

COLLECTION "LU POUR VOUS"

n°59 - septembre 2026

Croissance, décroissance, post-croissance

Synthèse du livre *Ralentir ou périr*
de Timothée Parrique

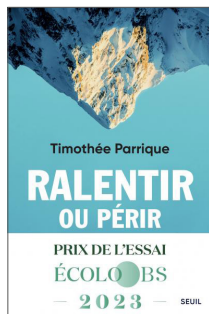
leDoTank

en partenariat avec



Synthèse rédigée par **Raphaël GIALDINI**,

ENS Paris-Saclay, à partir de :



Timothée Parrique – *Ralentir ou périr* – Éditions Seuil – 2022

Timothée Parrique, économiste français né en 1989, est docteur de l'université de Stockholm avec une thèse sur l'économie de la décroissance (2019). Il est chercheur à l'université de Lausanne et conférencier et chercheur en économie écologique à l'Université de Lund, en Suède. Ses travaux portent sur la décroissance et la post-croissance.

La collection "Lu pour vous"

La collection "Lu pour vous" propose des synthèses de travaux académiques qui font référence sur des questions liées à la Responsabilité Sociale, Sociétale et environnementale des Entreprises (RSE).

Chaque thématique a vocation à être abordée par des auteurs ayant des opinions contrastées.

Ces notes de synthèse ne présentent pas un avis du DoTank et n'engagent pas sa responsabilité quant aux points de vue exprimés : elles n'ont d'autre ambition que de mettre à la disposition du lecteur des ressources pour sa réflexion et de lui donner envie d'aller plus loin dans la découverte des ouvrages et de leurs auteurs.

Croissance, décroissance, post-croissance

Avant-propos

La Responsabilité Sociale des Entreprises (RSE) et la décroissance entretiennent une relation profondément ambivalente, voire contradictoire. La RSE, telle qu'elle est majoritairement pratiquée, repose sur l'idée qu'il est possible de « verdir » le capitalisme de l'intérieur : réduire les externalités négatives, améliorer les conditions de travail, rendre compte de l'impact environnemental, tout en maintenant — voire en stimulant — la croissance économique. Elle s'inscrit ainsi dans le paradigme du développement durable et de la « croissance verte », cherchant à concilier performance économique et responsabilité écologique. La décroissance, en revanche, conteste radicalement ce compromis : pour ses théoriciens, de Serge Latouche à Timothée Parrique, aucune amélioration marginale des pratiques d'entreprise ne saurait compenser la dynamique expansionniste inhérente au capitalisme, dont la logique d'accumulation demeure incompatible avec les limites biophysiques de la planète. De ce point de vue, la RSE risque même de fonctionner comme un dispositif de légitimation — une forme de *greenwashing* institutionnalisé — qui neutralise les critiques systémiques en leur offrant une réponse partielle et rassurante. La question centrale devient alors : la RSE peut-elle constituer un levier de transformation vers une économie post-croissance, ou n'est-elle qu'un mécanisme d'adaptation permettant aux entreprises de survivre symboliquement à la critique écologique sans remettre en cause leur modèle fondamental ?

Introduction

Timothée Parrique est l'auteur d'une thèse intitulée « Political Economy of Degrowth » (2019), qui offre un grand état de l'art de la littérature décroissante comme proposition pour sortir de l'impasse climatique. *Ralentir ou périr* en est la publication résumée à l'attention du grand public.

Le livre est articulé autour d'un triple mouvement : comprendre en quoi le modèle économique de la croissance est une impasse (le rejet) ; dessiner les contours d'une économie de la post-croissance (le projet) ; et concevoir la décroissance comme une transition pour y parvenir (le trajet).

Parrique pose d'emblée les deux concepts qui organisent tout l'ouvrage. Il définit la décroissance comme la « réduction de la production et de la consommation pour alléger l'empreinte écologique planifiée démocratiquement dans un esprit de justice », et la post-croissance comme une « économie stationnaire en harmonie avec la nature où les décisions sont prises ensemble et où les richesses sont équitablement partagées afin de pouvoir prospérer sans croissance ». La décroissance désigne quant à elle la transition entre les deux.

Le livre se déroule en huit chapitres. S'il faut retenir l'idée principale, c'est que les limites planétaires ne permettront pas à notre économie de croître perpétuellement. Le passage à la décroissance, phase transitoire, serait nécessaire pour atteindre l'économie de la post-croissance, caractérisée par un état stationnaire qui permettrait de vivre en harmonie avec la nature, de respecter le budget écologique de la planète, d'améliorer les conditions sociales et de réduire les inégalités entre individus mais aussi entre pays.

1.

Le rejet : la croissance (chapitres I à IV)

Le PIB, un indicateur d'agitation économique

Le premier chapitre présente le PIB, créé par Simon Kuznets, l'un des plus fameux économistes du début du XX^e siècle. Il a d'abord servi à mesurer l'efficacité du New Deal, le plan de relance qui a permis de sortir de la crise de 1929 ; il a ensuite montré son efficacité pour mobiliser l'économie américaine lors de la Seconde Guerre mondiale. Notons que Kuznets lui-même rappelle que le PIB n'est pas construit pour promouvoir le bien-être humain, et ne devrait pas devenir un objectif en soi. Dans cette lignée critique, Parrique le qualifie d'indicateur d'« agitation économique », qui ne dit rien de la désirabilité des activités économiques. En dépit de ses limites, le PIB finit par s'imposer sur toutes les lèvres : de simple outil comptable, la croissance devient alors une idéologie.

À l'issue de la Seconde Guerre mondiale, la croissance avait une fonction claire : relancer les économies, assurer le plein-emploi, éradiquer la pauvreté, enrichir la population en lui permettant un accès à des biens durables. Progressivement, au fil des décennies, l'indicateur est devenu l'objectif : la croissance pour la croissance, sans aucun but sous-jacent¹.

L'impossible découplage

Le deuxième chapitre constitue le cœur de la démonstration écologique du livre. Parrique mobilise ses propres travaux (*Decoupling Debunked*, 2019) ainsi qu'une revue de littérature corroborant le fait qu'un découplage significatif — notamment total, global, et permanent —

1. Arnaud Orain — *Le monde confisqué. Essai sur le capitalisme de la finitude (XVI^e - XXI^e siècle)* — Éditions Flammarion — 2025

n'a pas encore eu lieu, et a peu de chances d'arriver. Pour qu'il soit total, il faudrait décorrélér le PIB non pas d'une seule, mais de toutes les pressions environnementales : le découplage d'avec le CO₂ se fait au prix du recouplage avec les ressources minières — par exemple quand on remplace des voitures thermiques par des voitures électriques. Il faudrait qu'il soit global, mais le Nord décorrèle au prix d'un recouplage du Sud — par exemple quand l'industrie européenne délocalise en Chine. Il faudrait qu'il soit permanent, or le PIB a tendance à se recoupler après un découplage temporaire, comme après le boom du gaz de schiste aux États-Unis : l'intensité carbone a été fortement réduite tant que le système énergétique transitionnait, mais la relance économique qui s'en est suivie a provoqué une reprise à la hausse des émissions carbone. C'est la logique même de la croissance verte qui est ainsi réfutée. Le chapitre 2 sur l'impossible découplage était destiné à être le dernier texte de Parrique sur le sujet tant il le considère comme définitivement clos.

Les limites sociales de la croissance

Parrique souligne les limites sociales de la croissance en mobilisant des arguments issus de l'économie féministe, au sujet des fonctions reproductives de l'économie : il existe une sphère non-économique de la société — tissu social, repos, famille — sur laquelle l'économie se repose pour fonctionner. Or pour croître, l'économie empiète fréquemment sur cette sphère : plus de temps au bureau, c'est moins de temps avec ses enfants, à promener ses chiens, ou à s'occuper de l'association de foot du quartier. Toutes ces choses soutiennent l'équilibre de vie des individus, et la croissance devient alors un jeu à somme nulle, où la sphère marchande grandit en sapant les bases mêmes sur lesquelles elle se développe.

Cette reproduction sociale inclut les tâches domestiques, l'entraide au sein des familles ou entre proches, mais aussi la réciprocité, le travail informel, le bénévolat, l'engagement associatif et militant, et de manière générale toutes ces petites actions qui accommodent le vivre ensemble. L'expansion de l'économie marchande doit rester proportionnelle à cette infrastructure qui la soutient, et une croissance trop intense du marché agit comme une force de dissolution sociale. Il y a une autre limite sociale : certaines choses ne peuvent être marchandisées sans conduire à leur dégradation — on ne peut étendre la logique commerciale à des sphères sociales dont les logiques sont différentes.

Parrique propose même l'hypothèse selon laquelle la stagnation séculaire observée en Occident serait un retour de bâton de ce phénomène. C'est toute l'idée de « croissance anti-économique » de Herman Daly, économiste et figure tutélaire de la décroissance : à partir d'un certain seuil, la croissance va contre le développement humain — voire contre l'économie elle-même.

Les limites économiques : les fausses promesses de la croissance

La croissance n'a pas permis de résoudre la pauvreté — l'INSEE estime à environ 10 millions le nombre de personnes pauvres en France métropolitaine. La croissance n'a pas permis non plus de réduire les inégalités. Le « paradoxe d'Easterlin » fait référence à une situation où les économies continuent de s'enrichir sans pour autant augmenter le bien-être des citoyens. D'après l'auteur, tout cela prouve que la question fondamentale n'est pas celle de l'augmentation du PIB, mais la question de la répartition. On peut faire disparaître la pauvreté en réduisant les inégalités par la redistribution des richesses existantes. On peut aussi trouver du travail pour chaque demandeur d'emploi sans forcément augmenter la production matérielle.

Les 1 % les plus riches — seulement 51 millions de personnes sur 8 milliards — ont capté 38 % de toute la richesse créée depuis 1995, alors que la moitié la plus pauvre de l'humanité n'en a reçu que 2 %. Les 10 % les plus riches à l'échelle de la planète sont responsables de la moitié des émissions totales de gaz à effet de serre. La symétrie entre richesse et émissions polluantes est presque parfaite.

2.

Le trajet : la décroissance (chapitre V à VI)

Petite histoire de la décroissance

Le chapitre 5 reconstitue la naissance politique du terme « décroissance » — terme dont Parrique impute l'émergence à des auteurs français —, et retrace l'histoire du mouvement de l'objection de croissance à la post-croissance. Il propose une bonne bibliographie commentée et explique pourquoi il a préféré maintenir l'usage du terme de décroissance, avec tout ce que cela implique de polémiques : ce terme souligne la radicalité du virage qu'on se propose d'opérer.

Les termes d'« a-croissance » et de « post-croissance » ont tendance à gommer la charge polémique du terme de décroissance, même si ce dernier tend à s'imposer dans le débat académique. Ce chapitre introduit les grandes figures intellectuelles du mouvement — de Georgescu-Roegen et son principe d'entropie aux économistes de l'état stationnaire comme Herman Daly, en passant par Serge Latouche et sa « décolonisation de l'imaginaire » — et situe la contribution de Parrique dans cette tradition tout en la distinguant des courants les plus anti-économiques.

L'économie de la décrue : opérationnaliser la décroissance

Parrique précise la nature de cette phase de décroissance, rendue nécessaire car l'économie actuelle est en dépassement : elle est trop grande, trop « agitée », trop gourmande en ressources et en énergie pour être entièrement verdie telle quelle. La contrainte de la décroissance est donnée ; il faut alors s'assurer que soient respectés des principes de démocratie, de justice sociale et de bien-être. C'est ce souci qui différencie la décroissance d'une récession : la réduction d'activité est le résultat direct d'un bouquet de politiques, et non pas un événement chaotique subi et désastreux, comme cela peut l'être dans nos économies orientées vers la croissance.

Parmi les nombreuses politiques proposées, il y a des interdictions pures et simples — la publicité —, des politiques de quota — pour partager les vols d'avion restants — ou encore la démonétarisation d'une partie de la production, via l'extension de la gratuité des services publics à de nouveaux secteurs : internet, téléphonie, eau, etc. Tout est pensé pour que la réduction du pouvoir d'achat accompagne la réduction de la production, et soit rendue acceptable par la garantie d'accès aux biens de base, en plus de l'augmentation du temps libre et du renforcement des services écosystémiques.

Les stratégies de décroissance ciblent essentiellement les pays déjà riches en situation de dépassement écologique. L'objectif est de libérer des ressources pour les pays du Sud qui auront besoin de produire et de consommer davantage dans les décennies à venir. C'est la logique de la « contraction et convergence » : décroissance pour les plus privilégiés et croissance pour ceux qui en ont le plus besoin.

Timothée Parrique construit une trajectoire : de l'allègement de l'empreinte écologique à l'harmonie avec la nature, de la planification démocratique au contrôle démocratique des prises de décision, d'une exigence de justice sociale à un partage équitable des richesses, d'un souci du bien-vivre à une prospérité sans croissance. Ces quatre points cardinaux permettent de s'orienter dans la pensée de la décroissance : rapport à la nature, rapport à la démocratie, théorie de la justice, objectif inutilitaire de la vie humaine.

3.

Le projet : la post-croissance (chapitres VII à VIII)

La société post-croissance

Au terme de cette nécessaire décroissance se trouve la société post-croissance, dans laquelle on cherche d'abord à satisfaire des critères de soutenabilité et de convivialité — c'est-à-dire de bien-être des parties prenantes — avant de penser à la productivité. La croissance n'est pas pour autant bannie ; la société y est simplement devenue indifférente. Des innovations peuvent toujours survenir, mais au lieu de servir mécaniquement la production comme aujourd'hui, elles pourraient servir d'autres buts, par exemple la réduction du temps de travail. Une telle économie gouverne par les besoins et non par les prix, via des formes de participations accrues à toutes les échelles de la vie économique : conseils citoyens, coopératives, etc.

On peut également imaginer la généralisation de dispositifs déjà existants — il y a un « déjà-là décroissant » duquel il s'agirait de s'inspirer pour faire basculer l'économie vers la post-croissance. Par exemple, une entreprise peut dès aujourd'hui inscrire dans ses statuts une « mission de production », qui décrit un objectif autre que la rentabilité. Ce principe mettrait fin à la poursuite du profit, pourvu que ne soient créées que des entreprises avec des missions déclarées d'intérêt général par la communauté. La décroissance génère un « triple dividende social » : économie participative, baisse des inégalités et de la pauvreté, meilleure qualité de vie.

Réponses aux douze critiques de la décroissance

Le dernier chapitre recense et répond à douze critiques courantes de la décroissance. En lisant ce dernier chapitre, on admirera le talent de polémiste de l'auteur. Premièrement, Parrique explique à juste titre que toute cette transition doit se faire dans la justice sociale, et donc que ce sont essentiellement et d'abord les riches actuels qui devront

profiter moins d'une croissance qui n'existera plus, et que ce sont ces mêmes riches actuels qui devront renoncer à la plupart des supériorités matérielles, énergétiques et symboliques qu'ils affichent actuellement face au reste de la population.

Ce chapitre répond notamment à des objections récurrentes dans le débat public : la décroissance serait un luxe de pays riches, serait incompatible avec le financement des services publics, conduirait au chômage de masse, serait antidémocratique car imposée d'en haut, ou reviendrait à un retour nostalgique à des modes de vie pré-modernes. Parrique répond à chacune en mobilisant la littérature académique décroissante, tout en maintenant que la transition devra être politiquement construite et non subie.

Conclusion

En souhaitant absolument présenter la décroissance sous un beau jour, Parrique ne concède que difficilement que la transition vers la post-croissance puisse être dure, et omet complètement de présenter les risques qu'elle nous fait courir. Si ce parti pris a quelque chose de galvanisant pour l'imagination, il laisse l'esprit critique sur sa faim. D'autres lecteurs ont souligné que le livre traite la croissance — « l'illimitisme dans un monde limité » — comme étant, antérieurement au capitalisme lui-même, le problème premier, ce qui permet d'élargir la critique sans la réduire à un anti-capitalisme de principe, mais peut aussi conduire à sous-estimer le poids des structures économiques dans la reproduction de la croissance.

L'auteur défend l'argument que la croissance n'est pas une fatalité, mais un choix. Et ce choix s'avère aujourd'hui tout à fait contreproductif : l'économie est devenue une arme de destruction massive. C'est dans cette tension entre rigueur scientifique et ambition militante que réside à la fois la force et la limite du livre — un manifeste académiquement documenté, dont l'audience considérable témoigne de l'aspiration sociale croissante à des alternatives crédibles au paradigme de la croissance.

À propos

LeDoTank

LeDoTank est une association dont la vocation est de chercher à combler le déficit de connaissance et de compréhension de ce que sont les entreprises moyennes ; déficit qui touche tous les champs : gouvernance, RSE, financement, performance sociale, etc.

LeDoTank s'inscrit dans l'écosystème des entreprises moyennes en initiant des projets qui associent entrepreneurs, experts et chercheurs pour mieux identifier leurs enjeux propres et chercher à mettre en avant leur singularité afin de proposer des solutions adaptées. Il s'agit de contribuer au renouvellement de leurs pratiques et d'informer les décideurs des règles du jeu sur les spécificités de ces entreprises.

Pour progresser dans ces différentes voies, leDoTank peut compter sur ses partenaires : ce sont des entreprises ou des organisations consacrant des ressources – financières et/ou humaines – à la recherche de réponses concrètes aux enjeux sociétaux qui touchent leurs marchés ou leur environnement direct, mais aussi plus largement, l'intérêt commun.

Contact leDoTank

Lorraine HARRIS
Déléguée Générale
Lorraine@ledotank.com

Nexia S&A

Nexia S&A est un groupe de 500 professionnels, dont 48 associés, spécialisé en audit, expertise comptable et conseil de la direction financière.

Le groupe et ses équipes apportent à leurs clients, PME, ETI et grands groupes, des solutions créatrices de valeurs dans les domaines comptables, financiers et ESG et les accompagnent pour les mettre en œuvre.

Nexia S&A cultive ses valeurs d'esprit d'équipe, confiance et compétence, et fonde son indépendance sur une totale maîtrise de son capital par ses associés et salariés.

Le groupe poursuit une stratégie de croissance maîtrisée fondée sur la présence de ses associés et managers sur le terrain, une offre de services évolutive, la généralisation du digital, une dimension internationale et le développement de la RSE tant en interne qu'au service de ses clients.

Nexia S&A exprime sa responsabilité sociétale dans sa gouvernance et ses pratiques managériales, et est très heureux d'accompagner leDoTank dans sa mission.

Contact Nexia S&A

Olivier JURAMIE
Associé – Directeur Général
o.juramie@nexia-sa.fr

La collection "Lu pour vous"

- n°1 : Les marchés à l'épreuve de la morale
- n°2 : La nouvelle question laïque. Choisir la République
- n°3 : Les relations marchandes face au don
- n°4 : Économie utile pour des temps difficiles
- n°5 : Peut-on penser une liberté sans abondance ?
- n°6 : La loi de 1905 n'aura pas lieu. Histoire politique des séparations des Églises et de l'État (1902-1908)
- n°7 : La gouvernance par les nombres
- n°8 : Le capital au XXI^e siècle
- n°9 : Refonder l'entreprise
- n°10 : Les Marchands et le Temple
- n°11 : La société selon Friedrich Hayek
- n°12 : Humanité. Une histoire optimiste
- n°13 : Effondrement. Comment les sociétés décident de leur disparition ou de leur survie
- n°14 : Printemps silencieux
- n°15 : La crise de l'État-providence
- n°16 : Enrichissement
- n°17 : Terre-Patrie
- n°18 : Temps, économie et modernité
- n°19 : Les révoltes du ciel
- n°20 : La Voie pour l'avenir de l'humanité
- n°21 : L'État ou la violence maîtrisée
- n°22 : Le capitalisme d'héritiers. La crise française du travail
- n°23 : L'impossible automation
- n°24 : L'État consacré par le risque
- n°25 : La 6^e extinction : Comment l'Homme détruit la vie
- n°26 : Le principe de solidarité
- n°27 : Le mythe du déficit. Vers une économie du peuple
- n°28 : La logique de l'honneur. Gestion des entreprises et traditions nationales
- n°29 : Représenter et gouverner. Une histoire de l'élection
- n°30 : Exit, voice, loyalty. Défection et prise de parole
- n°31 : Les désordres du travail. Enquêtes sur le nouveau productivisme
- n°32 : Une histoire des règles en Occident
- n°33 : La fabrique du consommateur. Une histoire de la société marchande
- n°34 : La naissance du principe de précaution. Responsabilité de l'avenir et avenir de la responsabilité
- n°35 : Le travail pressé. Pour une écologie des temps du travail
- n°36 : Penser les risques du progrès. Sociétés du risque et modernité réflexive
- n°37 : Le nouvel esprit du capitalisme
- n°38 : Les besoins artificiels. Comment sortir du consumérisme
- n°39 : De l'inégalité parmi les sociétés. Essai sur l'homme et l'environnement dans l'histoire

- n°40 : Peut-on faire de la nature un sujet de droit ?
- n°41 : La mort des sorcières et la mort de la nature
- n°42 : Le maniement des hommes. Essai sur la rationalité managériale
- n°43 : Contre-atlas de l'intelligence artificielle
- n°44 : Le travail. Une valeur en voie de disparition ?
- n°45 : Les femmes ont toujours travaillé. Une histoire du travail des femmes aux XIX^e et XX^e siècles
- n°46 : Les métamorphoses du paternalisme. Histoire, dynamiques et actualité
- n°47 : L'État ou la lisibilité du monde
- n°48 : Rompre le silence du monde. Pour une écologie des sens et des relations
- n°49 : L'Âge du capitalisme de surveillance Les données, or noir du XXI^e siècle
- n°50 : Ni dieu ni IA. Une philosophie sceptique de l'intelligence artificielle
- n°51 : Conflits et résistances au travail
- n°52 : La Mystique de la croissance. Comment s'en libérer
- n°53 : Tétranormalisation : défis et dynamiques
- n°54 : La condition terrestre. Crise écologique et crise de la modernité
- n°55 : Échapper à la modernité
- n°56 : Le champignon de la fin du monde. Vivre dans les ruines du capitalisme
- n°57 : Les rythmes du labeur Enquête sur le temps de travail en Europe occidentale. XIV^e-XIX^e siècles
- n°58 : Guerre et paix à l'âge écologique
- n°59 : Croissance, décroissance, post-croissance