

Le travail c'est 33 ans d'espérance de vie en moins !

On connaît tous ou presque la chanson, « le travail c'est la santé et ne rien faire la conserver » ! Sauf que maintenant le fait que ne rien faire est bon pour la santé est scientifiquement prouvé !

Entendez-moi bien, loin de moi l'idée de dire que travailler c'est forcément mauvais. Bien au contraire, mais en réalité tout va dépendre des conditions de travail, et en ce qui concerne la réalité des conditions de travail nos camarades syndicats sont totalement, complètement hors jeu par rapport à une réalité des relations de travail devenue tout simplement cauchemardesque pour de plus en plus de nos concitoyens.

Nous allons revenir sur ce point précis mais avant reprenons ce qui a été écrit dans l'Express qui se fait écho de cette étude menée par les meilleures Universités américaines qu'il est assez difficile de taxer de communisme primaire

« Arrêtez tout: le travail peut vous enlever 33 ans d'espérance de vie »

« Une étude démontre que l'un des facteurs qui influence le plus notre durée de vie est le stress engendré par le travail. Plus celle-ci est précaire, ou exigeante en termes d'horaires ou de conditions de travail, plus jeunes ils mourront.

Se tuer au travail. Une réalité très concrète d'après une étude réalisée par des chercheurs des universités Stanford et Harvard. Tout a commencé par le projet de ces scientifiques de cartographier la durée de vie des américains ».

Et c'est absolument passionnant car ma conclusion empirique est démontrée scintifiquement.

Le travail nous tue, son absence aussi

« A l'issue de cette première étape, les chercheurs ont remarqué que la différence d'espérance de vie pouvait aller jusqu'à 33 ans suivant les zones géographiques.

Pour expliquer cette disparité considérable, ils ont donc repassé leurs données au tamis de critères très variés -sexe, origine ethnique, niveau d'étude, mais aussi dix critères liés au travail: horaires décalés, précarité, équilibre famille-travail

Les chercheurs de Stanford et d'Harvard ont alors établi que l'un des facteurs influant le plus l'espérance de vie n'est pas la fortune personnelle, les origines sociales, ou le lieu de vie, mais le stress éprouvé dans la sphère professionnelle. Les horaires de travail décalés, le chômage, les licenciements, ou un environnement de travail hostile et stressant peuvent ainsi contribuer à diminuer la durée de vie de certains salariés jusqu'à 33 ans. Sachant que l'espérance de vie des femmes est davantage impactée par les horaires décalés, et celle des hommes par la précarité professionnelle au sens large ».

Que comprendre ?

Dans un monde où chaque personne se définit grandement en fonction de son travail, de son statut social et de ses revenus, ne pas travailler par exclusion forcée du marché du travail est un drame qui génère un stress important et de longue durée.

De l'autre côté du spectre, travailler beaucoup, avec une pression terrible sur les résultats, des contraintes économiques de plus en plus fortes, des objectifs pour l'encadrement du milieu impossible à atteindre ou pour les commerciaux d'ailleurs, va générer le même niveau de stress et d'angoisse.

La conséquence logique de ces niveaux de stress est de faire sa crise cardiaque à 40 ans, son cancer à 42 ans et son décès à 50 on vient donc de vous voler 33 ans d'espérance de vie théorique.

Dans tout cela, l'énergie consacrée à des métiers aussi bidon que stériles pour l'humanité, vous fera passer à côté de vos enfants, de la nature, des saisons, du feu dans la cheminée et de tous ces plaisirs profonds de la vie réelle mais il est vrai que l'on nous conditionne depuis l'enfance à aimer notre prison dorée matérialiste et capitaliste.

Pourtant d'un point de vue philosophique nous sommes beaucoup plus des chasseurs-cueilleurs que des jeunes cadres dynamiques les JCD à ne pas confondre avec les TDC les trous du c.., surtout lorsqu'ils pensent qu'ils vont faire carrière, et qu'ils portent des godasses chinoises répliques de pompes italiennes à bout pointu (je sais messieurs, je suis cruel, mais c'est fait avec bienveillance pour inciter à la réflexion).

Ne pas perdre sa vie à la gagner ! Et la sécurité de l'emploi est un piège psychologique

N'y voyez aucun jugement de valeur, je travaillais dans la banque et là-bas personne ne pouvait imaginer une autre vie pour la simple et bonne raison que la « soupe » était bonne, impossible de la refuser au contraire, il fallait supporter toutes les humiliations, toutes les pressions pour continuer à percevoir cette ration de soupe en réalité empoisonnée. Pour tout vous dire, c'est dans la banque que j'ai vu le plus de gens dépressifs et sous anxiolytiques dans la banque et dans la fonction publique !!!

Encore une fois, n'y voyez aucun « antifonctionnarisme » primaire. Je vous parle de « bonheur », pas du prix de nos impôts !!!

Je constate que lorsque l'on ne rêve plus, que lorsque le petit garçon (ou la petite fille) que nous étions à 8 ans ne peut pas être fier de l'adulte que l'on est devenu, alors avec ou sans rolex, nous avons raté notre vie jusqu'à ce moment-là, car c'est parfaitement rattrapable !

Pour nos amis fonctionnaires, je constate que souvent (pas tout le temps heureusement), la sécurité de l'emploi se transforme en piège « Mais voyons pierre, Paul, ou jacques, tu ne vas pas quitter ton poste de fonctionnaire alors que tu as la sécurité de l'emploi et qu'il y a 7 millions de chômeurs, tu n'y pense pas tu es FOU !!! »

Voilà comment tétaniser n'importe quelle personne, et pourtant, se lever chaque matin pour aller faire un travail qui ne vous apporte plus aucun épanouissement est une torture. Une autre torture pour beaucoup d'individus consiste à croire que l'on peut exercer le même métier avec la même passion pendant des décennies. C'est évidemment possible, mais c'est rare Surtout dans une société où tout se « zappe » de plus en plus vite, où l'on aime tout changer, acheter puis jeter, adorer puis brûler.

Ce qui est sûr c'est que pour vivre longtemps et pour vivre heureux, il faut :

1/ Faire ce que l'on aime, tout le reste est illusoire à long terme et sera synonyme d'échec.

2/ Ralentir et prendre le temps de ressentir la vie, les éléments, les saisons et la nature et ses proches.

3/ Se détacher des âneries du système actuel et je vous invite à écouter ce texte brillant d'un humoriste de France Inter concernant le langage en entreprise. C'est exquis, c'est désopilant, cruel même parce que tellement vrai. Si vous pensez que ce type de quotidien est normal, alors je ne peux rien faire pour vous. S'il vous reste une once de bon sens, vous devez vous rendre compte qu'il y a là une véritable réflexion à ouvrir parce que, non ce n'est pas normal, il s'agit d'endoctrinement tout en sachant que vous êtes corvéables à merci et « remerciables » à l'envi

4/ Opter pour une forme de simplicité volontaire afin de vous affranchir psychologiquement du « Besoin » au sens large et de la consommation. La possession est un asservissement. En voulant toujours plus nous passons nous-mêmes de façon volontaire, les chaînes qui feront notre malheur et celui de nos proches.

Préparez-vous, il est déjà trop tard !

Article écrit par Charles Sannat pour son blog [Isnolentiae](#)