



■ *Le buzz du mois*

Dur sevrage numérique

Labstinence est à la mode. Plus d'électricité (« Une semaine sans électricité » sur France 2), plus de viande (*Faut-il manger des animaux ?* de Jonathan Foer), plus de sexe (tendance « no sex », ni avant ni après le mariage) et maintenant plus d'Internet, ni de smartphone, ni d'Ipod. « *J'ai débranché !* » clame Thierry Crouzet, grand drogué numérique, l'un des plus influents experts français ès réseaux sociaux, comme s'il s'agissait de la plus grande expérience limite à laquelle l'homme puisse se soumettre aujourd'hui. Tout y est : crises de manque, séances chez le psy... Bref, l'impression « *d'être en exil* » de sa propre vie. Le tout heureusement limité à six mois, livre de témoignage à la clé, découpé en très courts chapitres pour aider le lecteur à « papillonner » façon « Net-culture ». Depuis, après avoir eu l'impression de percevoir « *des sensations physiques et émotionnelles d'une force rare* » – comme d'aller acheter directement ses billets de train à la gare –, Thierry Crouzet a retrouvé ses followers sur Twitter et ses amis sur Facebook. Ouf, on a eu peur pour lui ! ✪

Carole Chatelain



J'ai débranché,
Thierry Crouzet,
Fayard | 308 p., 18 €