de la croissance illimitée, objectif dont le moteur n'est autre que la recherche du profit par les détenteurs de capital (Latouche, 2007, p. 20).

La décroissance est un concept qui s'est développé en réaction à la critique de la croissance économique et de ses impacts négatifs sur l'environnement et la société. Les racines du mouvement de la décroissance prennent source dans la critique culturaliste de l'économie et dans la critique écologiste. L'un des premiers avertissements significatifs est venu du rapport du Club de Rome, *The Limits to Growth* (1972). Utilisant des modèles informatiques pour projeter les tendances de la croissance démographique et économique, le rapport prédit que la poursuite de la croissance exponentielle conduirait à un effondrement écologique et économique global. À la même époque se font entendre des précurseurs intellectuels de la décroissance, dont les économistes et des penseurs écologistes, comme Nicholas Georgescu-Roegen et Ivan Illich. Georgescu-Roegen, avec son œuvre *The Entropy Law and the Economic Process* publié en 1971, introduit le concept de décroissance en économie en montrant que les processus économiques sont soumis à la loi de l'entropie, qui implique que les ressources sont limitées et finissent par s'épuiser. Émergeant véritablement dans les années 1970, la décroissance devient un mouvement politique international qui prône la réduction volontaire de la production et de la consommation pour créer une société plus soutenable et équitable.

Le terme décroissance a été popularisé en France par André Gorz et Jacques Grinevald. Gorz, philosophe et journaliste, plaide alors pour une décroissance équitable dans ses écrits, notamment dans *Écologie et Politique* (1975), arguant que la croissance économique conduit à des inégalités sociales et à des dégradations environnementales. En

parallèle, Jacques Grinevald travaille sur la diffusion des idées de Georgescu-Roegen (*Demain la décroissance : entropie, écologie, économie*, 1979) et contribue à introduire la décroissance dans les débats académiques et politiques. Au fil des années, le concept gagne en reconnaissance académique par la création de programmes de recherche à travers le monde et par la multiplication de conférences et de publications, contribuant à structurer le mouvement.

Comme l'explique l'architecte et spécialiste de la ville conviviale Silvia Grünig Iribarren, Ivan Illich est l'une des égéries du mouvement décroissantiste en remettant en question la croissance et l'idéologie du progrès, pour y proposer une alternative de vie qui prend source dans le territoire et les gens qui l'habitent (Iribarren, 2019). Plus précisément, François St-Amant, dans un mémoire portant sur la décroissance, démontre l'empreinte majeure qu'a eue Illich sur Serge Latouche, principal théoricien de la décroissance. Ce dernier pense en effet que l'application d'une décroissance conviviale permet une diminution douce de la consommation et prévient les risques de voir naître un gouvernement écofasciste (St-Amant, 2014).

De fait, le concept de convivialité est central dans les travaux de Serge Latouche. Il s'y appuie pour théoriser son programme en 8 R, qu'il conceptualise pour la première fois dans *Petit traité de la décroissance sereine* (2004), qui composerait une société conviviale. Comme l'explique Latouche :

[L]e bouleversement requis par la construction d'une société autonome de décroissance peut être représenté par l'articulation systématique et ambitieuse de huit changements interdépendants qui se renforcent les uns les autres. On peut synthétiser l'ensemble en un « cercle vertueux » en huit « R » : réévaluer, reconceptualiser, restructurer, redistribuer, relocaliser, réduire, réutiliser, recycler. Ces huit objectifs interdépendants sont susceptibles d'enclencher un processus de décroissance sereine, conviviale et soutenable (Latouche, 2004, p. 57).

Ces huit principes visent à instaurer une société durable en limitant la consommation excessive et en favorisant une économie circulaire :

1. Réduire : diminuer la consommation de ressources naturelles et d'énergie pour alléger l'empreinte écologique.
2. Réutiliser : encourager l'utilisation prolongée des biens et matériaux avant de les jeter.
3. Recycler : transformer les déchets en nouvelles ressources pour minimiser le gaspillage.
4. Réévaluer : remettre en question les valeurs et les priorités sociétales, en privilégiant la qualité de vie sur la quantité de biens.
5. Relocaliser : promouvoir les économies locales pour réduire les dépendances aux chaînes d'approvisionnement globalisées et renforcer les communautés locales.
6. Redistribuer : assurer une distribution équitable des richesses et des ressources pour réduire les inégalités.
7. Réduire le temps de travail : favoriser un équilibre entre vie professionnelle et personnelle, tout en répartissant le travail disponible pour diminuer le chômage.
8. Ralentir : privilégier des rythmes de vie plus lents pour permettre un meilleur bien-être individuel et collectif.

Latouche propose ainsi un modèle de société qui valorise la simplicité volontaire et l'autosuffisance, tout en favorisant les interactions humaines et le respect de l'environnement. Cette approche est conçue pour contrer les effets néfastes de la surconsommation et de la croissance économique illimitée.

Également, le concept de Mégamachine tel que développé par Illich se taille une place importante dans la pensée d'André Gorz, qui l'utilise pour expliquer la capacité qu'a le capitalisme à se reproduire et d'en montrer la culture totalisante. La critique porte sur la distinction entre besoins et nécessités : les premières étant des désirs amplifiés par le capitalisme, tandis que les secondes sont essentielles à une vie bonne. Les individus se voient

dicter leurs besoins par des experts, perdant ainsi leur capacité à interagir efficacement dans la société, rendant les individus dépendants des systèmes économiques et culturels pour répondre à leurs désirs. Ce processus est nommé « Mégamachine », illustrant comment les progrès scientifiques et techniques dénaturent les communautés et imposent une rationalité économique au détriment du sens commun et de l'autonomie. Comme l'explique Gorz :

Ce n'est pas « je » qui agis, c'est la logique autonomisée des agencements sociaux qui agit à travers moi en tant qu'Autre, me fait concourir à la production et reproduction de la mégamachine sociale. C'est elle le véritable sujet. Sa domination s'exerce sur les membres des couches dominantes aussi bien que sur les dominés. Les dominants ne dominent que pour autant qu'ils la servent en loyaux fonctionnaires (Gorz, 1975, p. 12).

Cette structure technico-économique conduirait à une dictature de la productivité. Toujours selon Gorz, lui-même se basant sur Illich, la prise de conscience de l'échec de la société moderne à offrir une vie bonne par l'avancée technique doit encourager un mode de vie basé sur des valeurs anti-consoméristes. Il préconise une refondation du lien social, permettant une réintégration des nécessités dans une vision économique conviviale. La lutte contre la société de consommation et la destruction écologique passe par la résistance à la Mégamachine et la reconquête de l'autonomie face au capitalisme (Schepper-Valiquette, 2014). Ces deux grands concepts d'Illich, soit la convivialité et la Mégamachine, sont donc des éléments clés sur lesquels les auteurs phares de la décroissance ont basé leur pensée.

### 2.3 LA CONVIVIALITÉ COMME IDÉAL POLITIQUE

À la suite de ce portrait de la convivialité et du mouvement décroissantiste auquel on l'associe désormais, il est possible de se questionner sur les possibilités réelles d'application d'une telle théorie. Sans avoir la prétention d'offrir un projet politique global, la convivialité endosse plutôt le rôle d'un idéal politique vers lequel tendre. À ce propos, Illich n'a pas produit de proposition politique pour mettre en branle les bases d'une société conviviale. Comme l'explique Thierry Paquot, spécialiste de la pensée d'Illich : « [c]e qu'il met derrière

le vocable de convivialité représente sa proposition, non pas politique, mais existentielle, de se comporter avec autrui et aussi d’humaniser toutes les institutions et outils qui se préoccupent des humains » (Paquot, 2022). Néanmoins, il affirme la nécessité d’adopter des mesures pour réduire la consommation énergétique et limiter la production de biens et de services (Troude-Chastenet, 2022). Plusieurs spécialistes se sont penchés sur les pistes d’applications concrètes qui peuvent être mises en branle pour développer une société plus conviviale. Les mesures touchent notamment le mouvement de la simplicité volontaire au niveau micro et le vivre ensemble à travers l’aménagement urbain au niveau macro.

### **2.3.1 Micro — la simplicité volontaire**

Ivan Illich, conjointement avec Jacques Ellul, est considéré comme le père de la simplicité volontaire. Cela vient du projet social d’austérité conviviale proposé par Illich, qui repose sur le concept d’autolimitation de la consommation, tant des biens que des services. De fait, l’une des solutions proposées pour sortir de la société de consommation productiviste est de développer une ascèse volontaire. Il qualifie l’individu adoptant l’ascèse volontaire d’austère. Pour lui, une personne « austère » trouve sa joie et son équilibre dans l’utilisation de l’outil convivial. Les considérations éthiques principales se concentrent sur les notions d’autolimitation, d’ascèse volontaire, et d’austérité conviviale. De fait, l’éthique de l’autolimitation repose sur la modération de la consommation pour contrer les excès de la société de consommation. Ce concept implique un renoncement volontaire, courageux et réfléchi à des biens de consommation superflus, pour privilégier les actions de partage et de convivialité. Il s’agit d’une discipline éthique personnelle qui valorise la retenue et la maîtrise de soi, inspirée par les traditions philosophiques d’Aristote et de Thomas d’Aquin.

Cela donne naissance aux concepts d’austérité conviviale, qui impose de protéger la liberté des valeurs d’usage de chaque individu. Illich préconise la pauvreté librement consentie, tout en admettant la difficulté actuelle d’imaginer un consensus sur l’austérité (Troude-Chastenet, 2022). Il décrit l’austérité conviviale comme une vertu, où l’individu trouve satisfaction et équilibre dans l’utilisation d’outils et de ressources de manière

consciente et limitée, sans opprimer la liberté des autres. Cette austérité va au-delà de la simple modération matérielle ; elle représente une attitude éthique de respect envers les besoins d'autrui et les ressources partagées, favorisant ainsi l'équité dans l'utilisation des biens communs. L'économie de subsistance qu'il propose vise à répondre aux besoins essentiels de manière durable et responsable, incitant à un mode de vie orienté vers le bien commun plutôt que vers la consommation excessive. Ces concepts soulignent un appel éthique fort à la responsabilité personnelle et collective, cherchant à redonner un sens à la consommation en la reliant aux valeurs humaines et communautaires plutôt qu'à la seule efficacité économique. Les premières traces de ce mouvement remontent à l'ascétisme de l'Antiquité, particulièrement chez Épicure, qui distingue les besoins essentiels des besoins secondaires.

Actuellement, cette définition de l'ascèse volontaire, et de la vertu de l'austérité qui s'y rattache, correspondent au mouvement de la simplicité volontaire. Ce mouvement appelle à limiter consciemment sa consommation afin d'être en cohérence avec des valeurs morales et, de fait, atteindre une vie plus épanouie, que ce soit par des motivations philosophiques ou spirituelles. Comme l'explique Pauline Romary dans son article *De la Frugalité à la Sobriété : une histoire de la simplicité volontaire*, la sobriété est utilisée aujourd'hui comme une solution à la crise écologique et contre les inégalités sociales. Elle ajoute : « [a]vec la sobriété, la transition énergétique et écologique dépasse l'enjeu technique et économique pour devenir sociale. Elle englobe de fait de nombreuses préoccupations comme l'accès équitable à l'énergie, la sécurisation des approvisionnements ou la lutte contre la précarité énergétique » (Romary, 2024). Elle s'inscrit ainsi directement dans le mouvement décroissantiste et permet d'appliquer dans le quotidien les principes de la convivialité.

Les liens amicaux prennent une place cruciale dans cet idéal, parce qu'ils invitent au partage, au vivre ensemble, à la cohabitation et à l'entraide, des éléments essentiels d'une société conviviale. Comme l'explique Iribarren :

Il s'agit d'exhumer les formes subreptices que prend la créativité dispersée, tactique et bricoleuse des groupes ou des individus, que ce soit à travers des projets de dynamisation communautaire, d'activités de voisinage, de jeu, d'entraide ou de partage. Ces actions partagées, nouvelles ou recouvrées (déjeuners dans un parc, promenades littéraires, guerrilla gardening...) domestiquent l'espace, transformé de manière éphémère et collective en un lieu de vie où se tissent des liens nouveaux. Ces relations permettent en même temps de percevoir d'une autre manière les espaces de la ville (Iribarren, 2019).

Dans le même ordre d'idées, les liens sociaux offrent une solution pragmatique qui mène à plus de convivialité et à une réduction de l'inefficacité énergétique par l'expérience de la cohabitation (St-Amant, 2014). Ces modes d'organisations entre les personnes offrent donc des voies à une vie plus conviviale, à condition que la réglementation urbaine permette les projets ainsi développés.

### **2.3.2 Macro — l'urbanisme et les politiques publiques**

Comme l'explique la professeure d'anthropologie urbaine Lisa Peattie :

L'aménagement urbain peut favoriser les conditions d'une convivialité, car la convivialité requiert peu de moyens : un coin à l'abri du vent où des amis puissent partager un café, un terrain vague qui deviendra un jardin. Mais elle doit reposer sur une base matérielle — le bon coin, le bout de terrain vague et quelques râteaux — et les règlements qui l'autorisent. La convivialité ne peut être forcée, mais elle peut être encouragée par de bonnes réglementations, de bons accessoires, et les bons espaces et lieux. Et ces derniers relèvent à l'évidence du domaine de l'aménagement (Peattie, 2019).

C'est cette même chercheuse qui développe le concept de ville conviviale en 1998. De fait, une telle mise en place de mesure dans le développement des villes permet de faire une planification à échelle humaine, touchant le quotidien et permet d'avoir une approche adaptée à chaque réalité. Dans son projet doctoral sur la ville conviviale, l'architecte Silvia Grünig Iribarren soutient qu'une ville conviviale est une ville où les actes de générosité et de don sont possibles, libérée des contraintes et de la honte imposées par l'ethos technologique. Elle

rappelle également que les pratiques de partage ont toujours existé entre les membres d'une communauté et qu'elles peuvent prendre diverses formes contemporaines, comme le covoiturage, le *couchsurfing*, l'échange de maisons, les jardins partagés, et l'échange de vêtements ou de jouets pour enfants. Ces initiatives favorisent le tissage de liens d'amitié et l'adoption de pratiques de partage à tous les âges. L'objectif de la ville conviviale est alors de favoriser des espaces de socialité et d'hospitalité (Iribarren, 2013).

Toujours dans l'élaboration de la vision de la ville conviviale, Iribarren apporte la notion de communaux, qu'elle présente comme pouvant être : « à la base de l'articulation des issues politiques permettant de définir les limites de tolérance admissibles à l'intérieur de chaque communauté, la cohérence des libertés et des limitations qu'une communauté est disposée à se donner, par des proscriptions et jamais par des prescriptions, car la convivialité est multiforme » (Iribarren, 2019). Cela s'explique par le fait que les communaux consistent en un milieu propice pour des pratiques démocratiques et sociales complexes qui inclut des dynamiques d'hospitalité, de sociabilité et de création potentielle de liens amicaux. Ce sont des lieux où se manifestent les pratiques vernaculaires, freinant à la fois le développement démesuré de la ville et la rareté pour certains. Définis librement par chaque communauté en fonction de leurs normes éthiques, les communaux représentent un projet ouvert et la base d'une société conviviale, permettant un modelage ajusté à chaque réalité urbaine (Iribarren, 2019). En des termes effectifs, la mise en place d'une ville conviviale admet des mesures telles que la création de coopératives d'habitation, de ruelles vertes, la création d'espaces communaux, le déploiement d'art urbain et la promotion des habitations intergénérationnelles.

Au niveau du transport, Illich propose des mesures sans ambiguïté. Comme le dit Troude-Chastenet :

La bicyclette est un merveilleux outil dont le rendement dépasse celui des animaux et des machines. Illich en conclut qu'un pays est sous-équipé s'il ne peut fournir à sa population un vélo, des pistes cyclables, ainsi que de nombreux moteurs auxiliaires bon marché et à faible consommation. À l'inverse, un pays est surindustrialisé lorsque sa vie sociale est dominée par

l’industrie des transports qui détermine des priviléges de classe, accentue la pénurie de temps, enchaîne les gens à des réseaux et à des horaires (Troude-Chastenet, 2022).

Une mesure d’application possible de la convivialité serait donc, tel que suggéré par Illich, de se concentrer sur les zones dominées par les moteurs pour y intégrer des courants de circulation congruents pour les piétons et les cyclistes, ou encore, tel que le mentionne Silvia Grünig Iribarren, de faciliter la mobilité en offrant le transport en commun gratuitement (Iribarren, 2013, p. 324). Selon Illich, c’est la politique qui doit déterminer des seuils théoriques à ne pas dépasser et fixer collectivement des limites, s’adaptant ainsi aux particularités locales.

## 2.4 CONCLUSION DU CHAPITRE

En somme, la réflexion d’Ivan Illich sur la convivialité offre une critique profonde et constructive de la société industrielle moderne. En définissant la convivialité comme une alternative aux structures aliénantes de la technocratie, Illich propose un modèle social où l’autonomie individuelle et la créativité sont valorisées. Sa vision s’oppose à l’accumulation et à la consommation effrénée, favorisant plutôt des relations basées sur le don et la gratuité. D’abord née dans la critique technicienne, la convivialité s’intègre ensuite au mouvement de décroissance et offre une direction pour atteindre des pratiques sociales et économiques durables. La décroissance conviviale, en prônant la réduction volontaire de la consommation et la relocalisation des activités économiques, vise à créer une alternative à l’aliénation des individus au sein des sociétés industrialisées, proposant un cadre où les individus peuvent exprimer leur créativité à travers des actions alignées sur leurs valeurs inhérentes.

Enfin, les applications concrètes de la convivialité, que ce soit à travers la simplicité volontaire ou les politiques publiques en matière d’aménagement urbain, démontrent le potentiel de cette vision pour transformer notre quotidien. Des initiatives telles que les coopératives d’habitation, les jardins partagés et la promotion des transports actifs et

collectifs illustrent comment la convivialité peut s’incarner dans des actions tangibles, créant des communautés plus solidaires et résilientes. En bref, la convivialité en tant qu’idéal politique et social représente une voie prometteuse pour répondre aux défis contemporains. Ainsi, la pensée d’Ivan Illich sur la convivialité se révèle être plus qu’une critique des dérives technocratiques de la société industrielle, car elle constitue également une articulation profonde entre éthique et politique, ouvrant un espace original de médiation entre le soi et le monde. À travers le concept d’outil convivial, Illich propose de recentrer l’organisation sociale sur la capacité des individus à agir de manière autonome, créative et responsable, à l’intérieur de limites librement consenties. Cette posture éthique, fondée sur la modération et l’usage non dominateur des techniques, prend tout son sens lorsqu’elle est mise en relation avec un projet politique émancipateur.

En effet, Illich opère un rapprochement entre l’éthique — entendue comme la manière dont l’individu se rapporte à lui-même, aux autres et à son environnement — et le politique, qui renvoie à l’organisation collective du vivre ensemble. L’outil convivial devient alors le symbole d’une interface entre la sphère intime et la sphère publique en permettant à chacun de participer activement à la construction du monde commun sans renoncer à sa propre subjectivité. Il est utilisé comme médiateur entre soi et le monde, introduisant une forme d’agentivité quelque peu absente dans le concept de résonance de Rosa. La convivialité se présente ainsi comme une réponse intégrée à l’aliénation moderne, en refusant le cloisonnement entre développement personnel et transformation sociale. Elle incarne une manière d’habiter le monde où la liberté ne se définit pas contre les autres, mais à travers une cohabitation structurée par la modération, l’entraide et la responsabilité mutuelle. En réconciliant les finalités éthiques avec les moyens politiques, Illich offre une voie de passage vers une société moins aliénante, où l’organisation collective soutient l’autonomie au lieu de l’entraver.

## CHAPITRE 3

### LA CONVIVIALITÉ COMME COMPLÉMENT À LA RÉSONANCE

#### 3.1 RETOUR SUR LES CRITIQUES

Ce troisième chapitre vise à explorer les liens entre la résonance et la convivialité, afin d'examiner dans quelle mesure cette dernière peut prolonger ou renforcer la portée de la résonance dans la perspective d'une réponse aux causes profondes de l'aliénation. Elles présentent plusieurs similitudes profondes, notamment dans leurs critiques de la modernité, de la société industrielle et de la technologie. Leur mise en parallèle permet de constater que les questions soulevées par Illich il y a des décennies sont toujours d'actualité et qu'en les replaçant dans le contexte actuel de la théorie critique de Rosa, on obtient une vision enrichie de la manière dont une société conviviale pourrait répondre aux problématiques d'aliénation qui persistent aujourd'hui.

Il est possible de faire converger leurs pensées à plusieurs niveaux. Hartmut Rosa et Ivan Illich partagent une vision critique de la modernité, de l'industrialisation et de la technologie. Ils valorisent tous deux l'autonomie individuelle, les relations humaines authentiques et les communautés solides. Rosa et Illich prônent une réévaluation des structures sociétales et des dynamiques interpersonnelles, proposant une société où les individus peuvent exprimer leur créativité et leurs valeurs inhérentes, s'éloignant ainsi d'une mentalité centrée sur la possession matérielle. Le politologue Nathanaël Wallenhorst explique d'ailleurs que cette convergence de pensée se transmet aussi auprès des héritiers d'Illich, les Convivialistes. Dans l'introduction du livre *Résistance Résonance* (2020), il écrit :

Le postulat de Rosa selon lequel, *de facto*, nous coexistons davantage que nous n'existons rejoint ceux des convivialistes. La proximité entre nos manifestes et *Résonance* (2018 [2016]) ou *Rendre le monde indisponible* (2020 [2018]) rend d'autant plus pertinente l'appréhension convivialiste de la résonance. Les uns et les autres insistent sur la « coexistence » et son opposition à l'*hubris* — de façon explicite dans les manifestes convivialistes, implicite chez Rosa. Le paradigme de la résonance est d'ailleurs proche de celui du don, développé dans le cadre de la Revue du MAUSS, qui a ensuite irrigué la philosophie politique convivialiste. Comme le signifie le sociologue français Alain Caillé, à l'origine du MAUSS (Mouvement anti-utilitariste dans les sciences sociales) comme du convivialisme, ces deux paradigmes « parlent pour l'essentiel de la même chose, en disent à peu près la même chose, mais dans des vocabulaires théoriques différents » (Caillé, p. 399). Ils se positionnent tous deux à l'articulation de la théorie sociologique et de la philosophie politique et sont contre toute forme d'utilitarisme. Ils s'opposent à une anthropologie qui pourrait se réduire à la seule logique d'un *homo oeconomicus* (Collectif, 2020, p. 14).

Une appréhension convivialiste de la résonance consiste à interpréter le concept de résonance, entendu comme relation vivante, ouverte et transformatrice entre un individu et le monde, à travers le prisme des valeurs politiques et éthiques du convivialisme. Cela signifie d'envisager la résonance non seulement comme une expérience existentielle ou psychologique (comme chez Rosa), mais aussi comme un fondement pour penser le vivre ensemble, fondé sur la coopération, le don, la modération et le refus de la domination technicienne ou économique. Le convivialisme donne ainsi à la résonance une portée collective, en y rattachant à la valorisation de la coexistence harmonieuse contre les logiques individualistes ou productivistes.

Les rapprochements théoriques entre les deux auteurs permettent de saisir la pertinence de recourir aux idées d'Illich pour répondre aux enjeux de la modernité tardive formulés par Rosa. Ce chapitre revient d'abord sur les deux principales critiques adressées au concept de résonance, exposées dans le premier chapitre, pour ensuite montrer comment la convivialité permet d'y répondre sans pour autant nier les apports de la résonance.

L'objectif est d'évaluer dans quelle mesure la convivialité peut combler les limites du concept de résonance et ainsi offrir des réponses plus complètes au problème de l'aliénation.

### **3.1.1 Critiques à la résonance**

La première critique adressée à la résonance est sa portée limitée au niveau individuel. En effet, il est surprenant qu'une posture individuelle soit invoquée pour répondre à une pathologie sociale telle que l'aliénation. Ce faisant, une lacune de l'œuvre de Rosa est qu'il n'explique pas de quelle manière il serait possible de déployer la pleine portée de la résonance et ainsi avoir un réel impact sur les structures sociales. Il reconnaît qu' : « [i]l n'est pas facile d'indiquer comment transformer la relation élémentaire au monde d'une société. Il n'existe pas de modèle prêt à l'emploi » (Rosa, 2018, p. 687). Le fait qu'il n'y a pas d'instauration systémique de la résonance laisse à l'individu le poids de son aliénation, car la résonance se place alors comme un nouvel impératif dont il est le seul responsable. Rosa exprime lui-même cette limite : « [i]l est en revanche impossible d'imposer la résonance par voie directe : d'abord parce que toute contrainte est tendanciellement répulsive, ensuite parce que l'indisponibilité intrinsèque de la résonance empêche toute possibilité d'établir des axes de résonance par décret autoritaire » (Rosa, 2018, p. 705).

De fait, même si l'auteur admet que « les rapports de pouvoir jouent évidemment un rôle central dans la production et la configuration des sphères de résonance » (Rosa, 2018, p. 706), et que : « [l]es hommes étant des êtres corporels, leurs relations au monde se déploient toujours dans un espace physique et social. Or, ces espaces se distinguent selon leurs qualités résonantes » (Rosa, 2018, p. 589), il ne démontre pas de quelle manière ces espaces peuvent être modifiés pour améliorer leur potentiel de résonance. De plus, les facteurs environnementaux, sociaux et économiques qui permettent ou inhibent la résonance sont peu développés dans ses écrits. Dans cette perspective, la résonance représente plutôt une éthique qu'un programme politique : « [i]l est vrai que la sociologie de la relation au monde ne suit aucun agenda politique propre. Cela dit, l'idée de résonance peut aussi faire office de boussole dans les combats politiques actuels, car elle fournit une norme pour l'action » (Rosa,

2018, p. 707). Il parle même d'une « éthique de la résonance » (Rosa, 2018, p. 707). Le danger de la position de Rosa, dans le contexte actuel, est de conduire à une forme d'isolement dans la quête de résonance.

Par ailleurs, bien que la résonance connaisse une lacune au niveau de sa portée sociale, Rosa affirme que :

[P]arce que l'on a peine à imaginer qu'une telle sensibilité puisse s'imposer comme une norme prescriptive dans les conditions du capitalisme actuel, tributaire de l'accroissement et axé sur la logique d'accumulation, la théorie de la résonance peut aussi se comprendre comme une critique du capitalisme, voire comme une pensée anticapitaliste (Rosa, 2013, p. 708).

Elle porte donc un idéal similaire à celui de la convivialité, bien qu'il soit exprimé moins directement.

Mais, même en reconnaissant l'impact essentiel des structures sur les possibilités de résonance, le manque d'emprise politique laisse croire que la résonance tombe par défaut, faute d'alternative, dans la sphère des responsabilités individuelles. La convivialité définie par Illich adopte elle aussi une posture éthique et individuelle, notamment avec la promotion de l'ascétisme, mais, comme l'expose le Collectif des Convivialistes, elle a une portée sociale inhérente qui conduit de l'éthique au politique. En effet, leur reprise de la convivialité offre un dépassement de la sphère privée en y ajoutant un cadre politique et militant. L'énoncé de cinq principes fondamentaux et d'un impératif catégorique dans le Second manifeste convivialiste l'illustre clairement :

1. Le principe de commune naturalité affirme que nous ne sommes pas « maîtres et possesseurs de la nature », mais faisons destin commun avec elle. Il est au cœur de la pensée écologique.
2. Le principe de commune humanité (qui évoque le communisme) condamne toutes les discriminations, de sexe, de couleur de peau, de croyance ou de religion.

3. Le principe de commune socialité (cher au socialisme) affirme que la richesse pour les humains est d'abord celle de leurs rapports sociaux.

4. Le principe de légitime individuation (particulièrement revendiqué par l'anarchisme) pose que la motivation première des humains est la quête de reconnaissance.

5. Le principe d'opposition créatrice est celui qui animait le premier libéralisme. C'est lui qui a permis d'en finir avec les monarchies absolutistes et avec les despotismes.

Ces cinq principes doivent être tempérés et équilibrés les uns par les autres, dans le respect premier de l'impératif catégorique de lutte contre l'*hubris*, contre la folie des grandeurs (Collectif Convivialiste, 2025).

Ici, la pensée d'Illich sur la convivialité repose sur l'idée que les outils et les institutions doivent être à l'échelle humaine, favorisant l'autonomie individuelle tout en rendant possibles des formes de coopération sociale non aliénantes. Cette vision éthique implique une critique des structures technocratiques et productivistes, et contient en germe une orientation politique. Le Collectif des Convivialistes ne fait donc pas qu'ajouter une dimension militante, mais il explicite et systématisé les implications politiques latentes de la convivialité, en les formulant sous la forme de principes normatifs communs. Ce passage de l'éthique au politique est cohérent avec l'intuition initiale d'Illich selon laquelle la transformation du rapport aux outils, aux savoirs et au temps suppose également une transformation des rapports sociaux et des institutions. De fait, la convivialité, en raison de son plus grand ancrage politique, fournit des pistes d'applications concrètes qui peuvent influer sur les éléments que Rosa définit comme les sources de l'aliénation. Cette affirmation sera élaborée dans la section suivante.

La seconde critique souligne l'incohérence qu'il y a à rechercher délibérément la résonance, puisque celle-ci repose sur un rapport spontané et non maîtrisé au monde. Conscient de ce paradoxe, Rosa introduit la notion de semi-disponibilité : « [I]es choses dont nous disposons complètement, c'est-à-dire dans les quatre dimensions, perdent leur qualité de résonance. La résonance implique donc la semi-disponibilité » (Rosa, 2020, p. 57). En

d'autres termes, selon les quatre niveaux de disponibilité établis par Rosa (être visible, atteignable, maitrisable et utilisable), l'objet de résonance doit être visible et atteignable sans être maitrisable ni utilisable. L'impossibilité de maîtriser ou d'utiliser un objet pour toucher à son potentiel résonant est incompatible avec la possibilité d'en disposer, puisqu'il échappe au contrôle externe. Comment peut-il alors être conséquent d'en faire une recherche active, si le principe même de l'activité résonante est qu'elle échappe à toutes formes de planification ? On voit difficilement comment la notion de semi-disponibilité offre une réponse à ce paradoxe. Comment « établir » ou « créer » une zone de semi-disponibilité sans rechercher à maîtriser le monde. Cela laisse à penser que la résonance est le résultat d'un calcul précis de notre approche face au monde, comme si nous pouvions fixer un seuil critique de la disponibilité. Il faudrait alors chercher la résonance, juste assez pour ne pas tomber dans les stades plus avancés de disponibilité. Cela place ainsi la responsabilité sur l'individu qui doit reconnaître le juste milieu. Comme l'explique lui-même Rosa :

La surcharge d'attentes de résonance semble de fait un obstacle assuré à leur réalisation. À vouloir contrôler toutes les conditions et parer à toute perturbation éventuelle, on entrave paradoxalement l'état de résonance dispositionnelle puisque l'on adopte dès lors un mode de relation muette au monde qui cherche à rendre la résonance disponible (Rosa, 2018, p. 588-589).

Cette approche ne permet pas de créer une réponse structurelle au problème social qu'est l'aliénation, elle incite plutôt les individus à accumuler le plus d'événements de résonance dans une vie. L'auteur reconnaît lui-même cette limite :

La capacité de réification se tient ainsi au service de la promesse de résonance, conformément à sa logique culturelle. Or l'histoire du développement des forces modernes de réification a inversé ce rapport : l'exigence de résonance des sujets est désormais exploitée comme une ressource et une force productive dans la lutte concurrentielle et sa transformation en désir d'objet commercialisable fait d'elle un moteur dans le processus d'extension de l'accès économico-technique au monde. La réification est devenue ainsi le mode fondamental de relation au monde de la modernité tardive, tandis que l'orientation vers la résonance n'est concédée qu'à l'état d'exception et confinée dans de simples oasis (Rosa, 2021, p. 682-683).

Cette contradiction mène à croire que la résonance ne peut être érigée comme un objectif à atteindre directement, car il est nécessaire d'instaurer des politiques qui la favorisent pour pouvoir la mettre en valeur. Tout comme on ne force pas une fleur à fleurir, on déploie un environnement propice pour permettre à la résonance de se développer.

### **3.1.2 La décroissance : plus qu'un mode de décélération**

Dans *Accélération*, Rosa explore cinq formes d'inertie, ou de décélération, dont fait partie la décélération intentionnelle. Celle-ci comporte deux formes, soit la décélération comme idéologie et la décélération comme stratégie d'accélération. La décélération comme idéologie n'est pas sans soulever quelques interrogations, car elle inclut de multiples phénomènes de décélération volontaire motivée idéologiquement, notamment la décroissance. Malgré le fait que Rosa soutient qu'il est : « indispensable de définir rigoureusement les formes, la fonction et le statut des processus et des phénomènes qui se dérobent à une dynamisation ou qui s'y opposent activement » (Rosa, 2011, p. 105-106), l'idée de décélération comme idéologie est peu développée dans ses travaux.

Plaçant toutes les formes de mouvements politiques s'opposant à l'accélération dans le même bateau, il affirme que : « [l]a nostalgie, constitutive de la modernité, d'un monde perdu, paisible, stable et harmonieux est portée par des représentations imaginaires de la prémodernité, qui s'associent, dans des mouvements de protestation sociale, à des représentations d'une postmodernité ou d'une “contre-modernité” en marge de l'accélération » (Rosa, 2011, p. 111). Cette vision romantique d'une lutte pour un passé fantasmé, bien qu'elle puisse correspondre à certains mouvements (qui ne sont d'ailleurs pas nommés), ne saurait représenter l'ensemble du mouvement pour la décroissance puisqu'elle fait abstraction des motivations exprimées par les militant.e.s qui la portent. Il affirme néanmoins que : « [l]e but de cette idéologie est de stopper, au nom d'une société ou d'une vie meilleure, le processus d'accélération de la modernité. Elle se nourrit à des sources très

diverses, d'origine religieuse, écologiste, ultra-conservatrice et anarchiste » (Rosa, 2011, p. 112).

Selon Rosa, dans *Accélération*, la décroissance ne peut être une solution à l'aliénation, car il la perçoit comme une simple décélération intentionnelle parmi d'autres, incapable de remédier aux problèmes sous-jacents de l'accélération sociale. Cependant, cette vision sous-estime le caractère distinct, ainsi que la dimension politique et structurante du projet de décroissance. Comme l'explique Serge Latouche dans *Petit traité de la décroissance sereine* :

Le changement indispensable de cap n'est pas de ceux qu'une simple élection pourrait résoudre en mettant en place un nouveau gouvernement ou en votant en faveur d'une autre majorité. Ce qui est nécessaire est beaucoup plus radical : une révolution culturelle, ni plus ni moins, qui devrait déboucher sur une refondation du politique (Latouche, 2004, p. 54).

Le traitement expéditif que Rosa réserve à la critique de la décélération volontaire idéologiquement motivée donne à penser qu'il n'a guère pris le temps d'en explorer les fondements. Contrairement aux autres formes de décélération, qui peuvent être vues comme des réponses réactionnaires et temporaires à l'accélération, la décroissance propose une réorientation fondamentale de l'organisation économique et sociale. À l'inverse de ce que Rosa dénonce comme étant : « des formes de décélération intentionnelle qui ne se dirigent pas contre les structures temporelles de la “société de l'accélération”, mais qui peuvent être au contraire tout à fait compatibles avec elles » (Rosa, 2011, p. 113), elle consiste en un projet politique structurant qui appelle à une transformation radicale des modes de production et de consommation. Elle propose de réorienter les politiques publiques vers la satisfaction des besoins fondamentaux, le renforcement des communautés locales, en évitant les excès : « [a]vant tout, il s'agit de savoir si le bien-être vécu requiert nécessairement de posséder dix paires de chaussures, souvent de mauvaise qualité, plutôt qu'une ou deux solides. [...] Je réponds que les besoins acceptables devraient être déterminés par la communauté tout entière — la municipalité » (Latouche, 2004, p. 86).

En ce sens, elle s'attaque aux causes systémiques de l'accélération, telles que la compétitivité exacerbée et la pression constante de production, en proposant un modèle de société où le temps est revalorisé : « [r]éduire, c'est aussi ralentir et donc résister à l'empire de la vitesse et aux tendances actuelles » (Latouche, 2004, p. 88). Ainsi comprise, la décroissance repose sur l'idée qu'il est possible de concevoir des modèles politiques, sociaux et économiques qui cherchent délibérément à ralentir le rythme de la vie sociale dans le but explicite de lutter contre l'aliénation.

Cependant, si dans *Accélération* présente la décroissance comme une forme de décélération parmi d'autres, le discours est drastiquement différent dans *Résonance* où Rosa consacre un chapitre entier sur les possibilités de la postcroissance (Rosa, 2018, *Les crises de la résonance dans la modernité tardive et les contours d'une société postcroissance*, p. 657), où il affirme notamment que : « [I]es impératifs d'accroissement propres à la société de croissance, on l'a vu, entrent de plus en plus en contradiction avec le désir et la promesse de résonance de la modernité » (Rosa, 2018, p. 661). Il va même jusqu'à dire :

Le rapport de stabilisation réciproque entre, d'une part, une formation sociale structurellement axée sur l'accroissement et l'extension de l'accès aux choses et, d'autre part, des formes essentiellement muettes de relations au monde s'est révélé le problème fondamental de la modernité tardive. Le dépassement de la logique d'accroissement et la transformation de la relation au monde s'imposent par conséquent comme le défi central que la modernité est aujourd'hui appelée à relever (Rosa, 2018, p. 672).

Toujours dans le même ordre d'idées, dans *Résonance*, la subordination du capitalisme est vue comme primordiale pour atteindre l'idéal de la vie bonne :

le type et la qualité des relations au monde seront déterminés par la contrainte d'accroissement économique. Le rapport inverse, l'ajustement des rapports économiques à la qualité des relations au monde, ne sera réalisable qu'à condition que nous parvenions à réinsérer le marché et la concurrence dans la vie sociostructurelle. En d'autres termes : sans une canalisation et, plus encore,

sans un remplacement de la machine « aveugle » d'exploitation capitaliste par des institutions économiques démocratiques capables d'assujettir les décisions en matière d'objectifs, de formes et de moyens de production aux critères de vie réussie, il sera impossible de réaliser une forme plus résonante de relation institutionnalisée au monde (Rosa, 2018, p. 675).

Il apparaît donc clairement que, même pour Rosa, les pistes ouvertes par la décroissance sont à considérer, et même essentielles, pour répondre aux impasses de la modernité tardive.

### **3.2 IMPACTS DE LA CONVIVIALITÉ SUR L'ALIÉNATION**

À la lumière de ces constats, il convient maintenant d'analyser en quoi la convivialité peut constituer une forme de réponse aux formes d'aliénation décrites par Rosa. Cette réponse passe nécessairement par une atténuation des dynamiques d'accélération, mais aussi par une modulation des effets liés à la désynchronisation et à la surdisponibilité.

#### **3.2.1 Prévention de l'accélération**

Premièrement, la convivialité lutte contre l'aliénation en prévenant l'accélération dans ses trois composantes, soit l'accélération technique, le changement social et le rythme de la vie. Selon Rosa, l'accélération technique implique une augmentation constante de la vitesse dans les domaines de la communication, du transport, de la production, de la distribution et de la consommation. Cela transforme les rapports spatio-temporels de la société, en cherchant à optimiser l'efficacité et la rentabilité au détriment des processus naturels et humains. La convivialité, en revanche, repose sur l'idée de limites délibérées et de sobriété volontaire. Illich affirme que le bien-être des personnes ne s'améliore pas nécessairement par le développement de la technique ni de l'accès aux biens : « [u]ne société qui définit le bien comme la satisfaction maximale du plus grand nombre de gens par la plus grande consommation de biens et de services industriels mutile de façon intolérable l'autonomie de la personne » (Illich, 1973, p. 31).

L'approche conviviale rejette donc la logique de l'innovation technique qui consiste à maximiser la vitesse et l'efficacité et propose plutôt d'établir des limites au développement technique en privilégiant des outils maniables. Cette prévalence de l'outil maniable limite le développement des outils manipulables, prévenant de fait un progrès technique qui ne serait pas nécessaire pour les outils qui fonctionnent déjà. Cette approche, qui pour Illich vise à favoriser l'autonomie individuelle, permet alors d'avoir une accélération technique moins forte, car sa pertinence même est remise en question. En tant qu'héritier de cette pensée, le mouvement de décroissance avec son programme en « huit R » appelle également à une réduction de l'accélération technique, particulièrement par la réduction et la réutilisation. Au niveau de la réduction, Latouche souligne simplement qu' : « [i]l s'agit d'abord de limiter la surconsommation et l'incroyable gaspillage de nos habitudes » (Latouche, 2004, p. 63). Il en va de même pour la réutilisation, qu'il définit comme : « la nécessité de réduire le gaspillage effréné, de combattre l'obsolescence programmée des équipements et de recycler les déchets non réutilisables directement » (Latouche, 2004, p. 68). Cela signifie concrètement de valoriser des pratiques comme l'artisanat, les réseaux locaux et la production à échelle humaine en fonction des besoins réels établis par la communauté. Ces changements d'habitude de consommation engendrent nécessairement une baisse de la production par la réduction de la demande. Cette mesure permet de limiter l'accélération technique, car celle-ci est intimement liée avec la production :

Dans le système capitaliste, la vitesse de production en croissance constante va nécessairement de pair avec une augmentation des vitesses de distribution et de consommation, qui sont elles-mêmes stimulées par les innovations technologiques et sont donc également à l'origine du fait que les structures matérielles de la société se reproduisent et se transforment dans des laps de temps de plus en plus courts (Rosa, 2011, p. 98).

La réponse qu'apporte une conception conviviale du monde sur l'accélération technique repose prioritairement sur des outils maniables qui ont la capacité de transformer le rapport à la consommation.

Deuxièmement, l'accélération du changement social chez Rosa correspond à une transformation rapide et continue des structures sociales, des pratiques culturelles et des modes de vie. Contrairement à l'accélération technique, qui est intentionnelle et orientée vers un but précis, l'accélération du changement social se manifeste de manière diffuse et imprévisible. Elle se traduit par une modification accélérée des normes, des valeurs, des rôles sociaux, et des institutions. Selon Rosa, cette compression du présent génère une instabilité structurelle, puisque les repères culturels et sociaux deviennent rapidement désuets, ce qui fragilise l'identité personnelle et collective.

La convivialité et le mouvement de décroissance partagent une préoccupation commune face à cette dynamique d'accélération du changement social. Comme l'explique Illich : « [l]e souci de toujours renouveler modèles et marchandises — usure rongeuse du tissu social — produit une accélération du changement qui ruine le recours au précédent comme guide de l'action » (Illich, 1973, p. 11). Ce « recours au précédent comme guide de l'action » réfère à l'usage et la transmission de connaissances dans une communauté. La solution offerte par le mouvement convivialiste est de valoriser les pratiques communautaires ancrées dans la durée, cherchant ainsi à réintroduire de la stabilité au sein d'un monde en perpétuelle mutation. Sans être un repli réactionnaire, Illich explore cette idée principalement dans ses réflexions sur les soins de santé, dont il déplore la perte de savoirs ancestraux. Ce mode d'interactions permet une réintroduction et une préservation des pratiques vernaculaires qui, bien qu'imparfaites, permettent aux agents de garder une certaine part de contrôle dans leurs soins de base, plutôt que de déléguer complètement à une classe d'experts.

De fait, une préservation des savoirs vernaculaires facilite une conservation des points de repère sociaux, propre à chaque groupe. Par ailleurs, le mouvement plus large de la décroissance appelle à un recentrage des décisions politiques. Latouche l'explique dans son programme des « huit R » avec « relocaliser » : « [d]ans l'optique de construire une société de décroissance sereine, la relocalisation n'est pas seulement économique. C'est la politique, la culture, le sens de la vie qui doivent retrouver leur ancrage territorial. Ce qui implique que

toute décision économique, politique, culturelle, pouvant être prise à l'échelle locale, doit être prise localement » (Latouche, 2004, p. 63). En valorisant des pratiques locales et résilientes, la décroissance cherche à créer un modèle de société où les changements sociaux proviennent de choix collectifs délibérés. La vitesse de transformation des structures sociales et culturelles est donc plus à même de respecter les rythmes naturels, tout en soutenant une identité collective alors ébranlée par la désuétude des repères.

Dans cette optique, il devient pertinent de considérer les pratiques délibératives et les formes d'organisation à échelle humaine comme des outils conviviaux au sens défini par Illich, soit des instruments qui permettent aux individus d'agir avec autonomie dans leur environnement social. Ces dispositifs — assemblées locales, espaces de discussion, projets collectifs territorialisés — offrent des médiations entre l'individu et le monde, et permettent une participation active à la construction du sens commun. C'est précisément ce rôle médiateur de l'outil que Rosa tend à négliger dans sa théorie de la résonance. Bien que Rosa accorde une grande importance à l'expérience subjective de résonance, mais accorde peu d'importance à l'objet ou l'outil qui rend cette résonance possible. Or, dans ses propres exemples, les outils conviviaux agissent bel et bien en tant que médiateurs de résonance — pensons, par exemple, à un parc municipal, à un instrument de musique ou une bonne recette. Ces médiations ne sont pas neutres ni accessoires : elles sont façonnées par des choix culturels, sociaux et politiques, et ouvrent des canaux concrets vers la résonance. En éludant cette dimension de la fabrication humaine des dispositifs de médiation, Rosa limite l'analyse à une réception passive du monde créé. À l'inverse, Illich remet au cœur de la réflexion le rôle de l'agir humain, de la conception et du choix des outils. Ce déplacement théorique permet de ne pas confondre la résonance avec un événement hasardeux ou mystique, mais d'y voir une construction sociale possible, ancrée dans des pratiques, des institutions et des technologies choisies pour leur capacité à favoriser des liens humains riches, équitables et autonomes. En ce sens, Illich propose une articulation forte entre l'éthique et le politique, où la manière dont les outils sont conçus, distribués et utilisés devient un levier fondamental de transformation sociale.

Troisièmement, l'accélération du rythme de la vie correspond à l'impression que chaque élément qui compose le quotidien s'accélère, avec un enchaînement d'actions qui se déroulent à vitesse croissante. Il s'agit de faire plus de choses en moins de temps, un phénomène qui provoque une sensation constante de manque de temps et d'urgence. Rosa précise que cette accélération n'est pas simplement causée par des facteurs techniques ou sociaux isolés, mais qu'elle résulte d'une dynamique culturelle, économique et sociale plus large qui pousse les individus à optimiser leur temps en permanence. Ce phénomène est paradoxal : l'accélération technique, censée libérer du temps par une efficacité accrue, produit au contraire une multiplication des activités, qui alimente un sentiment généralisé de pression temporelle (Rosa, 2011, p. 187). En d'autres mots, la hausse de la consommation de biens et de services nécessite également une hausse du temps qui y est consacré, tant au niveau de l'acquisition, de l'usage et du temps de travail nécessaire pour en faire l'achat.

La convivialité, par son appel à une vie volontairement simplifiée et orientée vers des pratiques partagées, contribue à un ralentissement intentionnel du rythme de la vie. Par l'ascèse conviviale, c'est-à-dire par sa conception même de la vie bonne, Illich encourage une réappropriation du temps libéré de l'impératif de productivité et décourage une forme de frénésie consumériste qui pousse à accumuler les biens et les expériences. À l'opposé, il présente un idéal de la vie bonne fondée sur l'austérité :

L'homme qui trouve sa joie et son équilibre dans l'emploi de l'outil convivial, je l'appelle austère. Il connaît ce que l'espagnol nomme la *convivencialidad*, il vit dans ce que l'allemand décrit comme la *Mitmenschlichkeit*. Car l'austérité n'a pas vertu d'isolation ou de clôture sur soi. [...] L'austérité fait partie d'une vertu plus fragile qui la dépasse et qui l'englobe : c'est la joie, l'*eutrapelia*, l'amitié (Illich, 1973, p. 12-13).

En promouvant une approche qui valorise l'autolimitation et la sobriété conviviale, Illich cherche à rétablir un rapport au temps basé sur une participation active aux pratiques quotidiennes plutôt qu'une quête incessante de productivité : « [l]orsqu'une société refoule

la convivialité en deçà d'un certain niveau, elle devient la proie du manque ; car aucune hypertrophie de la productivité ne parviendra jamais à satisfaire les besoins créés et multipliés à l'envi » (Illich, 1973, p. 28). Il partage l'idéal de Rosa où la vie se compose de relation qualitative aux activités créatrices de sens et propose un modèle de vie où le bien-être ne repose pas sur l'accumulation d'expériences ou d'actions :

Pour être efficient et rencontrer les besoins humains qu'il détermine aussi, un nouveau système de production doit retrouver la dimension personnelle et communautaire. La personne, la cellule de base conjuguent de façon optimale l'efficacité et l'autonomie : c'est seulement à leur échelle que se déterminera le besoin humain dont la production sociale est réalisable (Illich, 1973, p. 27).

En prônant une vie axée sur la sobriété volontaire, la convivialité vise à restaurer un équilibre entre les individus et leur environnement, fondé sur la reconnaissance mutuelle, l'entraide, et l'échange non marchand. Il en va de même pour les mouvements décroissants et leur valorisation de la réduction. Loin de concerner uniquement la consommation, la réduction prend également un sens plus large :

Réduire le temps de travail, enfin, est un élément essentiel [...] On ne construira pas une société sereine de décroissance sans retrouver les dimensions refoulées de la vie : le loisir de faire son devoir de citoyen, le plaisir des activités de fabrication libre, artistique ou artisanale, la sensation du temps retrouvé pour le jeu, la contemplation, la méditation, la conversation, voire tout simplement la jouissance d'être en vie (Latouche, 2004, p. 67).

Latouche va même jusqu'à affirmer qu' : « [a]ccroître le temps non contraint pour permettre l'épanouissement des citoyens dans la vie politique, privée et artistique, mais aussi dans le jeu ou la contemplation, est la condition d'une nouvelle richesse » (Latouche, 2004, p. 125). En proposant des formes de production locale et non standardisée, ce système encourage des modes de vie qui valorisent des rapports humains plus directs et authentiques. Comme le dit lui-même Rosa, une vie épurée d'une consommation excédentaire aux besoins permet d'avoir un rythme de vie plus calme :

Ce qui ne fait pas de doute, en tout cas, c'est que le fait de disposer d'un nombre croissant de biens et d'informations réduit le temps que l'on peut consacrer à chaque objet [...] On pourrait multiplier les exemples des contraintes de l'accélération, qui montrent une fois de plus à quel point les logiques de l'augmentation quantitative et de l'accélération sont liées dans la société moderne (Rosa, 2011, p. 157).

Il ajoute ensuite que :

Cette élévation est encore accentuée par le fait que le temps nécessaire pour opérer des choix de manière rationnelle et informée et pour coordonner et synchroniser les activités ne cesse d'augmenter. L'offre croissante de biens et de services de plus en plus complexes, d'une part, la dérégulation, la flexibilisation, la déroutinisation, d'autre part, en sont également responsables. Elles ont pour conséquence que les processus de décisions concernant les différentes options, qui s'offrent avec une fréquence toujours plus grande deviennent eux-mêmes de plus en plus complexes, et exigent donc plus de temps (Rosa, 2011, p. 157-158).

En somme, par la valorisation de la lenteur, des liens et activités signifiantes et par une baisse de la consommation effrénée, l'application de valeurs conviviales mène à un rythme de vie plus lent. Toutefois, pour que cet idéal de ralentissement acquière une portée véritablement transformatrice, il est nécessaire de dépasser le seul registre éthique de la vie bonne pour aborder le politique. Si Rosa met en avant l'importance d'expériences de résonance comme antidote à l'aliénation moderne, il tend à concevoir ces expériences comme des événements subjectifs, sans interroger les conditions structurelles qui permettent leur émergence. C'est ici qu'Illich introduit un déplacement théorique. En centrant sa critique sur les outils, il insiste sur la manière dont les dispositifs techniques et institutionnels façonnent notre rapport au monde. L'outil convivial d'Illich ne sert pas uniquement à restaurer une autonomie éthique individuelle, il constitue aussi un levier de politisation. Il devient un moyen de refaire du politique à partir du quotidien, en redonnant à chacun la capacité d'agir dans son environnement à travers des médiations choisies et appropriées. Contrairement à Rosa, qui s'en remet principalement à l'expérience vécue de la résonance, Illich propose une voie tangible pour la construction d'une société plus juste, soit de penser la fabrication, la

diffusion et la gouvernance des outils comme un acte politique fondamental. Ce passage de l'éthique à l'institution du politique par l'outil convivial permet de sortir d'une posture purement critique ou contemplative pour envisager des pratiques concrètes de transformation sociale. Ainsi, là où Rosa identifie l'aliénation, Illich esquisse les moyens de sa désactivation.

### 3.2.2 Frein aux possibilités de désynchronisation

Par le terme « désynchronisation », Rosa entend une friction entre d'une part l'accélération et d'autre part les différentes formes de décélération. Comme l'explique Frédéric Legault :

Si l'on est d'accord avec la lecture temporelle de la société proposée par Rosa, l'on pourrait constater aisément deux choses ; tout d'abord, l'impossibilité que l'ensemble des systèmes sociaux peuvent opérer sur la même vitesse et, ensuite, les risques de désynchronisation que ce premier constat implique. En effet, rien n'indique précisément qu'il serait envisageable de concevoir un processus monolithique et homogène d'accélération sociale (Legault, 2016, p. 20).

Alors que Rosa associe les ralentissements ou les freins à l'accélération au concept de décélération, il consacre également un chapitre entier d'*Accélération* (chapitre 12, Politique situative : des horizons temporels paradoxaux entre désynchronisation et désintégration) aux enjeux de désynchronisation qui affecte la prise de décision politique. Dans ce chapitre, il soutient notamment que :

L'une des difficultés centrales, spécifiquement temporelles, de la politique démocratique est donc qu'une formation de la volonté participative et délibérative, qui intègre un large espace public, ne peut être accélérée que dans des conditions sociales déterminées et dans des limites étroites. La synthèse et l'articulation des intérêts collectifs, et la recherche de la décision démocratique, sont et restent des processus extrêmement longs, et la politique démocratique est par conséquent particulièrement exposée au risque d'une désynchronisation par rapport à des évolutions sociales et économiques susceptibles d'une plus forte accélération (Rosa, 2011, p. 310).

La notion de désynchronisation du politique désigne un décalage temporel croissant entre le rythme accéléré des dynamiques économiques et technologiques et le rythme plus lent des

processus délibératifs caractéristiques des régimes démocratiques. En d'autres termes, les systèmes économiques et sociaux modernes évoluent beaucoup plus rapidement que les systèmes politiques démocratiques qui, par leur nature même, nécessitent un temps considérable pour délibérer et prendre des décisions. En particulier, les processus délibératifs qui sont essentiels à la démocratie (comme le débat public, la consultation, la négociation et la formation de décisions collectives) tendent à devenir de plus en plus longs et complexes à mesure que les sociétés deviennent plus hétérogènes, c'est-à-dire composées de populations aux intérêts, besoins et valeurs de plus en plus diversifiés :

[M]oins le consensus sur les valeurs d'une société est prévisibles, moins les principes de motivation et de légitimation du débat politique sont définis par la tradition et la convention, et plus il devient ardu de parvenir à un consensus, autrement dit de former une volonté suscitant l'adhésion. Et, de fait, toutes les sociétés de la modernité avancée tendent à devenir de plus en plus pluralistes et « postconventionnelles » (Rosa, 2011, p. 323).

Ce décalage temporel entraîne une forme d'autonomisation progressive du système économique par rapport au système politique. Autrement dit, l'économie, qui repose sur des décisions rapides, des ajustements constants et une recherche permanente d'efficacité, devient de plus en plus indépendante des processus démocratiques qui, au contraire, exigent du temps et de la réflexion. Cela crée une situation où les institutions politiques sont perçues comme trop lentes, inefficaces ou inadéquates pour répondre aux défis imposés par les transformations économiques rapides.

Rosa utilise l'expression de « politique situative » pour désigner ce phénomène. Cela signifie que, plutôt que de répondre aux problèmes sociaux à travers des processus démocratiques complets et réfléchis, les décisions politiques tendent à être prises de manière *ad hoc*, c'est-à-dire en fonction des situations immédiates, souvent sous la pression de l'urgence économique ou technologique. La politique devient alors réactive : « [elle] perd ainsi son rôle d'acteur de l'organisation, pour jouer désormais le rôle d'un participant principalement réactif » (Rosa, 2011, p. 321), s'adaptant constamment aux besoins imposés

par l'accélération socio-économique. Ce faisant, il met en évidence une incompatibilité entre le rythme accéléré des processus économiques et techniques et les processus délibératifs de la démocratie.

Or, la convivialité d'Ivan Illich et le mouvement de décroissance offrent des réponses conceptuelles intéressantes à ce problème. Elles proposent une critique fondamentale de la logique d'accélération en soulignant l'importance de restructurer les processus décisionnels dans des sphères décentralisées, pour qu'ils soient compatibles avec une participation plus directe et démocratique. Illich affirme d'ailleurs que : « la limitation et le contrôle des outils sociaux seront le fait d'un processus de participation et non d'un oracle d'experts » (Illich, 1973, p. 29), ce qui souligne l'importance de la participation citoyenne dans les prises de décisions politiques. La posture illichienne sous-tend une participation des individus à l'établissement des valeurs sociales : « [l]a relation conviviale, toujours neuve, est le fait de personnes qui participent à la création de la vie sociale » (Illich, 1973, p. 28). Cette proposition s'appuie sur les fondements théoriques de la critique sociale développée dans *La Convivialité* qui affirme que les institutions modernes tendent à devenir contre-productives lorsqu'elles dépassent un seuil de complexité et de centralisation. Pour Illich, une société juste repose sur la capacité des individus à façonner activement leur propre environnement social à travers des outils et des institutions conviviales, c'est-à-dire accessibles, compréhensibles et contrôlables par tous. En ce sens, la centralisation excessive des processus décisionnels limite l'autonomie individuelle et collective, générant une forme d'aliénation structurelle.

Le mouvement de décroissance développe une critique similaire et revendique la nécessité de ralentir pour restaurer un contrôle démocratique sur nos choix collectifs, en affirmant que la logique d'accélération et de croissance infinie, caractéristique de la modernité capitaliste, engendre une perte de sens démocratique et un affaiblissement des capacités d'agir des citoyens. La notion de relocalisation, qui fait partie du programme en « huit R » de Latouche, est particulièrement révélatrice. Cela s'illustre notamment par la volonté de développement de réseaux décisionnels décentralisés :

La relocalisation occupe donc une place centrale dans l'utopie concrète et se décline presque immédiatement en programme politique. La décroissance semble rénover la vieille formule des écologistes : penser globalement, agir localement. Si l'utopie de la décroissance implique une pensée globale, sa réalisation démarre sur le terrain. Le projet de décroissance locale comprend deux volets : l'innovation politique et l'autonomie économique (Latouche, 2004, p. 71-72).

Par « innovation politique », Latouche suggère de rapprocher le politique des instances citoyennes. Il nomme plusieurs exemples, dont le concept de « biorégion », aujourd’hui repopularisé par Alain Deneault (*Faire que ! L’engagement politique à l’ère de l’inoui*, 2024), où : « [c]e qui compte, c’est l’existence d’un projet collectif enraciné dans un territoire comme lieu de bien en commun et donc à préserver et à soigner pour le bien de tous. [...] Il s’agit de l’espace de la reconnaissance identitaire et de la capacité d’action coordonnée et solidaire » (Latouche, 2004, p. 74). Un autre exemple est la mise en place de systèmes de production agroécologique en circuits courts. Ce niveau permet la création de structure où les processus décisionnels sont participatifs, comme les coopératives ou des associations locales, qui facilitent la délibération et le consensus. Finalement, un autre exemple repose sur les initiatives urbaines de convivialité, comme les ruelles vertes, les coopératives d’habitation ou les centres communautaires, qui contribuent à synchroniser les décisions locales avec les besoins communautaires. Cette application des principes conviviaux s'accorde tout à fait avec une éthique de la résonance, puisque :

La théorie de la résonance, enfin, plaide en faveur de la réhabilitation d'une forme d'organisation démocratique dans laquelle la politique n'est plus avant tout la sphère de la lutte d'intérêt, du conflit et de la bataille pour la défense des droits, mais qui conçoit au contraire la démocratie comme un instrument d'assimilation des institutions publiques, des structures dominantes et du cadre de vie commune, bref comme une forme d'organisation ouvrant des perspectives d'expériences d'autoefficacité véritablement collectives et de rapports de résonance politique (Rosa, 2013, p. 708).

En remettant les rênes des décisions politiques à un niveau communautaire, la désynchronisation peut s'estomper, car le politique reprend un rythme plus près des réalités

collectives. Comme le rappel Rosa : « [I]a croissance, l'accélération et le développement de l'innovation ne sont pas des processus autonomes ou autocommandés. Ils sont mis en œuvre par les sujets politiques et économiques » (Rosa, 2018, p. 659). L'effet de désynchronisation n'est donc pas une fatalité. Ainsi, l'appel à restructurer les processus décisionnels dans des sphères décentralisées n'est pas seulement une revendication organisationnelle, mais découle d'une vision éthique et politique du monde, où l'autonomie, la participation et la justice sociale deviennent des principes directeurs.

### **3.2.3 Prévention d'une surdisponibilité**

Dans un autre ordre d'idées, puisqu'une société conviviale évite le monopole radical et les technologies inaccessibles, elle évite de tomber dans l'indisponibilité par trop de disponibilité – cette une situation où la surabondance d'options, de connexions, d'outils et d'accès à l'information entraîne un affaiblissement de la capacité humaine à se relier authentiquement au monde :

Car les processus de mise à disposition ont un revers aussi puissant que paradoxal : à bien des égards, le « monde de la vie » dans la modernité tardive devient de plus en plus indisponible, opaque et incertain. Avec pour conséquence le retour de l'indisponibilité dans la vie concrète, mais sous une forme modifiée et angoissante, comme une sorte de monstre qui se serait créé lui-même (Rosa, 2020, p. 133).

En d'autres termes, plus nous rendons le monde disponible par des moyens techniques sophistiqués, plus nous perdons notre capacité à en faire une expérience riche et significative. Rosa parle d'une disponibilité totale qui érode la profondeur des expériences humaines, car elle substitue la connexion instantanée et utilitariste à une relation authentique avec le monde. Certains exemples se constatent dans la vie courante, notamment la surabondance d'outils de communication, comme les cellulaires ou les réseaux sociaux, qui génère une dispersion de l'attention et un sentiment de superficialité dans les interactions.

Ivan Illich offre une réponse indirecte, mais puissante, à cette problématique par son concept de monopole radical, qu'il considère comme un état où un outil ou une technologie particulière devient tellement central dans une société qu'il n'est plus possible de fonctionner sans y recourir. La société conviviale, telle qu'il la conçoit, repose sur l'accessibilité démocratique des outils, c'est-à-dire leur mise à disposition de manière égale, transparente, et sans monopolisation par des experts ou des institutions centralisées. Ce modèle contraste radicalement avec celui de la modernité technologique décrite par Rosa, qui tend à multiplier l'accès au monde par l'innovation technique tout en le rendant simultanément inaccessible en raison de sa complexité croissante. Pour Illich, la critique du monopole radical signifie que les outils et les systèmes ne doivent pas devenir indispensables ni exclusifs. En d'autres termes, ils doivent demeurer des options parmi d'autres. Contrairement aux outils modernes qui créent une dépendance structurelle (ex. : automobiles dans des environnements conçus uniquement pour elles), les outils conviviaux permettent une pluralité d'approches. Cela réduit la disponibilité illimitée au profit d'une disponibilité intentionnelle. Par exemple, on peut penser à un réseau de transport convivial qui favoriserait des solutions diversifiées (marche, vélo, transports en commun accessibles) qui n'imposent pas de standardisation ou d'autres formes d'indisponibilités liées au monopole de la voiture, dont l'exemple le plus frappant est sans doute les bouchons de circulation. Ce type d'outil permet de préserver et d'accroître l'agentivité des individus qui gagnent alors en contrôle sur leur vie.

L'outil convivial est central dans la critique de la modernité technologique d'Illich, en ce qu'elle fait perdre une certaine simplicité des outils qui les rend accessibles et qui préserve l'autonomie. Ce phénomène concentre le pouvoir entre les mains d'experts ou d'institutions spécialisées. La convivialité suppose notamment la remise en question de l'innovation perpétuelle, soit une limitation délibérée de l'usage des technologies lorsque celles-ci entravent la liberté individuelle et collective, principe qui s'oppose directement à l'impératif de l'accélération technique décrit par Rosa. Cela implique également la démocratisation de l'usage des outils, où les technologies conviviales doivent être accessibles, compréhensibles et modifiables par l'ensemble de la population, sans nécessiter une expertise exclusive qui

favoriserait la concentration du pouvoir. Lorsque les outils trop complexes sont généralisés, ils créent une forme d'indisponibilité par leurs exigences d'expertise ou d'infrastructure coûteuse qui déconnecte l'utilisateur de son environnement. Comme le nomme Rosa :

La raison pour laquelle nous sommes partout confrontés dans le quotidien à des indisponibilités frustrantes et angoissantes tient avant tout au clivage catégoriel entre disponibilité de principe et disponibilité pratique, ou encore à la simultanéité pratique. Cette dernière, chacun en fait l'expérience lorsqu'il tente de baisser les vitres de sa voiture ou de desserrer le frein à main électrique alors que le système électronique du véhicule est bloqué. Autant de broutilles qu'on aurait encore rendues disponibles en quelques gestes il y a quelques années à peine (Rosa, 2020, p. 134).

Un idéal convivial se garde de pousser le développement technologique à un niveau superflu pour son usage souhaité, sans compliquer inutilement ce qui fonctionne déjà. En mettant l'accent sur la maîtrise humaine, l'accessibilité démocratique, et la sobriété volontaire, elle permet de conserver une plus grande autonomie face aux outils. En somme, la société conviviale d'Illich, par son rejet des monopoles radicaux et son souci de rendre les outils véritablement accessibles, évite le piège de la disponibilité totale qui conduit à l'indisponibilité par surabondance.

### **3.3 CONCLUSION DU CHAPITRE**

L'analyse des impacts de la convivialité sur l'aliénation met en lumière la pertinence actuelle des idées développées par Ivan Illich, particulièrement en ce qui concerne la critique de l'accélération sociale, de la désynchronisation et de la surdisponibilité. En proposant une alternative fondée sur l'autolimitation, l'appropriation communautaire des outils et la valorisation de pratiques locales, la convivialité apparaît comme un frein efficace aux processus d'accélération décrits par Hartmut Rosa. Loin de se limiter à une critique abstraite, la convivialité offre une approche pratique qui permet de ralentir le rythme de vie, de

favoriser des décisions collectives décentralisées, et de rendre les outils plus accessibles et contrôlables par les individus. Par l'évitement des monopoles radicaux et la promotion d'outils conviviaux, la convivialité réduit les risques d'indisponibilité par trop de disponibilité, contribuant ainsi à une réappropriation significative du monde par les acteurs eux-mêmes.

En outre, l'analyse démontre que la convivialité ne vise pas à supprimer les avancées techniques ou les changements sociaux, mais plutôt à les orienter vers des fins qui sont véritablement choisies et non imposées par une logique de productivité ou de rentabilité. Cela transparaît les préoccupations actuelles de la décroissance, qui cherche à recentrer les processus décisionnels sur des valeurs locales, partagées et humaines. Cette démonstration de l'impact positif des principes de décroissance sur l'accélération est soutenue par Rosa qui souligne que les logiques de croissance limitent les axes de résonance :

La difficulté grandissante à alimenter le processus global d'accroissement et de dynamisation ne produit donc pas seulement une crise économique continue [...], elle entraîne également une crise générale de la relation écologique, politique et subjective au monde. Dans ces trois dimensions, la stratégie d'extension de l'accès au monde conduit paradoxalement à des formes de perte du monde progressive et donc à une réduction au silence des axes de résonance (Rosa, 2018, p. 661).

Finalement, cette réflexion met en évidence une concomitance profonde entre la théorie de la convivialité d'Illich et la théorie de la résonance de Rosa. Les deux auteurs dénoncent l'aliénation produite par des systèmes socio-économiques qui échappent au contrôle des individus et proposent, chacun à leur manière, des pistes pour retrouver une relation plus authentique et durable avec le monde. Dans un contexte de crise écologique, d'hyperconsommation et de perte de sens, la convivialité apparaît comme une voie prometteuse pour repenser nos rapports aux techniques, aux institutions et à autrui.

## **CONCLUSION GÉNÉRALE**

Ce travail d'analyse a cherché à démontrer la pertinence et la complémentarité des concepts développés par Ivan Illich et Hartmut Rosa pour adresser des enjeux contemporains liés à l'aliénation dans le contexte de la modernité tardive. En explorant les liens entre la convivialité et la théorie de la résonance, l'objectif était de montrer comment ces perspectives théoriques peuvent contribuer à une critique approfondie des dynamiques d'aliénation qui caractérisent nos sociétés actuelles. La portée de cette recherche réside dans sa capacité à articuler les apports critiques de deux penseurs issus de générations et de contextes différents, en mettant en lumière le potentiel de leurs idées pour comprendre et éventuellement atténuer les formes d'aliénation propres à la société contemporaine. Plus précisément, l'étude souligne comment la convivialité, en favorisant l'autonomie individuelle et collective, peut jouer un rôle crucial dans la réhabilitation de rapports de résonance authentiques au sein d'un monde dominé par la recherche de performance, de vitesse et d'efficacité. Elle explique également comment la convivialité peut freiner les processus d'accélération en proposant des pratiques qui privilégient la lenteur, la délibération et l'ancre local.

En articulant la critique de l'outil industriel et de la société technicienne développée par Illich avec la théorie de la résonance de Rosa, on obtient une double lecture de l'aliénation qui est à la fois structurelle et existentielle, politique et subjective. On peut retenir que la spécificité de la pensée d'Illich repose sur sa capacité à proposer une critique radicale des institutions modernes. Son concept d'outil convivial désigne moins un objet technique qu'un principe d'organisation sociale fondé sur l'autonomie, la responsabilité et la limitation volontaire. Il s'agit d'un outil utilisable par chacun, sans expertise centralisée, et qui permet à l'utilisateur de rester maître de son usage. Cette conception s'accorde pleinement avec la critique que Rosa adresse aux dispositifs et infrastructures modernes qui tendent à rendre le

monde « indisponible », c'est-à-dire opaque, rigide et insensible à nos tentatives d'entrer en relation significative avec lui.

Rosa insiste sur le fait que l'aliénation dans la modernité tardive prend la forme d'une perte de résonance : les individus ne parviennent plus à établir un rapport vivant, réciproque et transformateur avec le monde qui les entoure. Or, cette perte ne résulte pas d'un simple éloignement psychologique ou spirituel, mais bien d'un enchaînement de logiques sociales, économiques et techniques, où l'accélération permanente rend impossible une stabilisation des liens et des pratiques. C'est à ce point que la pensée d'Illich devient précieuse, car elle permet de réintroduire la question de l'agir humain, du choix technique, et, partant, la possibilité de concevoir des médiations conviviales — des outils, des institutions, des formes de vie — qui soient susceptibles de restaurer des conditions propices à la résonance. Autrement dit, si Rosa décrit la résonance comme une réponse affective, cognitive et corporelle à une sollicitation du monde, Illich fournit les conditions matérielles et sociales de possibilité d'une telle expérience. Dans la mesure où l'outil convivial favorise la maîtrise individuelle et collective des moyens d'existence, il peut être vu comme un vecteur de résonance. Un sentier de marche, une bicyclette, un jardin communautaire ou une bibliothèque librement accessible sont autant de dispositifs qui permettent une relation au monde non instrumentale, non consumériste, et qui engagent le sujet dans une réponse transformative.

Mais là où Rosa semble s'arrêter à la description de ces expériences qualitatives, Illich pousse la réflexion plus loin en interrogeant les structures institutionnelles qui rendent possible ou non leur généralisation. Rosa reconnaît que les formes de résonance sont tributaires de conditions sociales spécifiques, mais il évite généralement d'assigner une responsabilité politique explicite à leur production ou à leur effondrement. Il s'agit pour lui d'une perte de résonance plus ou moins systémique, mais il ne propose pas de projet de transformation politique. Sur ce point, Illich, et plus encore le convivialisme contemporain, apportent une contribution cruciale, c'est-à-dire qu'ils insistent sur la nécessité de penser

l'éthique et la politique conjointement, en inscrivant les pratiques individuelles dans des cadres institutionnels qui soutiennent la coopération, la délibération et l'autolimitation.

L'un des résultats importants de cette analyse est donc de montrer que la convivialité n'est pas seulement un correctif éthique ou un choix de style de vie alternatif, mais une condition politique de possibilité de la résonance. À travers les outils conviviaux, les pratiques locales et les institutions peuvent être réorganisées pour favoriser des rapports plus authentiques entre les individus et leur environnement. La convivialité fournit un modèle normatif alternatif à celui de la croissance, de l'efficacité et de l'optimisation. En mettant l'accent sur les limites, elle recentre les débats politiques sur ce que signifie vivre ensemble dans un monde fini, et non sur la manière de prolonger indéfiniment la fuite en avant technologique.

De plus, le croisement entre Rosa et Illich permet de formuler une critique de la dépolitisation des enjeux de l'aliénation. Lorsque Rosa identifie une crise de sens liée à l'accélération, il laisse entendre que cette crise pourrait être surmontée par une modification de notre rapport au temps, à autrui et au monde. Toutefois, sans un cadre politique et institutionnel qui permette l'émergence de pratiques alternatives, cette transformation reste au niveau de l'idéal. La convivialité vient pallier cette limite, en montrant comment les structures mêmes de la société doivent être réorientées. Ces champs doivent être repensés à partir de la capacité des individus à cohabiter librement, à coopérer sans domination et à maîtriser collectivement les moyens de leur subsistance. Contrairement à la vision dominante de la technique comme vecteur neutre de progrès, Illich insiste sur le fait que les outils façonnent les sujets. Il n'est pas un simple prolongement de l'intention humaine, mais une structure qui peut émanciper ou aliéner. Or, cette perspective éclaire d'un jour nouveau les concepts de Rosa, selon lesquels la résonance suppose une relation « vibrante » entre le sujet et le monde, dans une logique de transformation réciproque.

Il convient également de souligner un second apport important. En articulant la résonance à la convivialité, on évite le risque d'individualisation de la critique sociale. Il serait en effet tentant de faire de la résonance une affaire purement subjective — une sorte

de qualité de présence ou d'attention au monde. Or, Illich nous rappelle que cette qualité dépend de conditions sociales, techniques et politiques concrètes. Sans accès à des outils conviviaux, sans autonomie alimentaire, sans temps libéré de la contrainte salariale, il est illusoire d'espérer une résonance durable. Le travail de Rosa bénéficie donc d'être articulé à un projet plus explicitement politique, tel que celui des convivialistes, qui cherchent à traduire l'aspiration éthique à la vie bonne en programme de transformation collective. Enfin, la synthèse opérée entre les deux auteurs permet de mettre en évidence un autre point essentiel, soit que la critique de l'aliénation ne peut se limiter à une dénonciation des effets psychologiques du capitalisme tardif. Elle doit s'accompagner d'une réflexion sur les infrastructures de la vie quotidienne, par exemple le transport, l'alimentation, le logement, les soins ou l'éducation, et sur les modalités de leur appropriation démocratique. En ce sens, la convivialité offre un langage conceptuel pour penser une réorganisation de ces infrastructures à l'échelle humaine. Ce faisant, elle réintroduit la capacité d'agir dans le débat contemporain sur le sens de la modernité et réaffirme que toute éthique de la vie bonne doit se prolonger en une politique de la transformation sociale.

En bref, en introduisant la notion d'outil convivial, Illich permet de redonner un statut politique à ces médiations entre soi et le monde. Il montre que tous les outils ne se valent pas. Alors que certains peuvent favoriser la créativité, l'autonomie et l'apprentissage réciproque, d'autres peuvent devenir un monopole radical et priver les individus de leur puissance d'agir. Ainsi, l'outil convivial permet de penser le passage du monde comme simple « disponibilité » (réduit à un stock d'objets ou de services à exploiter) à un monde « résonant », donc porteur de signification. De cette manière, on pourrait dire que l'outil convivial incarne une voie entre la disponibilité et l'indisponibilité. Un outil totalement disponible, dans le paradigme technocapitaliste, est immédiatement exploitable, optimisé, contrôlable. Il ne laisse pas de place à la surprise, à la lenteur, à la transformation réciproque. À l'opposé, un monde totalement indisponible est rigide, clos, imperméable à l'action humaine. L'outil convivial, lui, incarne une disponibilité habitée, ouverte, qui laisse place à la relation. Il ne s'impose pas, mais appelle à la participation.

Cependant, cette recherche présente certaines limites. D'abord, elle se concentre sur une exploration théorique des concepts de convivialité et de résonance, sans proposer de cadre pratique pour leur application concrète autre que des pistes. En ce sens, ce travail n'a pas pour objectif de servir de guide pratique pour la mise en œuvre de modes de résonance ou de convivialité dans des contextes spécifiques, mais bien d'explorer les possibilités critiques et théoriques que ces concepts peuvent offrir. De plus, ce travail se limite à une analyse qualitative des idées de Rosa et Illich, sans intégrer de méthodologie empirique qui permettrait de mesurer concrètement l'impact de la convivialité sur l'aliénation ou la résonance. En dépit de ces limites, cette recherche ouvre des pistes intéressantes pour des travaux futurs. Une voie prometteuse serait de tester empiriquement les hypothèses formulées en étudiant des communautés qui appliquent des principes conviviaux ou décroissants, afin de déterminer si elles parviennent effectivement à restaurer des formes de résonance authentiques. De plus, une analyse comparative entre différentes initiatives de décroissance pourrait enrichir la compréhension des mécanismes par lesquels la convivialité peut contribuer à la réduction de l'accélération technique, sociale et du rythme quotidien. En outre, l'application des théories de Rosa et Illich pourrait être étendue à d'autres domaines, tels que l'éducation, le travail ou la santé, où les dynamiques d'accélération sont particulièrement prégnantes.

Il serait également pertinent d'approfondir ces réflexions en explorant davantage les interactions entre convivialité et résonance dans des contextes concrets, tout en continuant à s'interroger sur les conditions sociopolitiques nécessaires à la mise en œuvre de tels modèles. Cette démarche invite à repenser les outils comme leviers de transformation en rendant possible une expérience du monde qui ne soit ni pure consommation ni pure contrainte, mais relation. En insistant sur la capacité à concevoir des outils conviviaux, Illich nous invite à une réappropriation collective de la technique. Il ne s'agit pas de rejeter la technologie, mais de la soumettre à une exigence éthique : permet-elle la relation? Favorise-t-elle la co-présence, le soin, la création partagée? Illich a déjà fait le souhait suivant : « [l]es idéologies régnantes mettent en lumière les contradictions de la société capitaliste. Elles ne fournissent pas le cadre qui permettrait d'analyser la crise du mode industriel de production. J'espère

qu'une théorie générale de l'industrialisation sera un jour formulée avec assez de vigueur et de rigueur pour supporter l'assaut de la critique » (Illich, 1973, p. 12). Peut-être verrait-il aujourd'hui dans la théorie sur la modernité tardive de Rosa la théorie générale de l'industrialisation qu'il aurait voulu lire.

## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Belzile, A. (2022) *Résonance et aliénation. La pensée éthique de Hartmut Rosa*. Revue Phare, Université Laval. <https://revuephares.com/wp-content/uploads/2022/05/vf-individuels-belzile-phares-hiver2022.pdf>
- Brillat-Savarin, A. (1826/1982) *Physiologie du goût*. Présentation de J-F Revel. Paris : Flammarion.
- Camus, A. (1942a). *L'étranger*. Paris : Gallimard.
- Camus, A. (1942b). *Le mythe de Sisyphe : Essai sur l'absurde*. Paris : Gallimard.
- Collectif convivialiste. (2013) *Manifeste convivialiste : Déclaration d'interdépendance*. Paris : Le Bord de l'Eau.
- Collectif convivialiste. (2020a) *Résistance Résonance : apprendre à changer le monde avec Hartmut Rosa*. Paris : Le Pommier.
- Collectif convivialiste. (2020b) *Second Manifeste convivialiste. Pour un monde post-néolibéral*. Arles : Actes Sud.
- Collectif convivialiste. (2025) *Le convivialisme en quelques mots*. <https://convivialisme.org/en-quelques-mots/>

Degré, D. (2023, 29 mars) « Des sommités de la technologie demandent un moratoire sur le développement de l'IA ». Radio-Canada. <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1967056/intelligence-artificielle-chatgpt-danger-lois-gouvernance-recherche>

Deneault, A. (2024) *Faire que ! L'engagement politique à l'ère de l'inoui*. Montréal : Lux Éditeur.

Dupuy, J-P. (2002, 27 décembre) *Ivan Illich ou la bonne nouvelle*. Le Monde.

Ellul, J. (1997/2012) *Le système technicien*. Paris : Le Cherche Midi, coll. “Documents”.

Evans, J. (2022) « Rahel Jaeggi’s Theory of Alienation ». *History of the Human Sciences*, 35, p. 126–143.

Fazio, G. (2021) « Situating Rahel Jaeggi in the Contemporary Frankfurt Critical Theory ». *Critical Horizons*, 22(2), p. 116–127. <https://www-tandfonline-com.ezproxy.uqar.ca/doi/pdf/10.1080/14409917.2019.1676943>

Feuerbach, L. (1960) *Manifestes philosophiques : Textes choisis (1839-1845)* (Trad. L. Althusser). Paris : Presses Universitaires de France.

Foster, J. B. (2011) *Marx écologiste*. Amsterdam: Éditions Amsterdam.

Foufas, N. (2011) *Le concept d’aliénation de Rousseau à Marx : continuités et métamorphoses* (Thèse doctorale, Université Paris Ouest Nanterre la Défense). <https://bdr.parisnanterre.fr/theses/internet/2015PA100103/2015PA100103.pdf>

Fromm, E. (1947/1992). *L'homme pour lui-même : Essai de psychologie morale* (Trad. J. Bouniort). Paris : Éditions Robert Laffont.

Fromm, E. (1964/1971). *Le cœur de l'homme : Sa puissance pour le bien et pour le mal* (Trad. P. Rusch). Paris : Presses Pocket.

Future of Life Institute. (2023) *Stoppons les expérimentations sur les IA : Une Lettre Ouverte.* <https://futureoflife.org/open-letter/pause-giant-ai-experiments/>

Fraser N., Honneth A. (2003) *Redistribution Or Recognition: A Political Philosophical Exchange*. New York : Verso. <https://archive.org/details/nancy-fraser-axel-honneth-redistribution-or-recognition-a-political-philosophica/mode/2up>

Georgescu-Roegen, N. (1971) *The Entropy Law and the Economic Process*. Cambridge : Harvard University Press.

Georgescu-Roegen, N. (1979/2006) *La décroissance : Entropie, écologie, économie*, (Trad. et prés. Jacques Grinevald et Ivo Rens) Paris : Sang de la Terre et Ellébore.

Gergen K. (2000) *The Saturated Self. Dilemmas of Identity in Contemporary Life*. New York : Basic Books.

Goodman P. (1960) *Growing Up Absurd*. New York : Vintage Books. <https://archive.org/details/growingupabsurdp0000paul/page/n3/mode/2up>

Gorz, A. (1975) *Écologie et politique*. Paris : Seuil.

Grüning Iribarren, S. (2013) *Ivan Illich (1926-2002) : la ville conviviale* (Thèse doctorale, Université de Paris-Est).

Grüning Iribarren, S. (2018) *Ivan Illich pour une ville conviviale*. Paris : Le Bord de l'eau.

Grüning Iribarren, S. (2019) « Ivan Illich et la ville conviviale ». *Revue du MAUSS*, 2019/2(54), p. 44-59. <https://www.cairn.info/revue-du-mauss-2019-2-page-44.htm>

Harribey, J-M. (2007) « Les théories de la décroissance : enjeux et limites ». *Cahiers français*, n° 337, p. 20-26.

Haverkamp, B. (2016) « Reconstructing alienation: A challenge to social critique? » *Krisis*. <https://archive.krisis.eu/reconstructing-alienation-a-challenge-to-social-critique/>

Hegel, G. W. F. (1807/2018) *La Phénoménologie de l'esprit* (Trad. et annot. B. Bourgeois) Paris : Vrin.

Illich, I. (1971) *Deschooling Society*. New York : Harper & Row.

Illich, I. (1973) *La convivialité*. Paris : Seuil.

Illich, I. (1973) *Le renoncement à la santé*. (Ed. T. Paquot), *Ivan Illich pour une ascèse volontaire et conviviale*. Lyon : Le passager clandestin.

Illich, I. (2004) « Énergie et équité ». *Oeuvres complètes*, Vol. 1. Paris : Fayard.

Jaeggi, R., & Perreau, L. (2009) « Vivre sa propre vie comme une vie étrangère : l'autoaliénation comme obstacle à l'autonomie. » *Comment penser l'autonomie ?* p. 89–107. <https://www.cairn.info/comment-penser-l-autonomie--9782130565529-page-89.htm>

Jaeggi, R. (2018) *Critique of Forms of Life* (Trad. C. Cronin). Cambridge, Massachusetts : The Belknap Press of Harvard University Press.  
[https://cominsitu.files.wordpress.com/2021/01/critique-of-forms-of-life-by-jaeggi-rahelcronin-ciarantranslation-z-lib.org\\_.pdf](https://cominsitu.files.wordpress.com/2021/01/critique-of-forms-of-life-by-jaeggi-rahelcronin-ciarantranslation-z-lib.org_.pdf)

Kohr, L. (1957) *L'effondrement des puissances*. La Murette : RN éditions.

Latouche, S. (2004) *La méga-machine : raison technoscientifique, raison économique et mythe du progrès*. Paris : La Découverte.

Latouche, S. (2004) *Petit traité de la décroissance sereine*. Paris : Mille et une nuits.

Legault, F. (2016) *Contribution empirique à la théorie de l'aliénation et de l'accélération sociale de Hartmut Rosa : le cas de figure de la consommation de stimulants de prescription chez les étudiants aux États-Unis* (Mémoire de maîtrise, Université du Québec à Montréal). <https://archipel.uqam.ca/9389/1/M14783.pdf>

Lesourt, E. (2013) « Réconcilier souveraineté individuelle et vie en société : la société écologiste d'André Gorz et la société conviviale d'Ivan Illich. » *Natures Sciences Sociétés*, Vol. 21, p. 307-314. <https://www.cairn.info/revue-natures-sciences-societes-2013-3-page-307.htm?contenu=article>.

Lübbe, H. (1992) *Im Zug der Zeit: Verkürzter Aufenthalt in der Gegenwart*. Zürich : Springer.

Mansour, S. (2022, 24 mars) « La convivialité : une technocritique pour résoudre les crises écologiques. » *Le Temps des Ruptures*.  
<https://letempsdesruptures.fr/index.php/2022/03/24/la-convivialite-une-techno-critique-pour-resoudre-les-crises-ecologiques/>

Marx, K. (1843/1975) *Critique de la philosophie du droit de Hegel*. (Trad. J.-P. Lefebvre). Paris : Éditions sociales.

Marx, K. (1844/1962) *Manuscrits de 1844*. (Trad. É. Bottigelli). Paris : Éditions sociales.

Marx, K. (1845/1952) *Thèses sur Feuerbach*. Les classiques de sciences sociales.  
[https://socialgerie.net/IMG/pdf/theses\\_sur\\_FEUERBACH.pdf](https://socialgerie.net/IMG/pdf/theses_sur_FEUERBACH.pdf)

Marx, K. (1867) *Le Capital — Critique de l'économie politique*. Les classiques de sciences sociales. [http://classiques.uqac.ca/classiques/Marx\\_karl/capital/capital.html](http://classiques.uqac.ca/classiques/Marx_karl/capital/capital.html)

Musto, M. (2012) *Revisiter le concept d'aliénation chez Marx* (Trad. A. Monville). York University.  
[https://www.researchgate.net/publication/297369884\\_Revisiter\\_le\\_concept\\_d'alienation\\_chez\\_Marx](https://www.researchgate.net/publication/297369884_Revisiter_le_concept_d'alienation_chez_Marx)

Papi, C. (2018) « La convivialité — De la polysémie à l'entretien de la confusion. » *Interfaces numériques*. <https://doi.org/10.25965/interfaces-numeriques.2395>.

Paquot, T. (2019a) *Ivan Illich pour une ascèse volontaire et conviviale*. Lyon : Le passager clandestin.

Paquot, T. (2019b) *Introduction à Ivan Illich*. Paris : La Découverte.

Paquot, T. (2020) *Ivan Illich et la société conviviale*. Paris : Le passager clandestin.

Paquot, T. (2022, 17 mars) « Demeure terrestre: La convivialité selon Ivan Illich. » *Topophile*. <https://topophile.net/savoir/la-convivialite-selon-ivan-illich/>

Peattie, L. (2019, 13 novembre) « Villes conviviales. » *Topophile*.  
<https://topophile.net/savoir/villes-conviviales/>

Quiniou, Y. (2006) « Pour une actualisation du concept d'aliénation. » *Actuel Marx*, p. 71–88. <https://www.cairn.info/revue-actuel-marx-2006-1-page-71.htm?contenu=article>

Romary, P. (2024) *De la frugalité à la sobriété : une histoire de la simplicité volontaire.* <https://hal.science/hal-04495815/document>

Rosa, H. (2011) *Accélération : une critique sociale du temps* (Trad. D. Renault). Paris : La Découverte.

Rosa, H. (2012) *Aliénation et accélération : une théorie critique de la modernité tardive* (Trad. T. Chaumont). Paris : La Découverte.

Rosa, H. (2018) *Résonance : une sociologie de la relation au monde* (Trad. S. Zilberfarb & S. Raquillet). Paris : La Découverte.

Rosa, H. (2020) *Rendre le monde indisponible* (Trad. O. Mannoni). Paris : La Découverte.

Rousseau, J-J. (1762/2012) *Du contrat social* (Prés. par Bruno Bernardi) Paris : Flammarion.

Sartre, J.-P. (1943). *L'être et le néant : Essai d'ontologie phénoménologique*. Paris : Gallimard.

Sartre, J.-P. (1938). *La nausée*. Paris: Gallimard.

Schepper-Valiquette, B. (2014) *Le concept de décroissance économique chez Serge Latouche : une résistance au capitalisme* (Mémoire de maîtrise, Université du Québec à Montréal).

Susen, S. (2019) « The resonance of resonance: Critical theory as a sociology of world-relations? » *International Journal of Politics, Culture, and Society*, Vol. 33, p. 309–344. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10767-019-9313-6>

St-Amant, F. (2014) *La décroissance : une théorie à contre-courant* (Mémoire de maitrise, Université du Québec à Montréal).

Troude-Chastenet, P. (2022) « Ivan Illich ou l'austérité joyeuse. » *Écologie & politique* n° 64, p. 137-153. <https://www.cairn.info/revue-ecologie-et-politique-2022-1-page-137.htm?contenu=article>

Weber, D. (n.d.) « Le concept d'aliénation dans la théorie critique contemporaine. » *Academia*.  
[https://www.academia.edu/9945390/Le\\_concept\\_dali%C3%A9nation\\_dans\\_la\\_Th%C3%A9orie\\_critique\\_contemporaine\\_Jaeggi\\_Rosa\\_](https://www.academia.edu/9945390/Le_concept_dali%C3%A9nation_dans_la_Th%C3%A9orie_critique_contemporaine_Jaeggi_Rosa_)