

Survivre sans son téléphone

Cette semaine, je voudrais vous parler de ce qui peut nous arriver de pire dans la vie. Donc, le pire, c'est le plus mauvais, la situation la plus catastrophique. Je vais imaginer avec vous ce qui peut se passer quand on est séparé de son téléphone portable pendant quelques heures. Oui, je sais. Il suffit d'y penser pour paniquer. Si vous imaginez cette situation, même quelques secondes - donc être sans votre téléphone pendant quelques heures, vous paniquez. On est d'accord ?

Comme d'habitude, pour commencer cet épisode, je vais vous raconter une anecdote.

Enfin... deux anecdotes. Voici la première.

Deux fois par semaine, j'enseigne le français dans une vraie salle de classe. Pas sur Zoom. Une vraie classe donc, avec des tables, des chaises et des élèves en face de moi. J'ai plusieurs groupes, environ dix étudiants par groupe, et ce sont tous des personnes âgées. J'insiste sur ce détail, parce qu'il est important pour l'histoire. Jeudi dernier, l'un de mes étudiants me dit : « Delphine, quelqu'un du groupe d'avant a oublié son téléphone portable. » Je regarde le téléphone. J'essaie de me souvenir de la personne qui était assise à cette place, mais je n'étais pas sûre. On ne pouvait pas regarder l'écran, parce que le téléphone était fermé. Bref, impossible de savoir à qui il appartient. Qui est le propriétaire du portable. Je prends donc une photo du téléphone et je l'envoie dans le groupe WhatsApp du cours. Je me dis que quelqu'un va sûrement répondre : « Ah oui, c'est le téléphone de... ». Et dans ce cas-là, on pourra essayer de contacter la personne chez elle, sur son téléphone fixe. Parce que oui, bien sûr, toutes les personnes de ce cours ont encore un téléphone fixe à la maison. Je vous avais dit que l'âge de mes étudiants était important pour l'histoire, non ?

Bref, personne ne répond dans le groupe. Je commence donc mon cours. Et l'étudiant qui a trouvé le téléphone dit : « De toute façon, la personne va vite revenir. Aujourd'hui, c'est impossible de vivre même quelques minutes sans son téléphone. » On peut penser que pour les personnes âgées, c'est différent. On dit souvent que ce sont surtout les jeunes qui ne peuvent pas se passer de leur téléphone. (Se passer de quelque chose, ça veut dire "vivre sans quelque chose"). On dit souvent que les personnes plus âgées connaissent une autre façon de vivre, sans être sur le téléphone toute la journée. Et pourtant... Environ vingt minutes plus tard, l'étudiante à qui appartient le téléphone est revenue le chercher. Mais l'histoire ne s'arrête pas là. Ce n'est pas fini. En réalité, c'est la suite qui est la plus intéressante. Dans le groupe WhatsApp, des élèves ont écrit : « Je crois que c'est le téléphone de Dana. » Quelques minutes plus tard, Dana a répondu pour confirmer que c'était bien son téléphone et qu'elle l'avait récupéré. Et voici exactement ce qu'elle a écrit : « Ma vie s'est arrêtée pendant 20 minutes, jusqu'à ce que je retrouve mon portable. » Ma vie s'est arrêtée... C'est une phrase très forte. Vous pensez peut-être que c'est exagéré. Mais honnêtement, je crois que c'est assez vrai.

Deuxième anecdote. Cette fois, je vais parler de moi. Pour changer. (Je plaisante, je rigole évidemment. Je parle souvent de moi dans ces épisodes.) Il y a quelques années, j'ai travaillé dans un endroit très touristique. C'est à environ vingt minutes de chez moi en voiture. Ce matin-là, je ne sais pas ce qui s'est passé, mais j'ai oublié mon téléphone à la maison. J'ai compris ça assez tard, quand j'étais déjà sur le parking du travail. Je me suis garée, donc j'ai mis ma voiture sur le parking. Et je suis allée à mon bureau. Je pense que je faisais une tête un peu bizarre, parce que mon boss m'a regardée et m'a demandé ce qui

n'allait pas. Je lui ai expliqué que j'avais oublié mon téléphone à la maison. Je lui ai dit que je ne savais pas quoi faire : est-ce que je rentre chez moi pour le récupérer ou est-ce que je fais ma journée de travail sans téléphone ? Si je rentre chez moi, je perds une heure de travail. Mais si je reste, je n'ai pas mon téléphone avec moi toute la journée. Mon boss m'a regardée, complètement paniquée. Elle m'a dit : « C'est une blague ? Tu plaisantes ? Bien sûr que tu retournes chez toi chercher ton téléphone. » En clair, elle m'a dit : "rentre chez toi". Même si je perds presque une heure de travail. Elle m'a clairement dit que mon téléphone est plus important que mon travail.

Dernièrement, j'ai fait quelques expériences à ce sujet. Je veux dire : à propos de vivre sans mon téléphone. J'ai décidé de le laisser à la maison. De temps en temps. C'est-à-dire que je sors sans mon téléphone. Je sais, je vis dangereusement. Je prends des risques. Et honnêtement, je ne le recommande à personne.

Depuis environ trois ou quatre semaines, j'essaie de faire ça une fois par jour.

Enfin... j'essaie. Pour l'instant, tout ce que j'arrive à faire, c'est descendre les poubelles sans mon téléphone. C'est-à-dire que je prends l'ascenseur pendant une minute, je vais au local poubelles, je jette les sacs, je retourne vite à l'ascenseur et je remonte à mon étage. Et évidemment, dès que je rentre dans mon appartement, la première chose que je fais, c'est regarder mon téléphone. On ne sait jamais. Peut-être que quelque chose d'extraordinaire s'est passé pendant ces deux minutes. Je sais, c'est dangereux ce que je fais. Non, vraiment, vous avez raison. Parce que s'il se passe quelque chose... Imaginez que je reste bloquée dans l'ascenseur. Je fais quoi, moi, sans mon téléphone ? Oui, je sais, il y a un bouton d'urgence. Je peux appuyer dessus, quelqu'un me répond, et on m'explique qu'un technicien arrive. Mais moi, pendant les quarante minutes où j'attends le technicien, je fais quoi ? Je peux lire et apprendre par coeur les informations écrites dans l'ascenseur :

Capacité six personnes

450 kilos

Société de maintenance Schneider

Date du dernier contrôle : 17 avril 2025.

Avec ça, je tiens deux minutes. Je survis deux minutes. Maximum.

Après, je peux chanter, peut-être. Heureusement, je me souviens encore de pas mal de chansons. Je n'ai pas besoin d'Internet pour ça. Mais bon... ça non plus, ça ne dure pas longtemps.

Alors cette semaine, j'ai pris une décision. Je vais retenter l'expérience, je vais refaire cette expérience (sortir sans mon téléphone, pour descendre les poubelles ou sortir mon chat - mais bien sûr il n'y a pas de lien entre mes poubelles et mon chat)... mais cette fois-ci, je vais prendre les escaliers. Comme ça, au moins, je ne reste pas bloquée.

J'essaie de réfléchir à ce qui me manquerait le plus si je sortais sans mon téléphone. Par exemple, imaginons que je vais au supermarché de mon quartier sans mon téléphone. Je vais donc vous décrire ce que je fais d'habitude, et imaginer avec vous la même situation, mais sans téléphone. D'abord, je dois descendre trois étages. Et maintenant, on l'a compris, je prends les escaliers. Une fois en bas, j'ai environ six cents mètres à faire pour arriver au supermarché. En général, sur le chemin, j'écoute de la musique. Bien sûr, avec mon téléphone. Donc là, sans téléphone, je peux faire autre chose. Je peux regarder autour de moi. Regarder les arbres, les gens, les immeubles, les voitures. Si je suis un peu dans cette mode de la "pleine conscience" (mindfulness), ça peut être une bonne chose. J'arrive ensuite au supermarché. Et là, premier problème : ma liste de courses est sur une application de mon téléphone. Donc soit je fais confiance à ma mémoire (et ce n'est pas une très bonne idée), soit je fais une vraie liste sur du papier, comme avant.

Deuxième problème, plus technique. En général, je paye à la caisse avec mon téléphone.

Donc cette fois, je dois penser à prendre mon portefeuille avec moi. À l'avance. Au rayon boucherie, où il y a toujours une longue file d'attente, et à la caisse, où certaines personnes prennent un plaisir particulier à ranger leurs courses très lentement, je dois encore regarder autour de moi. Je peux regarder le boucher couper la viande. Je peux regarder la caissière scanner les produits. Je peux écouter les autres clients qui parlent au téléphone. Ensuite, je rentre chez moi. Et encore une fois, je regarde les arbres, les gens, les immeubles, les voitures.

Honnêtement, le seul vrai avantage que je vois, c'est que j'ai moins de chances de me faire renverser par une voiture. C'est-à-dire qu'il y a moins de risques que j'ai un accident. Parce que je fais un peu plus attention quand je traverse la rue. À part ça... Ah si, peut-être un autre avantage. Je vais être impatiente de rentrer chez moi, de retrouver mon téléphone, de regarder s'il y a un message, de voir si quelqu'un a pensé à moi pendant cette grande aventure au supermarché. Mais bon... aujourd'hui, ça existe encore la patience ?

Alors non, désolée. Je suis clairement accro à mon téléphone (ça veut dire que je suis dépendante de mon téléphone). Et oui, ce n'est sûrement pas très bon pour la santé. Mais honnêtement, je préfère encore vivre tranquillement, avec mon téléphone dans ma poche, à tout moment de la journée.

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