

et la quantité du travail, sa pénibilité, le manque de contrôle, l'impression d'injustice, les rémunérations insuffisantes, les conflits de personne sont aussi en cause, dans des proportions chaque fois variables. Freudenberger ne disait pas autre chose. Le burn-out, pour lui, est la maladie du « bon Américain », si par ce terme l'on entend l'Américain qui rêve en phase avec les valeurs dominantes de travail, d'argent, d'inventivité, de découverte, d'industrialisation, de surpassement de soi et, finalement, d'imposition au reste du monde des valeurs démocratiques de liberté et des pratiques du commerce. Il est le trouble des fidèles au système, le mal des « croyants », pourrait-on dire. Il est la *crise de foi*, le désespoir de ceux qui ont espéré, l'épuisement de ceux qui, pourtant, s'activaient au mieux pour construire la société, et pour s'épanouir sous sa protection. C'est en cela qu'il a une portée qui excède, en les complétant, la psychologie et la sociologie. Car à la richesse d'une relation forte entre l'individu et son travail fait place, dans les cas de burn-out, l'immense vide de la perte de sens. Non seulement le pouvoir de travailler fait défaut, non seulement la satisfaction de l'effort manque soudain, mais de surcroît le sens de l'activité se trouve aboli, réduit à rien. Cette perte a une signification dont il faut s'approcher, car il est clair qu'elle excède les seuls individus souffrants. Le burn-out est le nom d'un épuisement, mais il a beaucoup d'autres dimensions. Pour les porter au jour, rien ne vaut une plongée vers les véritables origines de la notion.

Les nouveaux épuisés de Dieu

Le trouble du burn-out a un ancêtre aujourd'hui oublié, dont les caractéristiques aident à comprendre ce qui est en jeu dans cette notion complexe. Il était exprimé dans des termes comme ceux-ci : « La fatigue corporelle, le sommeil, la faim, des tentations plus fréquentes ou plus violentes, une absence prolongée de consolations sensibles, un dépit résultant d'échecs réels ou apparents dans la lutte contre le mal ou de réprimandes plus ou moins méritées, la simple monotonie des exercices réguliers et le besoin de changement qui nous est naturel peut être à l'origine d'une crise... ». À quelques détails près, on pourrait croire cette citation extraite d'une brochure sur le burn-out ou d'un livre de développement personnel. Les termes qui détonnent avec le vocabulaire actuel sont ceux de « tentations » et de « réprimandes », auquel le jargon étrange des consultants, cette *novlangue* de la petite ploutocratie, préfère plutôt : « Je vais lui coller 1 sur 6, sur cet item »¹, et :

1. Pour cette novlangue, voir le glossaire de l'excellent et tragique livre

« Je le raye de mes amis sur Facebook ». Les trois lettres du mot « mal » sont également obsolètes et tendancieuses : nul, aujourd'hui, ne les ose. Mais moyennant ces réserves sémantiques, la citation conserve son actualité.

Elle est pourtant extraite d'un *Dictionnaire de théologie catholique* datant de 1932. On y trouve à l'article « Paresse » une importante réflexion sur l'acédie dont tout laisse à penser qu'elle est une lointaine forme de burn-out. L'acédie fut pour l'Église ce que le burn-out est au monde de l'entreprise : un affect redouté qui touche l'individu, mais qui sape aussi la foi dans le système, ce qui explique qu'il soit pris au sérieux. Car l'acédie n'est pas une paresse comme les autres. Elle se distingue en cela de la *pigritia*. Celle-ci, paresse commune, est une fuite devant l'effort que l'Église assimile à un péché : l'amour exagéré de ses aises et du repos éloigne du devoir et de Dieu. Elle est une manière pour le croyant de remettre en cause l'ordre terrible de la Genèse : « À la sueur de ton visage, tu mangeras du pain jusqu'à ce que tu retournes au sol ». Elle est un haussement d'épaule face aux gémissements inquiets de Pascal, pour qui « Il ne faut pas dormir pendant que le Christ est à l'agonie ». Elle est enfin un piège sensuel puisque le paresseux, lassé, se couche bientôt, seul ou à côté de son oisive compagne. Pour le guérir de son vice, les

d'Alexandre des Isnards et Thomas Zuber, *L'open space m'a tuer (sic)*, qui « raconte tout ce que les jeunes cadres savent mais qu'ils taisent et donc que les autres ignorent : les nouvelles formes de violence, le dikrat de la bonne humeur et de la convivialité, la fausse liberté qu'offre la flexibilité, le supplice du timesheet, la folie de l'évaluation et de l'autoévaluation, le manque de reconnaissance, etc. » : Paris, Le Livre de Poche, 2008, p. 13.

traités de l'époque proposent de le mettre au travail, de lui montrer un champ couvert de ronces et d'épines ou un mur écroulé¹. Rien ne dit que le remède soit efficace, mais l'Église ne semble pas avoir fait de cette guérison une priorité.

L'acédie fut en revanche traitée avec effroi, car elle est la paresse de Dieu. Elle surprend, parmi les moines, les perfectionnistes de la foi aux tâches réglées et aux prières quotidiennes, qui ne reculent ordinairement pas devant un jeûne supplémentaire ni devant un office plus matinal encore, mais qui, parfois, s'effondrent. L'acédie est le burn-out du moine qui affecte sa vie surnaturelle et ses relations avec Dieu, de même que le burn-out contemporain transforme la vie professionnelle et les relations avec l'entreprise. Guiges le Chartreux l'a décrit au XI^e siècle dans ces termes :

Tu es saisi souvent, quand tu es seul en ta cellule, d'une sorte d'inertie, de langueur d'esprit, d'ennui de cœur, et alors tu sens en toi un pesant dégoût : tu es à charge à toi-même ; ces grâces intérieures, dont tu usais d'habitude si joyeusement, n'ont plus pour toi aucune suavité, la douceur qui était en toi hier et avant-hier s'est tournée désormais en grande amertume².

Les Pères du désert, Cassien, saint Jean Climaque, Isidore de Séville, saint Thomas et beaucoup d'autres l'ont étudiée en raison de sa fréquence chez les solitaires ou dans

1. *Dictionnaire de théologie catholique*, article « Paresse » par E. Vansteenbergh, Letouzey Éd., 1932, t. XI, vol. 2.

2. *Ibid.*, p. 2026.

les monastères. Il faut dire que l'acédie s'emparait des meilleurs éléments et des religieux les plus fervents. Des moines qui n'ont jamais douté, qui semblaient en chemin vers la sainteté, se trouvent un jour fatigués de Dieu. Car c'est de cela qu'il s'agit : la lassitude est spirituelle. Ce sont les *Notre Père* qui ne passent plus, les *Ave Maria* qu'on oublie, les genuflexions dont on ne se relève pas et, au milieu des offices matinaux, une diabolique envie de dormir. Saint Jean Cassien, que Jean-Louis Chrétien cite dans son très beau livre sur la fatigue, a consacré une partie entière de ses *Institutions cénobitiques* à l'acédie, qu'il définit comme *tadium sive anxietas cordis*, « dégoût ou anxiété du cœur ». Le moine, écrit-il, « se figure être si las et avoir tant besoin de nourriture qu'il semble s'être épuisé par un très long chemin ou un travail excessif, ou avoir passé deux ou trois jours sans manger [...]. L'esprit troublé sans raison et comme enténébré, il devient tellement oisif et incapable de toute activité spirituelle qu'il croit ne plus avoir d'autre remède pour sortir de cet accablement que la visite d'un frère ou le soulagement du sommeil¹ ».

L'acédie est un péché capital. Saint Jean Climaque soutient qu'il s'agit d'un manquement des plus graves, car il s'attaque à la source de toute vertu et non à une vertu particulière. Être fatigué de Dieu et finalement détester le bien divin, c'est se priver de toute rédemption.

1. Saint Jean Cassien, *Institutions cénobitiques*, X, 2, 3, cité par Jean-Louis Chrétien, *De la fatigue*, Paris, Minituit, 1996, p. 94.

tion. Aux yeux des théologiens, rien n'est plus pernicieux. Ce serait comme être fatigué du travail dans une société qui l'idolâtre... Voilà pourquoi les théologiens ont cherché des remèdes à ce trouble devenu péché, de la même manière que les managers actuels réclament des solutions contre le fléau du burn-out. Les propositions des théologiens sont d'abord de penser à la mort et aux biens futurs pour éveiller l'espérance et le courage. Ils conseillent aussi la persévérance : « tenir ferme en ne changeant ni d'état de vie, ni de couvent, ni de dessein ; [...] agir par la lecture, la psalmodie, le travail manuel, la prière, les bonnes œuvres de tout genre¹. »

Pourtant, le travail reste objet de méfiance. Bernard Forthomme, dans un impressionnant volume consacré au sujet, parle de « l'acédie comme surtravail ». Il analyse des exemples de ce que les anciens appelaient « le démon du travail » pour montrer que les Pères de l'Église ont apparenté l'acédie à une maladie du « trop », et non pas de l'oisiveté. C'est l'excès de prière qui a raison de la foi. « L'esprit malin » suscite le désir d'en faire toujours plus. Il incite à construire quatre ou cinq cellules, quand une ou deux suffiraient. « Le frère harassé de fatigue veut prendre du repos, mettre fin au travail. Mais l'esprit malin l'excite et l'anime. Point de relâche. Il faut prendre en main le marteau... *Infatigabiliter*². » L'acédie naît

1. *Dictionnaire de théologie catholique*, op. cit., t. XI, vol. 2, p. 2030.

2. Bernard Forthomme, *De l'acédie monastique à l'anxiété-dépression. Histoire philosophique de la transformation d'un vice en pathologie*, Paris, Les Empêcheurs de penser en rond, 2000, p. 31.

d'un surtravail, ce qui est une nouvelle façon de l'apparenter à ce que Freudenberg a nommé burn-out.

Une différence intéressante sépare pourtant ces deux affections. L'acédie est en effet vue comme un « refroidissement ». Le mot *acidia* se rapproche du latin *acidus* car on croyait froides les choses acides. La ferveur, qui s'apparente au feu et à la chaleur, fait place dans l'âme à ce que la théologie nomme « tiédeur », laquelle « neutralise complètement cette tendance de la charité à être fervente, à jaillir en flamme »¹. De ce point de vue, burn-out et acédie s'opposent. La théologie catholique, qui valorise la ferveur et l'enthousiasme, redoute la froideur d'un raisonnement qui pourrait mener à l'athéisme. Le système technologique, en sa froide logique, craint au contraire un embrasement étrange, parce qu'il pressent peut-être qu'il recèle une contestation.

Le burn-out est une nouvelle acédie. Les analogies sont frappantes. Mais la plus marquante est que les deux affections débouchent sur le même état : la perte de foi. Si l'Église, en tant qu'entreprise de croyance, a tant redouté l'acédie, c'est parce qu'elle inclinait le moine à douter de l'existence de Dieu. Rien ne peut être pire. De même, le burn-out a sur l'entreprise contemporaine un effet dévastateur. Les valeurs sont remises en question. L'omniprésence du stress est perçue comme une tenta-

1. *Dictionnaire de théologie catholique*, op. cit., t. XV, vol. 1, article « Tiédeur », p. 1026. Voir aussi chez Forthomme, *De l'acédie monastique*, op. cit. : « L'indévation comme tiédeur », p. 418.

tive de manipulation. Le goût du travail disparaît, lui qui était le moteur de l'activité. La motivation s'érode. Comme le moine ne parvenant plus à prier un Dieu qui ne le reconforte plus, le travailleur baisse les bras, faute parfois de reconnaissance. Il doute. Il se demande si son existence, si courte en somme, a pour vocation d'être tout entière au service d'une multinationale qui l'ignore, d'actionnaires qui le dédaignent. Il n'a plus foi en lui-même, mais il n'a surtout plus foi dans un système qui, pense-t-il, l'a méprisé. La foi en lui-même reviendra, on peut l'espérer. Mais la croyance dans le système est définitivement ébranlée. Le burn-out est toujours une remise en cause des valeurs dominantes : il génère les nouveaux athées du techno-capitalisme.