

# PLAISIR Nº 2: RALLUMER LA FLEMME OLYMPIQUE

Jambes de plomb, menton qui décroche, paupières « khôlées » de fatique... Temps d'aller faire la bûche dans le hamac de jardin, moi. Ça tombe bien car on n'avait rien d'autre de prévu. La paresse, ce péché mignon si capital...

Et si on se pavait des vacances glandeur nature? Avec un peu de motivation, on peut faire de chaque instant une occasion de nonchalance. « Surmenez-vous de paresse » comme l'intimait Jules Renard dans son Journal. Voici la seule saison où le soleil se lève deux fois : le matin, et après la sieste.

## NON COUPABLE!

Buller, pendant l'année, on n'a pas l'habitude. A tel point qu'on doit parfois se faire - doucement! - violence pour s'y mettre. On s'entraîne : lorsqu'on est affalée sur la terrasse, et que notre petite voix intérieure murmure « faut faire les courses, y a plus rien dans le frigo », on apprend à la faire taire d'un « et alors ? On ira au resto ». On annonce la couleur autour de nous : si ça ne dérange personne, nous, on va juste rester là. « Pour ne pas culpabiliser, ajoute Justine, grande flemmasse, le mieux est de s'entourer de glandeurs. » Une logique qui rejoint de très sérieuses études sur la « paresse sociale » (ou effet Ringelman): elles démontrent que les efforts individuels diminuent à mesure que la taille d'un groupe augmente. Paresseux, regroupez-vous! Justine a même découvert un site, www.faineant.com, où s'échangent des bons tuyaux en la matière. Des conseils pour bien choisir son matelas, et des idées de sports pas crevants : pétanque, fléchettes.

## CHACUN SA PARESSE

Le concept flemme fait recette. Pour François Escaig, responsable d'une collection consacrée à la lenteur, aux éditions Allia, « les Français ont, sinon un problème avec le travail, du moins une sympathie envers l'inactivité. La Paresse comme

vérité effective de l'homme de Kazimir Malevitch, qui n'est pas un texte grand public, s'est tout de même vendu à 10 000 exemplaires. » Partant de ce consensus du mou, chacun développe ses trucs. « Moi, je supprime tout effort inutile, l'été, explique Isabeau, 33 ans. Cuisine minimaliste, ceux qui ont encore



faim se rattrapent sur le saucisson et les fruits. Même ma fille de 20 mois. » Et après, sieste. On choisit la place où personne ne risque de nous proposer un tarot. « En vacances, je me décharge, confesse Fanny 26 ans. D'abord, je fais la "grasse". Mon mec se tire - il est fou - vers 8-9 h pour courir les brocantes. Quand il revient, j'ai à peine eu le temps de dégonfler des yeux et faire disparaître les marques d'oreiller. On mange, on boit. Sieste. A deux, cette fois. Puis bain. » Et le soir, dodo pas trop tard : comment résister à une couette fraîche? Les Romains, qui maîtrisaient l'art de bienvivre, avaient deux lits: un pour dormir, un pour manger. C'est vrai qu'on est bien à l'horizontale. Faut juste résister contre cette épuisante tentation d'ouvrir un livre. D. T. et G. L. B.