

À New York, une école ouverte à tous propose d'apprendre à mobiliser sa concentration. Et de lutter ainsi contre l'exploitation de notre attention par les géants de la tech. Son manifeste, *Attensité!*, vient de sortir en France.

## Libérons l'attention



Par Alexis  
Buisson

Photos  
Pascal Perich  
pour Télérama

**Rendez-vous** est donné fin avril dans un « jardin communautaire » de Bedford-Stuyvesant (Bed-Stuy), un quartier du centre de Brooklyn. Dans ce havre de verdure chouchouté par les riverains, une dizaine de personnes attablées parmi les fleurs et les poules se livrent à un exercice insolite. Ethan et Marcela, les deux animateurs, font circuler des fiches cartonnées sur lesquelles figure l'une des missions pour la matinée : « *Jugez ce qui est vrai de la perspective : 1. D'une fleur 2. D'une machine 3. D'un globe oculaire transparent.* » Les participants ont une vingtaine de minutes pour trouver de l'inspiration dans le jardin et ses alentours avant d'en discuter. Bienvenue à une *sidewalk study* (« étude de trottoir ») de la Strother School of Radical Attention (SoRA), une association à but non lucratif dont la mission est de nous libérer de l'emprise des produits toujours plus sophistiqués et addictifs des géants de la tech pour nous rendre notre capacité d'attention. Aux yeux des fondateurs de l'association, ces derniers sont coupables de « *fracturation humaine* », référence à la fracturation hydraulique, technique de forage qui permet d'extraire le pétrole à des profondeurs élevées et de maximiser les profits des géants du secteur.

À travers une myriade d'événements gratuits (ateliers, séminaires, formations diverses...) organisés quasi quotidiennement dans les locaux de l'association à Brooklyn et en dehors, la SoRA ambitionne ainsi de former des « militants de l'attention » ou « attentionautes ». Au cœur de son activité : des centaines de « pratiques attentionnelles », basées sur des textes de philosophes, d'artistes, d'historiens, de penseurs religieux et politiques, qui invitent les participants à réfléchir individuellement et collectivement sur leur environnement, leurs liens avec autrui et sur eux-mêmes. Pour sa part, l'exercice tenu dans le jardin de Bed-Stuy reposait sur les écrits des auteurs américains Louise Glück et Ralph Waldo Emerson sur la nature. « *Le génie du mouvement des droits civiques des années 1960 a été de dire, de manière contre-intuitive, qu'il fallait opposer la non-violence à la violence. Face à ceux qui exploitent notre attention, il faut lutter contre le spectacle par le non-spectacle, à savoir l'étude, la délibération et l'exploration des capacités attentionnelles avec d'autres personnes. C'est une forme de résistance* », raconte Peter Schmidt, le directeur de la programmation et cofondateur de la SoRA.

Le projet émane indirectement de l'Ordre du Troisième Oiseau, un mystérieux collectif d'artistes et d'universitaires voué au développement de techniques d'attention soutenue. Ses membres se retrouvent notamment dans des musées pour regarder fixement des œuvres d'art pendant une longue période. À la suite d'un symposium sur l'attention organisé par une partie du groupe lors de la Biennale de Sao Paulo (Brésil) en 2018, leurs ambitions ont changé. « *Les participants brésiliens trouvaient que nous avions abordé la question sous un angle trop abstrait et esthétique alors que Jair Bolsonaro, le leader d'extrême droite, avait été élu dix jours plus tôt à la présidence. Ils accusaient les réseaux sociaux d'avoir créé des silos d'opinion et semé la colère et les divisions. Cela nous a conduits à envisager un engagement politique plus direct* », se remémore D. Graham Burnett, organisateur du symposium et cofondateur de la SoRA.

Avec d'autres, cet historien de la science qui enseigne à l'université Princeton forme dans la foulée les Friends of Attention, un collectif d'artistes, de chercheurs et de militants divers, pour lancer un mouvement. En 2022, le groupe monte des « labos d'attention », des ateliers conçus pour



pousser les participants à explorer le pouvoir de l'attention et réaffirmer leur autonomie mentale. Face à leur popularité, ils décident de lancer une « école » (un lieu axé sur l'étude). Ouverte en 2023, elle porte le nom de Matthew Strother, un des membres fondateurs des Friends of Attention emporté par un cancer la même année. Ironiquement, l'espace, appelé « sanctuaire », est situé dans une rue pavée hautement instagrammable, où se massent influenceurs et touristes pour faire des selfies devant le pont de Manhattan.

Depuis son lancement, la SoRA a fait l'objet d'un intérêt croissant sur fond de prise de conscience autour des dangers des réseaux sociaux. Le manifeste des Friends of At-



tention, *Attensité!*, vient de sortir en France, signe de la portée internationale du combat. « *Le moment actuel représente une opportunité* », estime Peter Schmidt. Ce dernier précise toutefois que l'ONG ne milite pas pour le bannissement des portables ou pour restreindre l'accès aux réseaux sociaux comme d'autres partisans de la déconnexion. « *Les téléphones peuvent être des outils très puissants, mais ils ne devraient pas être mis au service d'une industrie abusive qui se fait de l'argent en pillant nos cerveaux* », dit-il.

Alors que le soleil se couche sur les gratte-ciel new-yorkais un lundi d'avril, une vingtaine de personnes arrivent dans le « sanctuaire » de la SoRA pour un atelier de deux heures et demie. Première expérience au menu : par paires, les participants sont invités à scruter la paume de leur main, puis celle de leur partenaire avant de partager leurs pensées. Un exercice inspiré du travail du photographe Eric Pickersgill. Il a fait poser des individus qui faisaient semblant de tenir un portable pour montrer à quel point ils étaient absorbés par leur appareil. Sonia Fleury participe ce soir-là à son troisième atelier. Avocate représentant des condamnés à mort, elle apprécie les moments de déconnexion et de réflexion offerts par l'école. « *Mes clients ont été emprisonnés pendant vingt à trente ans avec un accès limité à la technologie. Je valorise la qualité des conversations ininterrompues dans les prisons, où les téléphones sont interdits* », dit-elle. À son niveau, elle contribue à la propagation du mouvement. Elle a reproduit l'une des expériences de la SoRA avec des amis dans un parc : observer un lieu public quelconque, prendre des notes et les lire, phrase par phrase, avec les autres membres du groupe pour former « un poème collectif ». Un exercice inspiré de *Tentative d'épuisement d'un lieu parisien*, un récit de Georges Perec tiré de trois jours d'étude de la place Saint-Sulpice à Paris. « *Le mouvement commencera quand les gens voudront une alternative au système actuel* », juge la réalisatrice Alyssa Loh, membre fondatrice des Friends of Attention et conjointe de D. Graham Burnett. « *Il se prolongera s'ils croient et ont la foi que cette autre chose est possible.* » ●

**À LIRE**  
**Attensité!**  
**Manifeste**  
**du mouvement**  
**de libération**  
**de l'attention**,  
éd. La Découverte,  
216 p., 20 €.

Page de gauche : le cofondateur de la Strother School D. Graham Burnett, sa compagne et membre de l'école, Alyssa Loh, et leur fille, Chiara, chez eux, à New York. Ci-dessus et ci-contre : une session de sidewalk study dans le quartier de Bedford-Stuyvesant à Brooklyn.