

Un bourreau de travail

Cette semaine, je suis allée prendre un café avec une amie. Je lui ai parlé de ma nouvelle situation personnelle - je ne vais pas rentrer dans les détails avec vous parce qu'il faut quand même garder un peu de vie privée... Je lui ai dit que j'ai maintenant du temps qui s'est libéré. Ça veut dire qu'avant, j'étais occupée avec quelque chose. Et ce quelque chose n'est plus dans ma vie aujourd'hui. Donc c'est comme si je récupérais plusieurs heures libres chaque semaine. C'est comme si on me donnait tout à coup plusieurs heures de libres supplémentaires chaque semaine.

Mon amie a tout de suite réagi en disant : "C'est super ! Tu vas pouvoir te faire plaisir ! Tu peux faire du sport, commencer une nouvelle activité..." Bref, elle était toute heureuse à l'idée que j'allais avoir enfin du temps libre dans mon emploi du temps bien chargé et que j'allais pouvoir en profiter pour moi. Vraiment pour moi. Alors, j'ai utilisé ici un mot important : mon emploi du temps. C'est comme ça qu'on appelle le programme d'une personne, pour une journée, une semaine, un mois. Tout ce que cette personne doit faire : le travail, les rendez-vous, etc etc. On utilise aussi ce mot à l'école pour parler du programme de la semaine des élèves : quels cours ils ont le lundi, à quelle heure etc.

Bref, je continue mon histoire avec mon amie au café. Quand elle m'a dit ça, elle avait les yeux qui brillaient. Elle était vraiment heureuse pour moi. Et je pense que d'une certaine manière elle m'enviait. Elle était jalouse de moi. Pourtant, quelques minutes avant, elle m'avait parlé de son emploi du temps. Elle est auto-entrepreneuse, comme moi. Ça veut dire qu'elle est travailleuse indépendante, elle ne travaille pas pour une société, comme salariée (un salarié, c'est une personne qui reçoit un salaire, de l'argent pour le travail qu'elle fait pour une compagnie, une société, en tant qu'employée). Bref, elle est comme moi. Elle a sa propre entreprise. Et elle venait de me raconter son système. Elle m'a dit qu'elle préfère concentrer tout le travail avec ses clients sur deux journées et une demi-journée, de manière très intensive, et être libre le reste de la semaine, pour l'autre partie du travail : l'administration, le marketing, le développement professionnel, les projets à développer etc etc. Et là, je l'avoue, c'est moi qui étais jalouse. Parce que dernièrement, mon emploi du temps est un peu trop chaotique, un peu trop désordonné. Mais bon... ce n'est pas le sujet de cet épisode.

Donc voilà mon amie, toute contente pour moi... qui me voit déjà commencer un nouveau sport, prendre un cours de perfectionnement, me mettre à la peinture, au macramé... Non, je rigole... Enfin, vous avez compris.

Sauf que moi... je n'ai pas du tout répondu ça. Je lui ai dit, sans réfléchir : "Je me connais. Je vais vite remplir ces heures libres par du travail." Et oui, parce qu'il faut bien l'avouer, je suis plutôt "workaholic", comme disent les Américains. En français, on dit "un bourreau de travail". Vous savez ce que c'est, "un bourreau" ? C'est une personne qui martyrise d'autres personnes, physiquement ou moralement. C'est le nom qu'on donne à la personne qui doit tuer le criminel qui est condamné à la peine de mort. La personne qui tue le prisonnier condamné. Alors vous comprenez maintenant l'idée que les Français se font du mot "bourreau de travail". En gros, si je suis un bourreau de travail, ça veut dire que je me tue au travail... Que le travail va me tuer... par choix. C'est moi qui m'impose ce travail, qui m'oblige à faire ce travail qui va, au final, me tuer.

Alors... est-ce que je suis folle à ce point ? Non. Enfin, je ne pense pas. Enfin, je n'espère pas. Ce n'est pas que je n'aime pas les vacances, le repos, la lecture, les films, les

promenades dans la nature, les randonnées en montagne... J'aime tout ça. Mais c'est vrai que je suis plutôt du genre "occupée". Ça veut dire que j'ai le caractère d'une personne qui est toujours occupée. Et ce n'est pas nouveau. Vraiment pas. Je me souviens que j'étais déjà comme ça quand j'étais adolescente. Et puis ensuite, à l'université. Je faisais mes études, je travaillais, j'ai monté une petite compagnie de théâtre avec une amie... Je faisais toujours partie d'associations, je faisais du bénévolat (ça veut dire travailler sans être payé, sans gagner de l'argent). Je me souviens même d'une période où ma colocataire, c'est-à-dire la fille qui habitait avec moi dans l'appartement, qui louait avec moi l'appartement... donc je me souviens d'une période où ma colocataire disait qu'elle ne me voyait jamais. Je partais tôt le matin, je travaillais, je faisais de la recherche, je m'occupais de la compagnie de théâtre. Bien des années plus tard, j'avais deux boulots en même temps. J'étais salariée pour une société et j'enseignais en parallèle le français, en tant qu'indépendante. Aujourd'hui, je suis à 100% entrepreneure. Je gère mon emploi du temps, ça veut dire que je décide, a priori, quand je travaille, combien d'heures par semaine. Mais je suis toujours occupée. Je n'arrive jamais à finir mes tâches de la semaine, j'en ai toujours que je reporte à la semaine suivante... Bref, je ne peux pas m'imaginer une semaine où j'ai tout à coup une journée de libre.

En fait, je pourrais le faire. Je pourrais choisir : "le mardi 9 janvier, je ne travaille pas." Je changerais les dates de mes rendez-vous déjà prévus ce jour-là. Je bloquerais cette journée. Je déciderais de ce que je veux faire. Et ce serait une journée de libre, pour moi, pour me faire plaisir. Mais voilà, je ne le fais pas. Je ne sais pas le faire.

En fait, même si j'ai été salariée pendant des années, même si pendant des années j'ai travaillé de 8 heures à 17 heures cinq jours par semaine, et souvent dans un emploi où je ne devais pas apporter de travail à la maison, je n'ai jamais été capable de séparer ma vie professionnelle de ma vie personnelle. Je ne suis pas capable de dire : il est 20h, je ne travaille pas après 20h. Ou bien, c'est samedi, je ne travaille pas le samedi. Jamais. Je ne sais pas mettre de limites. En fait, je ne sais pas ME mettre des limites. Parce qu'avec le temps, j'ai appris à mettre des limites aux autres. Je décide par exemple de ne pas répondre aux messages de mes élèves le week-end. Ni à leurs mails. Mais moi, personnellement, je suis capable de travailler tard le soir, tôt le matin, le week-end, les jours de fêtes, le jour de mon anniversaire... Je vous l'avais dit : un bourreau de travail ! Une vraie "workaholic" !

Cela dit, je ne le conseille pas. Je suis comme ça, et j'essaie de changer (un peu) cette façon de vivre. Parce que je sais que ce n'est pas bon. Pour la santé, pour le moral, pour le bien-être... Mais bon, j'ai 50 ans. Ça fait plus de 20 ans que je me dis que je dois arrêter parfois, poser des limites, prendre des vacances, prendre des jours de congés, en faire moins, m'organiser mieux. C'est mieux qu'il y a 20 ans mais ce n'est pas encore ça.

En fait, ce n'est pas juste une question de volonté, d'organisation. Je suis assez organisée, en réalité. Ce n'est pas non plus juste une question d'argent - travailler plus pour gagner plus. Non. C'est juste que je suis comme ça. Je ne peux pas me contenter de ce que je fais maintenant. Je veux toujours ajouter d'autres choses. J'ai toujours de nouvelles idées, et donc de nouveaux projets. En parallèle bien sûr. Je ne suis pas capable de me dire : "je finis d'abord le projet A et quand je l'aurai fini, je passerai au projet B." Non, il faut toujours que je fasse le projet A, en même temps que le projet B, en même temps que le projet C et avec déjà l'idée d'un projet D en tête..." Je sais, je suis un peu folle.

Bon, c'est le moment, dans cet épisode, où je vous ai dévoilé tellement de choses sur moi, ou je vous ai dit tellement de choses sur moi... Je vous ai même dit que je suis un peu folle. Donc nous voilà arrivés à ce moment dans l'épisode où j'aimerais pouvoir vous entendre. Écouter vos réactions. Et surtout j'aimerais pouvoir vous entendre dire "Ne t'inquiète pas, tu n'es pas seule, moi aussi je suis comme ça." Donc, je lance un message à tous les bourreaux de travail, à tous les workaholic qui m'écoutent aujourd'hui, et je vous demande, je

vous supplie, je vous prie de me dire : "Moi aussi, je suis comme ça !" Alors, envoyez-moi un message ! Laissez-moi un commentaire !

L'année 2024 commence demain. Je me souhaite - et je souhaite à toutes les personnes comme moi - de trouver enfin un équilibre entre la vie professionnelle et la vie personnelle, entre le travail et le plaisir, entre les autres et soi-même.

Bonne année !

The French to Go Podcast is produced by French Carte - Delphine Woda / www.frenchcarte.com, frenchcarte@gmail.com - Sound : <http://www.freesound.org/people/klankbeeld/>



Creative Commons Attribution – NonCommercial NoDerivatives 4.0 International License