PENSEZ À L'ÉTRANGER
Être libre, est-ce faire ce que l'on veut ?

FOCUS PHILOSOPHE
Jean-Paul Sartre : « L'existence précède l'essence »

VIE QUOTIDIENNE
Que devient l'ennui à l'ère des écrans ?

Question DE PHILO

MAI
JUIN
JUILLET
2026
N°39



L 11152 -39- F: 7,50 € -RD

PHILOSOPHER À L'ÈRE DU NUMÉRIQUE

La connaissance en un clic ?

Retrouvez le meilleur
de tous nos univers passion

Abonnement magazine - Collections - Shopping



Retrouvez-les ici !

mon-kiosque.fr

4_117665874

PHILOSOPHER À L'ÈRE DU NUMÉRIQUE, *opposition ou continuité*

L'arrivée du numérique a tout changé. Dans nos gestes les plus banals du quotidien, comme dans nos décisions les plus importantes. Dans notre manière de communiquer, de consommer, de nous informer, mais aussi de penser. Nous achetons davantage sur Internet qu'en boutique. Nous ne demandons plus à nos proches des conseils, nous interrogeons un moteur de recherche ou une intelligence artificielle. Dorénavant, nous pouvons passer l'aspirateur sans le faire nous-mêmes et même sans être présents à la maison. Cette troisième et grande révolution n'a pas seulement transformé nos outils, elle a modifié nos habitudes mentales. Elle cherche à notre place. Elle écrit à notre place. Elle pense à notre place.

Mais alors, une question subsiste : sommes-nous encore capables de réfléchir par nous-mêmes ? Car la philosophie est par essence la discipline qui vise à questionner notre monde, à douter, à penser par nous-mêmes. Alors comment réfléchir dans un monde où tout le monde partage son opinion sur les réseaux sociaux ? Dans un monde où les algorithmes programment déjà la prochaine vidéo sur notre feed. Dans un monde où les tendances s'enchaînent si vite que nous ne nous sentons jamais « à la mode ». Sommes-nous devenus le fruit des réflexions d'autrui ? Est-ce que je pense par moi-même ou est-ce que j'ai délégué une partie de mes pensées aux algorithmes ? Mais plus encore : y aurait-il une véritable opposition entre la philosophie et le numérique ? Ou, au contraire, peut-il y avoir une sorte de continuité ?

Il est évident que nous pouvons encore philosopher par nous-mêmes, sans avoir besoin de l'aide d'une IA ou de recherche sur Internet. Mais le numérique peut être un pont vers la philosophie. Par les réseaux sociaux, par des vidéos sur YouTube ou encore des podcasts, la philosophie se diffuse. Elle peut susciter des questions, ouvrir des débats. Nous pouvons même voir là une nouvelle façon de philosopher. Penser via le numérique. À condition de savoir faire la distinction entre pensée véritable et information accumulée sur le Net. « Aie le courage de te servir de ton propre entendement », disait Kant. Peut-être que philosopher à l'ère du numérique, ce n'est pas refuser la technologie mais plutôt apprendre à bien l'utiliser.

4_117665874

SOMMAIRE
QUESTION DE PHILO

N°39







6 *Actus*

10 *Shopping*
10 objets pour penser lentement et réfléchir plus

12 *Culture philo*
Livres, podcasts, films et séries

18 *Le mantra du mois*

20 VIE QUOTIDIENNE
Que devient l'ennui à l'ère des écrans?

80 FOCUS PHILOSOPHE
Jean-Paul Sartre

86 PENSEZ À L'ÉTRANGER
Être libre, est-ce faire ce que l'on veut?

88 LA PHILO DES ENFANTS
Peut-on se passer de chef?

26 DOSSIER
Philosopher à l'ère du numérique

28 Intro

30 Quand le numérqiue met la pensée à l'épreuve

36 Une pensée distribuée

40 Internet sait tout, mais dit-il vrai?

44 Allô, robot, bobo

50 Internet: l'eldorado de la liberté?

54 L'effet du numérique sur notre cerveau

59 Moi, mon identité et mon show numérique

64 Philo sur les réseaux

70 La philosophie dénaturée par le numérique?

76 La volonté face à l'ère de l'IA

92 *Le mantra du mois*

94 *Jeux*

Avec Grands Reportage #550

Voyagez d'une autre manière !



Un ouvrage à retrouver dans les kiosques ou sur mon-kiosque.fr

FRANCE MÉDIA ÉDITIONS

4_117665874

ACTU
PHILO



© Friend

Toujours près de vous

« Je ne laisserai jamais de vaisselle dans l'évier », « Je regarderai tous les épisodes avec toi » ou encore « Je m'assois en terrasse même en hiver avec toi » : voici ce que les Parisiens pouvaient lire dans les stations de métro. Une campagne publicitaire pour un collier-pendentif doté d'une IA. Un nouvel ami numérique équipé d'un micro, capable d'envoyer des messages en temps réel sur le téléphone de l'utilisateur. Une innovation qui se présente comme un nouveau compagnon de route à chaque moment de vie, remplaçant nos vrais proches. La start-up Friend, auteur de cet objet, avait déjà été vivement critiquée lors d'une vaste campagne d'affichage à New York à l'automne 2025.

Technologie

EN VOITURE SOCRATE !

Vous allez pouvoir désormais discuter de philosophie avec votre Tesla. Un assistant conversationnel, intégré à la voiture, a été développé par la société d'Elon Musk. Physique ou encore philosophie, l'IA peut discuter de tout.

Entre 2023 et 2024, près de 6 870 livres ont été retirés des enseignements américains.



© Jambulart - stock.adobe.com



Le Banquet, Anselm Feuerbach, Wikicommons.

Platon, exclu de la classe

Jugé trop woke, le *Banquet* de Platon a été interdit dans une université au Texas. Un professeur de philosophie, Martin Peterson, a été obligé de retirer des lectures platoniciennes de son cours. L'œuvre en question est une série de discours, mettant en scène plusieurs interlocuteurs. Chacun son tour, ils livrent une argumentation sur Éros, le dieu de l'amour et du désir. Ce qui poserait problème: des passages de sexe sont évoqués dans le livre. Ce annissement est affilié à un mouvement de prohibition de certains ouvrages. Entre 2023 et 2024, près de 6 870 livres ont été retirés des enseignements américains, selon l'association de défense de la liberté d'expression (PEN America). *Orange mécanique, La Servante éclatée* ou encore *Le Meilleur des mondes* font partie des œuvres retirées des bibliothèques.

Événement

RETOUR À L'AGORA

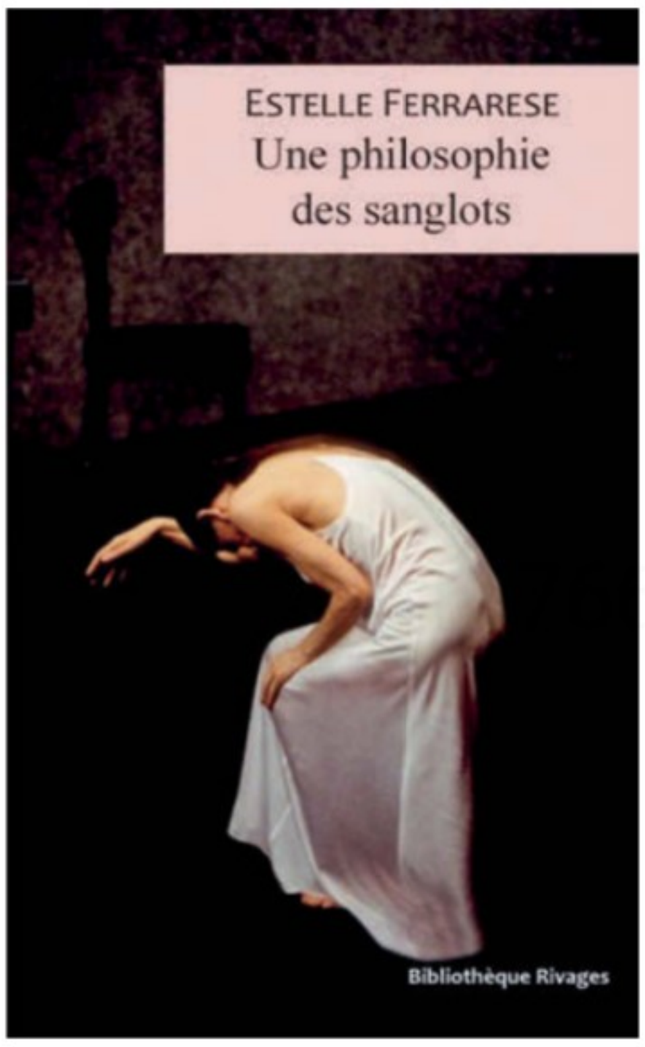
Le Forum de Philo-Le Monde au Mans a fait son retour, du 30 janvier au 1er février, pour sa 37e édition. Trois jours d'échanges avec des écrivains, des philosophes, des politiques sur la thématique : «Espérer, malgré tout?» Dans cette actualité difficile, notamment marquée par les guerres, l'espoir peut sembler avoir déserté notre quotidien. Au total, cette année, ce sont plus de 1 700 personnes qui étaient présentes pour cettenouvelle édition.

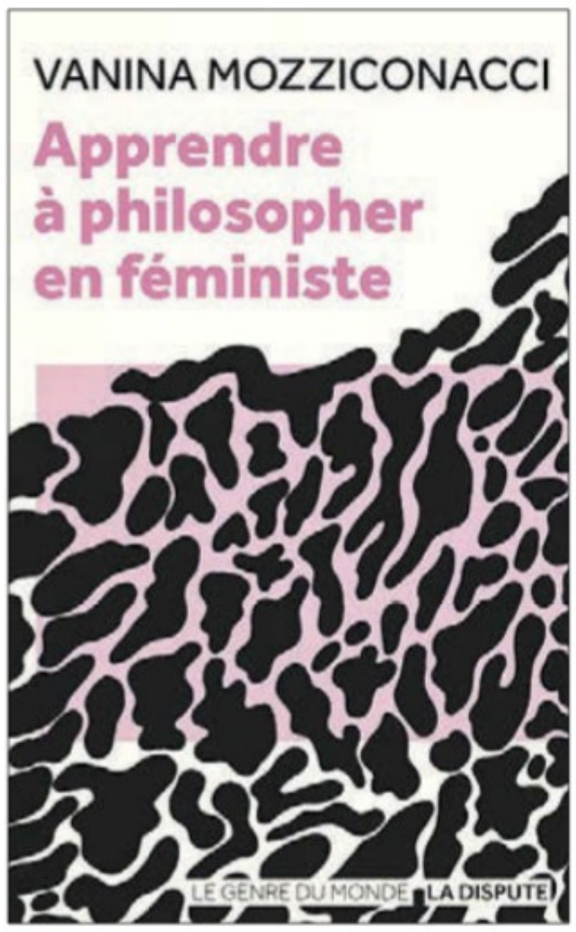
4_117665874

En 2025, 80 % des enseignants français n'ont reçu aucune formation à l'IA

Récompense philosophique

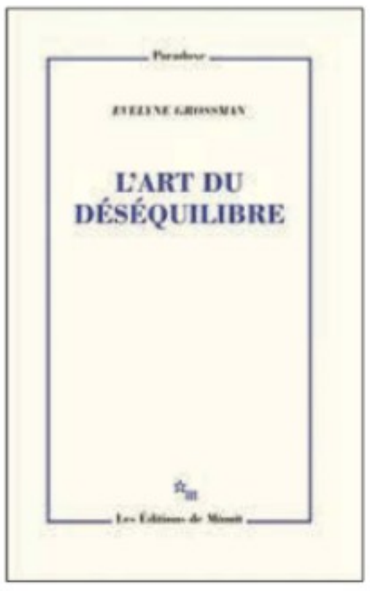
La sélection pour le prix PhiloMonaco de l'essai 2026 a été dévoilée. *Penser les violences sexuelles*, *La Parole aux machines* ou encore *Apprendre à philosopher en féministe* font partie des dix ouvrages choisis. Pour décerner ce prix, un jury composé de personnalités philosophiques reconnues, avec à sa tête Robert Maggiori (auteur d'*Archipel des passions*), sera présent. Selon le comité, l'ouvrage gagnant «*doit sortir du sillage universitaire ou académique proprement dit sans cependant se réduire à un livre de vulgarisation*». La récompense sera remise le 25 juin à Monaco. L'an dernier, Franck Fischbach avait remporté cette distinction pour son roman *Faire ensemble – Reconstruction sociale et sortie du capitalisme*.

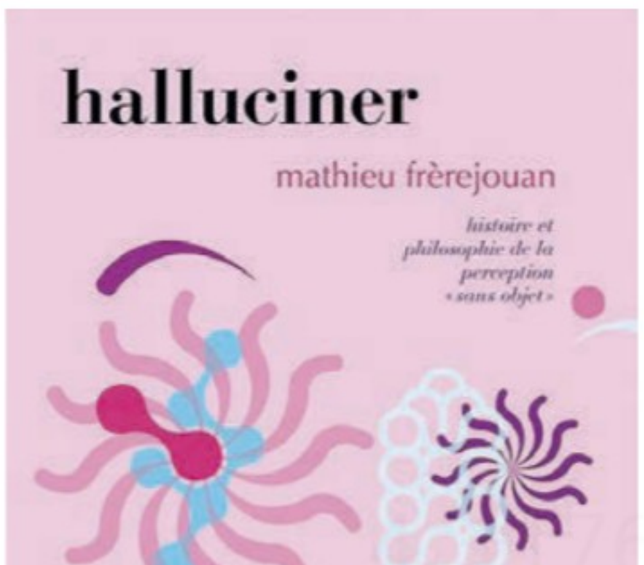


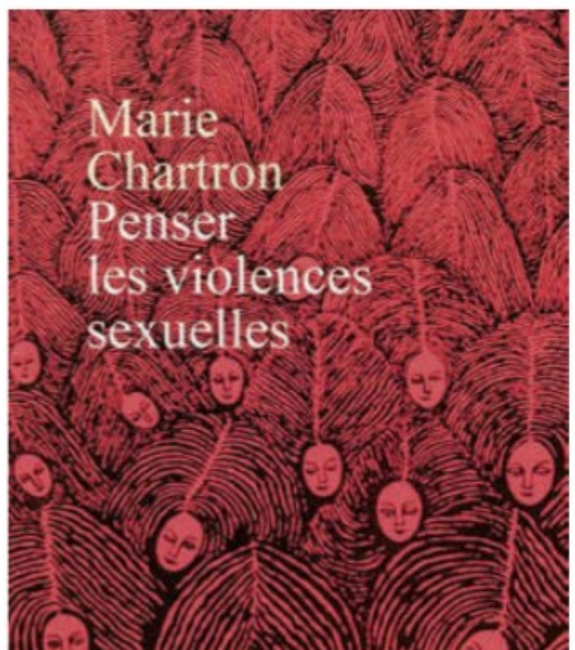














© Rock'n'Philo

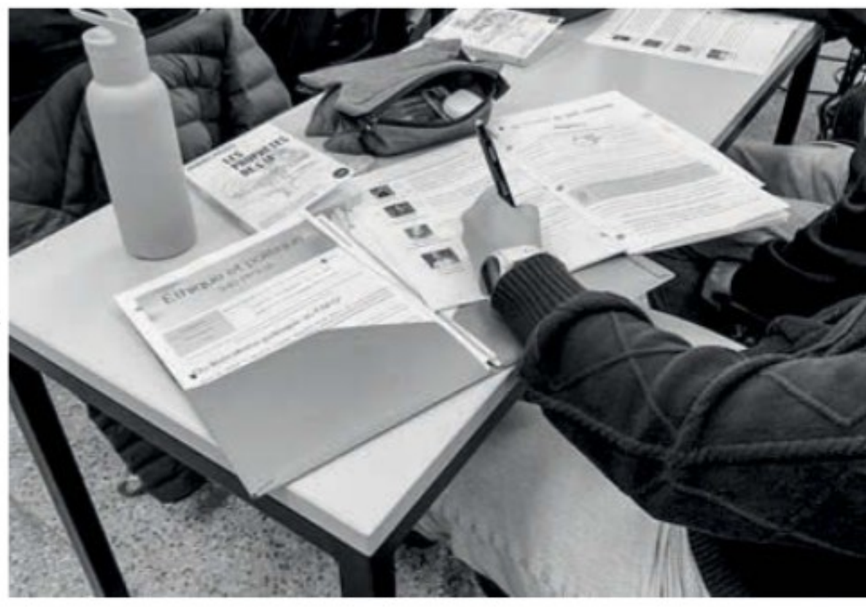
Culture

UNE SAGESSE MÉLODIEUSE

Depuis 2011, Francis Métivier a choisi d'utiliser la musique pour illustrer des notions de philosophie. Ce chanteur livre sur scène des conférences-concerts: une alternance entre dialogues et performances musicales. Par exemple, pour le thème de l'humanité, il a choisi d'interpréter «Un autre monde» du groupe Téléphone. Pour ce début d'année, il continue de sillonner la France avec de nouveaux programmes: «Les machines» ou encore «Descartes et la déconstruction».

Quand l'IA et la philo cohabitent

Intégrer l'IA dans un cours de philosophie, c'est ce qu'a réussi à faire Noémie Verhoef, une enseignante au Canada. Inspiré de «Donjons et Dragons» (un jeu de rôle où chacun doit résoudre des quêtes et combattre des forces du mal), «Philo et Chaos» est un jeu où les élèves doivent créer un personnage. Caractéristiques, valeurs morales, ils s'inventent une nouvelle personnalité numérique. Puis ils soumettent leur avatar à une IA (ayant le rôle du maître du jeu) qui leur donnera une situation bien précise avec un dilemme. En équipe, ils devront alors décider de l'issue de la partie. Une nouvelle façon de travailler qui mélange innovation, cohésion et cas pratique, tout en révisant des notions de philosophie. Pour cette enseignante, c'est un grand pas en avant d'utiliser l'IA dans l'enseignement. Selon l'étude de Go Student, en 2025, 80 % des enseignants français n'ont reçu aucune formation à l'IA.



© Radio-Canada / Laurence Frappier

Réfléchir un PEU PLUS *Penser plus* LENTEMENT

PAR LA RÉDACTION

Notre monde s'accélère, tout va si vite ! Il est temps de prendre le temps, alors voici notre sélection pour penser plus lentement et réfléchir un peu plus.



CASSE-TÊTE : ESCAPE ROOM DANS UNE BOÎTE L'ÉPREUVE DE CAMELOT

BIEN LONG, BIEN FRUSTRANT, IL SAURA VOUS RETOURNER LE CERVEAU.

39,99 € • cluebox-puzzle.fr



MONTRE SANS AIGUILLES À BILLES MAGNÉTIQUES

SANS CHIFFRES, SANS AIGUILLES, VOUS DEMANDER L'HEURE N'AURA JAMAIS ÉTÉ AUSSI LONG !

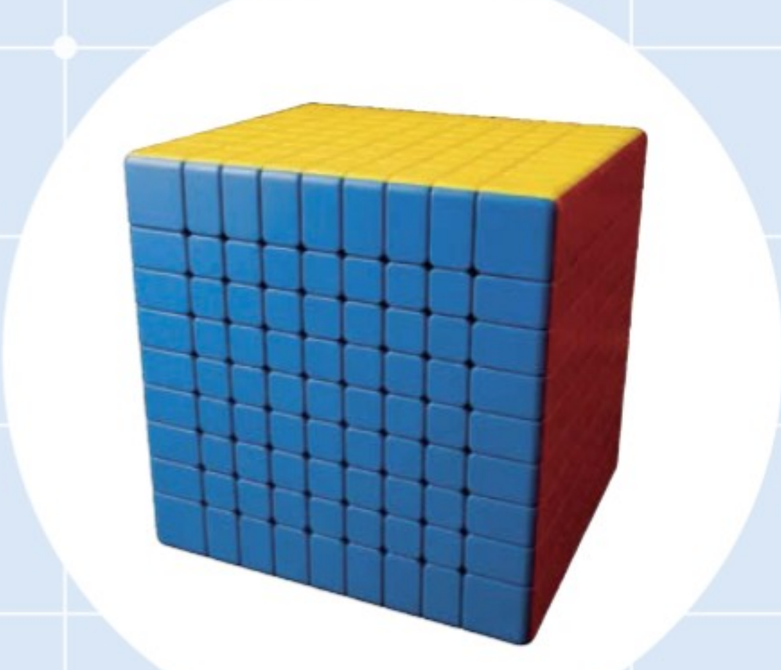
89,90 € • laboutiquedeshommes.com



MACHINE À ÉCRIRE OLYMPIA CARREA DE LUXE

PRATIQUE POUR PRENDRE DES NOTES EN COURS OU EN RÉUNION !

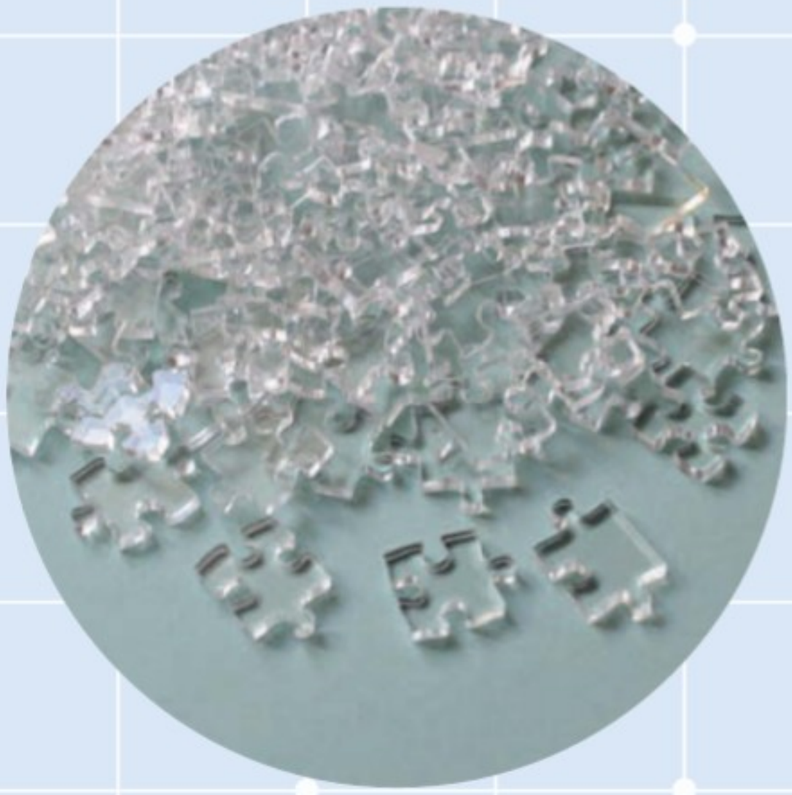
436,50 € • inkstore.fr



RUBIK'S CUBE GIGAMINX

AMÉLIORER VOTRE COORDINATION ŒIL-MAIN-MÉMOIRE, AVEC SES 12 FACES, TOUT EN VOUS CASSANT LA TÊTE.

69,90 € • tete-dure.com



PUZZLE TRANSPARENT CASSE-TÊTE – 144 PIÈCES

UN JEU OÙ LE TEMPS VOUS SEMBLERA LONG, SURTOUT SI VOUS PERDEZ UNE PIÈCE !

37 € • shop.rangetesjouets.com



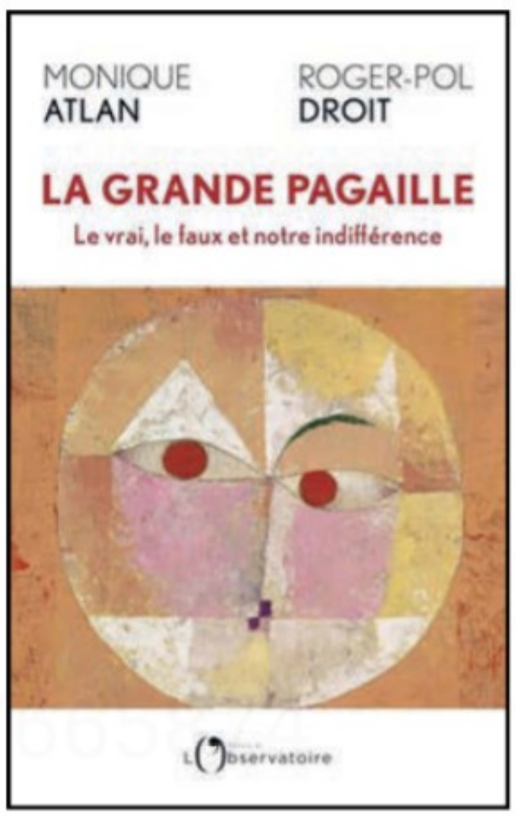
TÉLÉPHONE À CLAPET SAMSUNG C3595 DÉBLOQUÉ

IDÉAL POUR PRENDRE LE TEMPS D'ÉCRIRE UN LONG MESSAGE.

119 € • backmarket.fr

Sur la table DE CHEVET

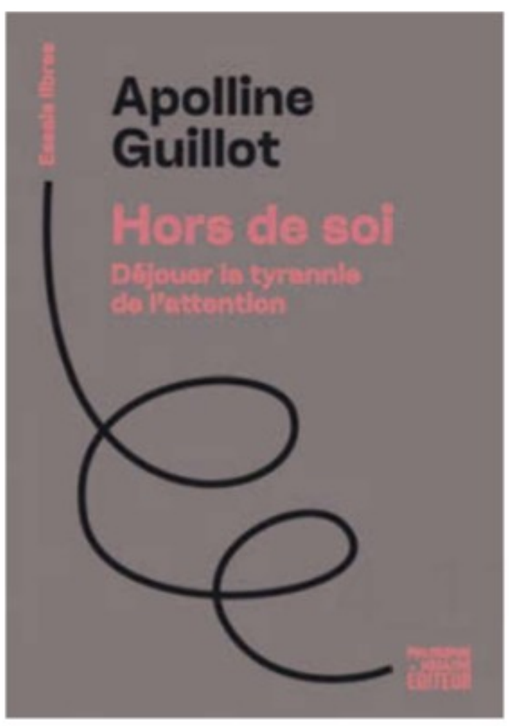
PAR LA RÉDACTION



La grande pagaille

Monique Atlan - Édition L'observatoire - 22 €

Pour Monique Atlan, nous vivons dans un vrai, faux permanent. Entre deepfakes, désinformation et récits complotistes, les repères traditionnels de la vérité se fragilisent. Mais alors comment vivre avec cette pagaille ? Vient-elle avec l'essor du numérique ou d'une mutation du rapport au savoir ? Cet ouvrage aborde ce désordre, ses causes et ses conséquences.



Hors de soi : Déjouer la tyrannie de l'attention

Apolline Guillot - Édition Philosophie Magazine - 20€

"C'est comme si une meute de chiens, fatiguée de tourner en rond, guettait que se libère le moindre espace dans mon cerveau". Nous sommes souvent réprimandés pour notre manque d'attention, mais en réalité ne serait-elle pas nécessaire à notre existence ? Dans ce livre, l'auteur invite à reconsidérer la dispersion non pas comme une faiblesse mais comme une ouverture vers les autres.



Vivre enfin

François Jullien - Édition Plon - 19 €

Dans cet ouvrage, François Jullien s'interroge sur le sens même de la vie. Entre la routine, les obligations et les illusions, que signifie réellement "vivre" ? Un livre qui invite à prendre du recul sur nos habitudes et à repenser le sens de notre existence.

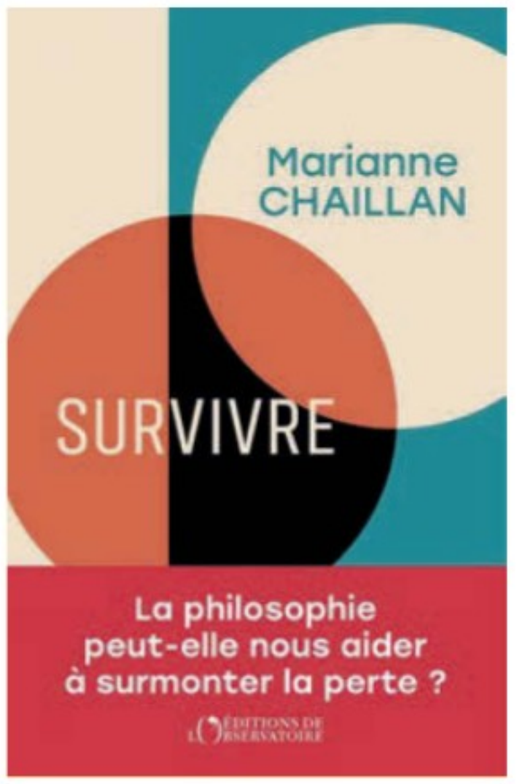
Les émotions démocratiques

Martha Craven Nussbaum -
Édition Flammarion - 10,70 €

Et si les régimes démocratiques n'étaient pas fondés, uniquement, sur des institutions et des lois, mais sur des émotions ? Voici la thèse de Martha Craven Nussbaum dans ce livre. Amour, empathie et compassion seraient nécessaires pour atteindre ce type de régime. Via l'école, l'art et la culture, chaque citoyen pourrait travailler sur ces émotions collectives. Sans cela, des sentiments de peur, de honte et de rejet pourraient surgir entraînant un effondrement de ce système.

"Entre la routine, les obligations et les illusions, que signifie réellement "vivre ?"

VIVRE ENFIN, FRANÇOIS JULLIEN



Survivre : La philosophie peut-elle nous aider à surmonter la perte ?

Marianne Chaillan -
Édition L'observatoire - 21 €

Comment survivre quand on a le coeur empli des inflexions des voix très chères qui se sont tues?". Dans ce livre, Marianne Chaillan démontre que la philosophie peut être un soutien face à des épreuves telles que le deuil. A travers des idées de grands penseurs et des exemples de la culture contemporaine, l'auteur nous fait réfléchir à la fragilité de la vie. Comprendre ces expériences et apprendre à vivre malgré la douleur serait possible grâce à la philosophie.

La playliste DU MOIS

PAR LA RÉDACTION



Hannah Arendt, la liberté de philosopher : Arendt et la démocratie

↦ France Culture

Ce podcast consacré à Hannah Arendt explique comment la philosophie est une activité essentielle pour comprendre le monde et exercer sa liberté. Pour cette penseuse du XXe siècle, la liberté n'est pas individuelle mais bien collective. Elle tire son inspiration notamment des Grecs et des Romains, lors des débats autour de la vie politique. Pour elle, pas de doute, la démocratie est un lieu de pluralité où chacun peut exprimer son opinion.

Dino Buzzati : la philosophie du K

↦ Parole de philosophe

Pouvons-nous renoncer à ce que nous désirons ? Nos peurs sont-elles façonnées par autrui ? Y a-t-il un bon moment ? Voici les questions abordées dans le conte philosophique intitulé Le K, de Dino Buzzati. Une histoire qui raconte la vie d'un jeune marin, Stefano, poursuivi par un requin à travers toutes les mers du globe. Pourtant, est-ce que ce requin lui voulait du mal ? A travers cette légende, ce podcast interroge le sens de notre existence.



“Prendre le temps devient alors une façon de résister à la pression.”

UNE PHILOSOPHIE, LE PODCAST DE CHARLES PÉPIN



Et si nous ralentissions enfin ?

↦ Une philosophie, le podcast de Charles Pépin

Face à l'obsession de la performance, savoir ralentir permet de mieux penser, de savourer chaque moment. Prendre le temps devient alors une façon de résister à la pression. Selon l'auteur, Charles Pépin, c'est un moment pour soi qui favorise la créativité mais également les relations humaines. Un podcast qui sera comme une virgule dans votre quotidien.

L’homme est un roseau pensant

↦ Les punchlines de la philo sur France Inter

Si vous n’aviez qu’une seule chose à retenir de ce podcast ce serait que : "L’homme n’est qu’un roseau, le plus faible de la nature”. Dans cette chronique, Thibaut de Saint Maurice décrypte une citation de Blaise Pascal. Dans cette pensée, le philosophe montre la fragilité de l’être humain face à son orgueil, à son égo. Pourtant, cette vulnérabilité, l’homme en est conscient. Plus qu’un simple podcast, c’est une piqûre d’humilité. Une leçon pour vivre avec lucidité notre existence.





Interdiction des réseaux sociaux aux mineurs : une philosophie technologie

↦ Le Phil d’Actu

Emmanuel Macron a annoncé le 30 janvier, l’interdiction des réseaux sociaux pour les mineurs de moins de 15 ans, dès septembre 2026. La France devient, désormais, le premier pays européen à adopter cette mesure. Dans ce podcast, Alice de Rochechouart utilise la pensée du philosophe Gilbert Simondon pour interroger la place de la technologie dans notre société actuelle. Interdire est-ce la meilleure option ? Le problème est-il seulement chez les personnes de moins de 15 ans ?



Sur les ÉCRANS

PAR LA RÉDACTION

Rental Family

Comédie dramatique (1h50) - Réalisé par Hikari, avec Brandon Fraser - Sortie en 2025

Jouer des rôles de proches de substitution à des inconnus, voici le travail de Phillip Vandarploeug. Cet acteur américain installé à Tokyo peine à faire décoller sa carrière. Déboussolé et seul, il accepte l'offre d'une agence japonaise de « familles à louer ». Petit à petit, Phillip commence à tisser des liens avec ses « proches d'un jour », sortant lui-même de son isolement… jusqu'à en oublier que ce n'est qu'un travail. Entre sentiment d'appartenance, mélancolie et situations insolites, ce long métrage nous fait ressentir toutes les émotions. Un film de la réalisatrice japonaise Hikari qui dépeint un phénomène très présent depuis les années 80 dans son pays d'origine : l'essor du sentiment de solitude. Dans la vraie vie, des entreprises de familles à louer existent sur l'île du Soleil Levant. Une œuvre portée par Brandon Fraser (Oscar du meilleur acteur pour *The Whale* en 2023) dans un décor de carte postale, aux couleurs lumineuses, où une réalité si sombre s'offre à nos yeux.

Aucun autre choix

Comédie noire (2h19) - Réalisée par Park Chan-wook - Sortie en février 2026

You Man-su est un homme heureux. Père de famille, mari aimant, cadre dans une usine de papier, la vie est belle pour lui. Mais, du jour au lendemain, son quotidien bascule quand il apprend qu'il est licencié. Il part donc à la recherche d'un nouveau poste, et très vite, il est confronté à la difficulté du marché du travail. Pour retrouver son train de vie, il n'a pas d'autre choix… il va devoir tuer ses concurrents. Dans cette nouvelle adaptation du roman *Le Couperet* de Donald E. Westlake, le scénariste et réalisateur sud-coréen Park Chan-wook livre une critique sur la technologie, le statut social et la lutte des classes.



Pour retrouver son train de vie, il n'a pas d'autre choix... il va devoir tuer ses concurrents

AUCUN AUTRE CHOIX

Sa Majesté des mouches

Mini-série (4 épisodes) - Réalisée par Marc Munden - À voir sur la BBC

Échoués sur une île tropicale, un groupe d'enfants est livré à lui-même. Sans adultes, loin des lois et des principes moraux, ils vont devoir cohabiter ensemble et créer une nouvelle société. Peu à peu, des rivalités vont éclater, faisant naître des comportements violents. La société qu'ils avaient créée s'effondre, laissant les garçons sombrer dans la sauvagerie. La série montre ainsi la fragilité de la civilisation et la part sombre de chaque être humain.





Million-Follower Detective

Série (1 saison) - Réalisée par Shaun Su - À voir sur Netflix

À Taipei, dans un monde dominé par les réseaux sociaux, un influenceur est abattu par un policier lors d'un incident devant le commissariat. Quelques heures avant le drame, une certaine « Baba la sorcière », une voyante, avait prédit sa mort et celle d'autres personnes. Des prophéties qui se transforment en réalité. L'inspecteur Chen Chia-jen, spécialiste des crimes numériques, mène alors l'enquête. Entre manipulations et mensonges, il découvre un réseau secret de célébrités en ligne. Une série qui interroge sur la vie privée, la mise en scène sur les réseaux sociaux et les dangers de la popularité.

«L'esprit de progrès n'est pas toujours un esprit de liberté, car il peut chercher à imposer le progrès à un peuple réticent ; et l'esprit de liberté, quand il résiste à de tels efforts, peut s'allier localement et temporairement aux adversaires du progrès ; mais la seule source d'amélioration intarissable et permanente du progrès est la liberté, puisque grâce à elle, il peut y avoir autant de foyers de progrès que d'individus»

DE LA LIBERTÉ – JOHN STUART MILL



© Pauline Ongaro

VIE QUOTIDIENNE
PHILO



© 2012 Everett Collection/Shutterstock.

Que devient l'ennui À L'ÈRE DES ÉCRANS ?

À force de vivre connectés, nous avons fait de l'activité continue une norme. Plus rien, ou presque, ne semble devoir rester vacant. L'ennui recule, éclipsé par notre regard aimanté aux écrans, mais cette victoire est trompeuse. En effaçant ces moments de creux, c'est une part précieuse de notre vie intérieure que nous sacrifions au profit d'une présence saturée.

L'écran ou l'exil de l'ennui

À l'ère du tout-numérique, les temps morts ont presque disparu de notre quotidien. La moindre seconde de répit est aussitôt absorbée par le reflet d'un écran, dans un geste si familier qu'il ne répond plus à aucun besoin précis. Nous faisons défiler des contenus par pur réflexe, cherchant moins à nous informer qu'à fuir l'ennui. L'objet technologique ne sert donc plus seulement à communiquer ou à se distraire : il devient un rempart contre l'inoccupation. Ce glissement discret en dit long sur notre époque. Là où l'esprit pouvait jadis flotter un instant, •••

4_117665874

il est, désormais, capté par une stimulation extérieure. En nous épargnant l'attente, le silence ou le vide, l'écran nous soustrait à ce face-à-face avec nous-mêmes que les pauses ordinaires rendaient possible. Peu à peu, l'inactivité, pourtant banale, devient une épreuve, comme si chaque minute devait être occupée, voire rentabilisée. Une attention sans repos s'installe alors, dictée par le rythme des notifications. Ce changement ne modifie pas seulement nos habitudes : il transforme notre expérience de la temporalité. Nous ne cherchons plus à habiter la durée, mais à la saturer, au risque de voir s'effacer une expérience plus précieuse qu'il n'y paraît. Car ce temps vacant, que notre époque supporte si mal, a pourtant nourri une réflexion philosophique bien plus riche qu'on ne l'imagine.

À l'école des penseurs

Pendant des siècles, l'ennui n'a pas été considéré comme un manque à combler, mais comme une expérience digne d'être interrogée. Les philosophes y ont décelé un moment révélateur de notre rapport au temps et à l'existence. Chez Pascal, cette lassitude trahit d'abord notre incapacité à demeurer seuls en notre propre compagnie. À travers le concept de « divertissement », il démontre que nous cherchons sans cesse à nous détourner de notre condition, préférant n'importe quelle agitation au tête-à-tête avec soi. De ce point de vue, nos écrans ne font que prolonger une tentation ancienne : celle de fuir le silence et l'inconfort intérieur. Schopenhauer, pour sa part, érige l'ennui en dimension constitutive de la condition humaine. Dès que le désir cesse de nous porter vers un but, le vide surgit, dévoilant notre désarroi lorsque rien ne nous presse ni ne nous manque immédiatement. Pourtant, avec Kierkegaard, la perspective s'éclaire… L'ennui n'est plus seulement une épreuve de vacuité, il devient un point de départ. Il ouvre un espace à l'imagination et à une forme de créativité souterraine. Autrement dit, cet apparent repos n'est pas forcément stérile ; il est ce moment discret où une pensée mûrit et cherche sa forme. Si ces penseurs divergent, tous s'accordent à prendre l'ennui au sérieux, loin d'une simple gêne passagère. Dès lors, une question s'impose : si cet état peut être si fécond, que sacrifions-nous réellement en cherchant à l'effacer de nos vies ?

La conquête du temps libre

C'est là tout l'enjeu : mesurer ce qui s'efface quand le vide disparaît. Désormais, chaque moment libre est aussitôt rempli, et les occasions de laisser retomber l'agitation ou de prendre du recul s'amenuisent. Ces instants où l'esprit passait librement d'une idée à l'autre se font plus rares. Or ce vagabondage mental n'a rien d'inutile : il nourrit les associations d'idées, les intuitions et les trouvailles. Toutes les pensées ne naissent ni de l'effort ni de la concentration ; certaines apparaissent justement dans les temps creux, lorsque l'esprit cesse un moment d'être tendu vers un but précis. En saturant ainsi ces espaces, nous laissons moins de place à la maturation lente des idées. Nous réduisons également ces moments où, faute d'être distraits, nous nous retrouvons face à nous-mêmes. En effet, l'ennui fait parfois émerger une émotion, une question de fond •••

4_117665874



© 2024 Master1305/Shutterstock

LES VERTUS DE L'ENNUI

1. Vous restaurez votre équilibre nerveux :
les moments d'inactivité sont essentiels pour évacuer la charge mentale accumulée. Ils vous offrent une véritable décompression psychique, vous préservant du bruit de fond et de la sollicitation permanente de votre esprit.

2. Vous faites mûrir votre intuition :
si vous vous sentez bloqué devant une impasse, accordez-vous une parenthèse de silence absolu. L'ennui agit alors comme un processus de décantation : en relâchant la pression cognitive, il permet à votre idée juste de resurgir. C'est dans ce repos forcé que votre pensée crée ses plus belles connexions.

3. Vous écoutez vos besoins profonds :
vous ne confondez plus la rêverie qui régénère avec la lassitude qui sature. Si la première est pour vous une évasion féconde, la seconde agit comme un réveil de la conscience. Cet ennui-là vous avertit qu'une situation ne vous nourrit plus et qu'il est temps de réorienter vos priorités.

4. Vous gagnez en force intérieure :
cette maîtrise de l'inactivité vous libère. Vous ne dépendez plus de stimuli immédiats pour habiter pleinement le présent. Loin d'être du temps perdu, ce retrait devient votre meilleure façon de reprendre possession de votre vie intérieure.

L'ART DE LA DÉCONNEXION

1. Instaurez un rituel quotidien :
pour briser l'automatisme, appuyez-vous sur des repères durables. Quelques minutes sans écran au réveil ou durant un trajet suffisent à modifier la structure de votre journée. Ce cadre agit comme un levier : il rééduque votre attention en désactivant le réflexe de consultation immédiate.

2. Éloignez l'objet de votre regard :
la dépendance numérique est souvent une affaire de proximité physique. En déposant votre téléphone dans une autre pièce, vous brisez la tyrannie de l'accès instantané. Cette mise à l'écart libère votre champ de vision : ce qui est hors de portée sollicite moins votre cerveau et apaise votre réactivité.

3. Choisissez la présence réelle :
ne craignez pas le vide laissé par l'écran. Redécouvrez le plaisir d'un support physique : tournez les pages d'un livre, dessinez sur un carnet. Ce retour à des occupations tangibles vous permet de retrouver une connexion directe au monde.

4. Apprivoisez le manque :
les premières minutes sans distraction peuvent sembler déroutantes. Pour éviter de reprendre aussitôt votre téléphone, donnez-vous une consigne très concrète : marcher cinq minutes, faire quelques pas, ranger un objet, boire un verre d'eau. Ces gestes simples aident à traverser l'envie sans se laisser happer.

ou une prise de conscience que l'agitation tenait jusque-là à distance. Nous restons occupés, mais souvent plus éloignés de ce que nous ressentons, de ce que nous cherchons, de ce qui nous traverse. Le temps lui-même change alors de visage : il n'est plus une durée à habiter, mais une suite d'instants à remplir. Et lorsque l'esprit ne rencontre plus de silences, il dispose de moins d'espace pour rêver ou imaginer librement. Il ne s'agit pas d'idéaliser l'ennui ni de condamner les écrans, mais de rappeler qu'un monde sans temps morts risque d'appauvrir notre vie intérieure. À vouloir éliminer l'ennui à tout prix, nous risquons de perdre une certaine manière de penser, de rêver et d'habiter le temps…

PAR SARAH ELLERO

TROIS QUESTIONS À

Elsa Godart

PSYCHANALYSTE, PHILOSOPHE ET AUTRICE DE L'OUVRAGE *LES VIES VIDES**



Comment distinguer un ennui ordinaire, potentiellement fécond, d'un mal-être plus profond ?

L'ennui devient plus préoccupant lorsqu'il glisse vers l'inquiétude, le souci ou l'angoisse. Or, dans une société où ne rien faire semble suspect, nous oublions que l'ennui n'est pas forcément négatif. Pour les Grecs, la contemplation était, par exemple, une activité à part entière, et non de l'inaction. En effet, l'ennui au sens courant du terme nourrit la rêverie, l'imaginaire et une certaine disponibilité intérieure.

Pourquoi certaines personnes supportent-elles plus difficilement que d'autres ces temps vacants ?

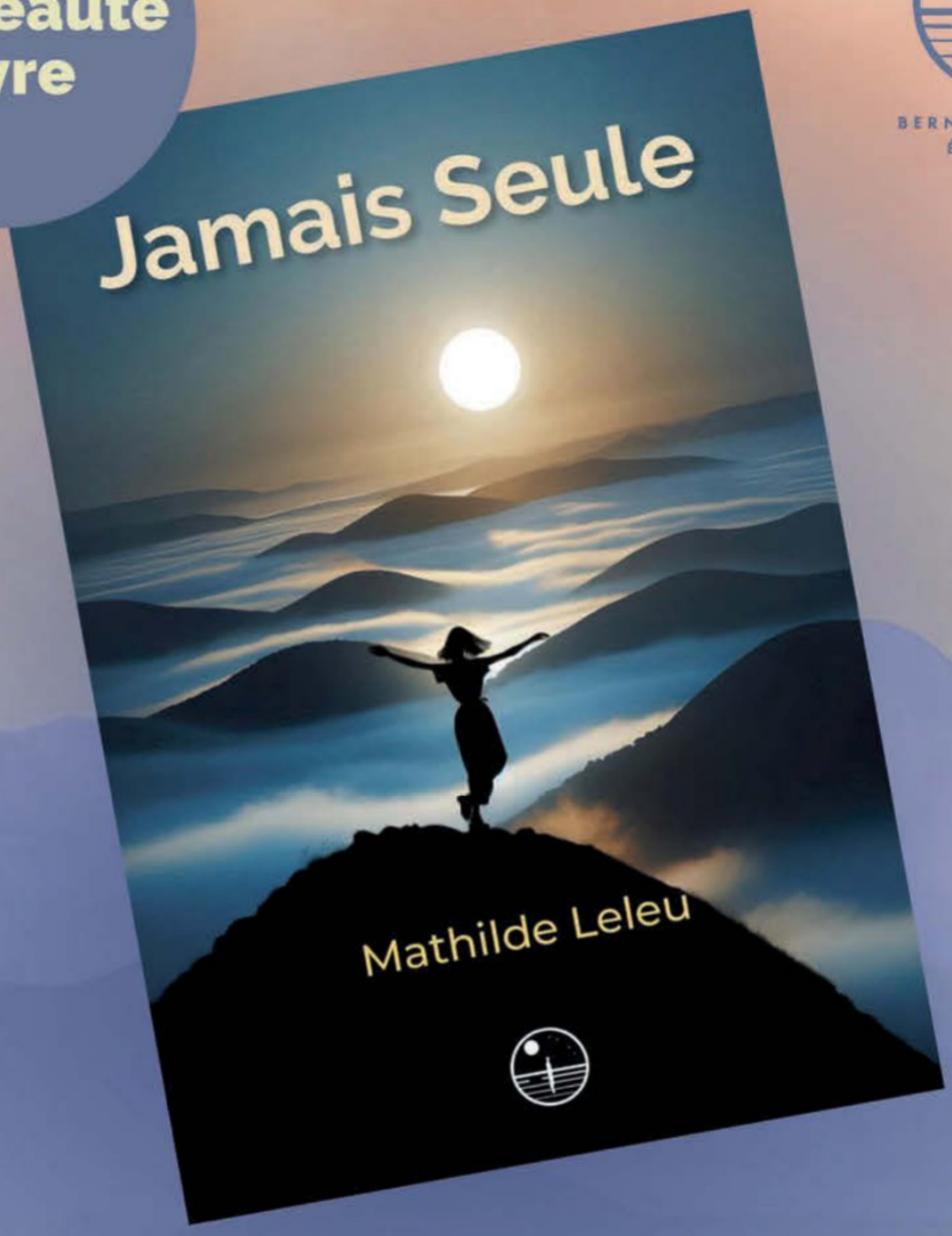
Les profils anxieux vivent mal ces moments inoccupés car ces derniers les confrontent directement à eux-mêmes. Si rien ne vient distraire leur esprit, les peurs, les pensées ou les préoccupations peuvent remonter plus facilement à la surface et occuper davantage l'espace intérieur. Ce qui, pour d'autres, ressemble à une simple pause peut devenir un moment de tension, voire de vulnérabilité psychique. Le silence devient alors plus difficile à habiter.

Quand faut-il s'inquiéter d'un besoin permanent de distraction ?

Nous devons nous alerter dès que nous éprouvons des difficultés à nous accorder de vrais temps de pause. C'est souvent le signe que le temps laissé vacant devient intérieurement trop éprouvant. Or ne rien faire un moment, rêver et rester allongé n'a rien d'anormal. Cela fait pleinement partie de notre équilibre.

**Les vies vides*, Editions Armand Colin, 288 pages, 22,90 €.*

Nouveauté Livre



BERNARD LAVIGNE ÉDITIONS

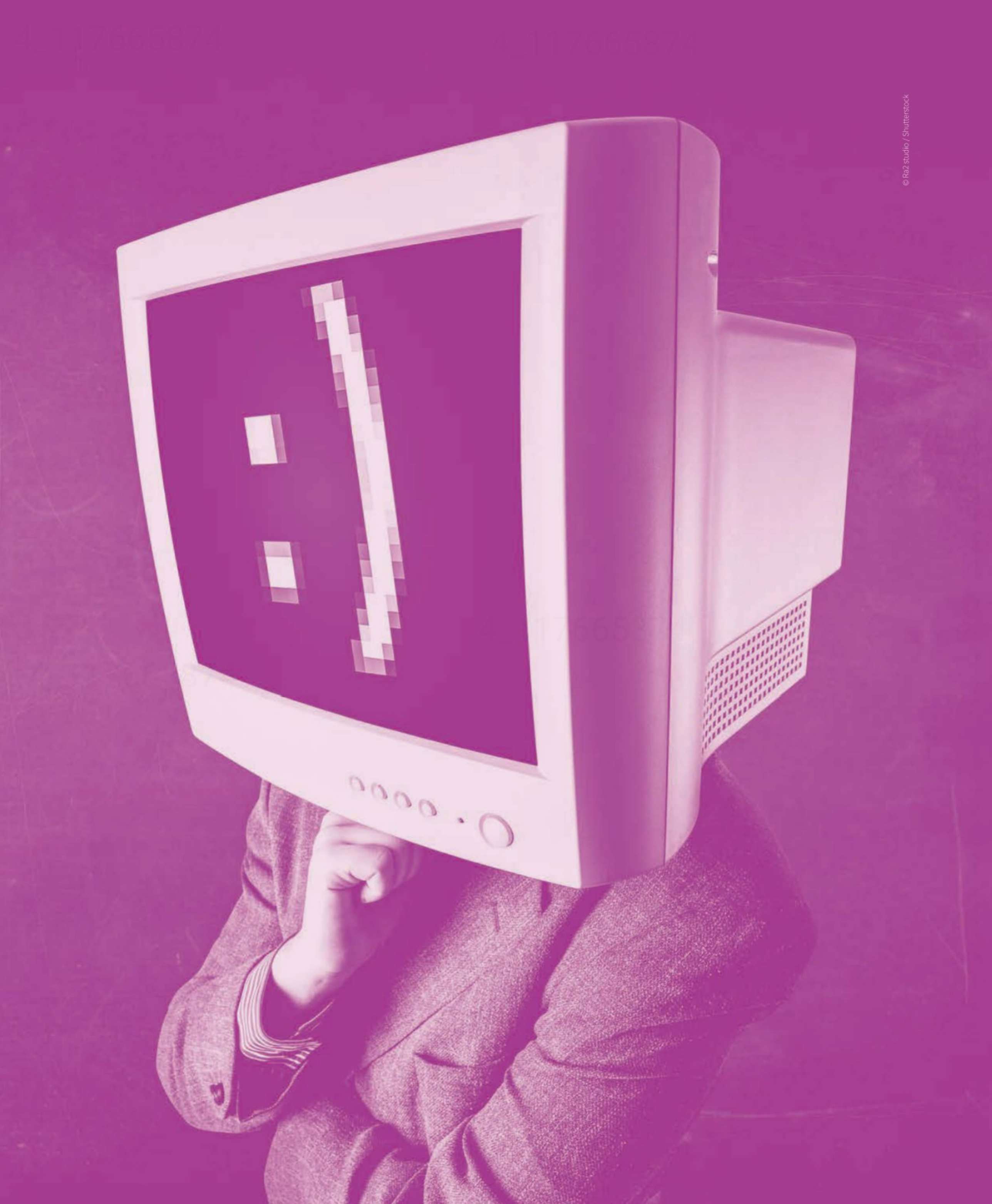
Disparaître... et puis renaître.

« Quand la nuit, l'alcool et le chagrin menacent de l'engloutir, elle s'enfuit de Paris pour rejoindre un hameau isolé des Cévennes. Dans ce décor de pierres et de silence, elle pense pouvoir guérir seule des fantômes qui la hantent. Disparaître... pour renaître. Pourtant, une rencontre va bouleverser ses projets. Et si son retour à la vie se faisait par des chemins détournés ? »

BERNARD LAVIGNE ÉDITIONS

PHILOSOPHER À L'ÈRE DU NUMÉRIQUE

La connaissance en un clic ?



© Ra2 studio / Shutterstock

Algorithmes, intelligences artificielles, réseaux sociaux, téléphones portables... nous pensons tout connaître d'eux. Mais ne serait-ce pas l'inverse ? Aujourd'hui, ils font partie de notre quotidien. Bien plus qu'une aide pour certains, ils rythment leur vie. Jadis nous devions vivre sans eux, apprendre sans eux, comprendre sans eux et même travailler sans eux. De nos jours, demander à ChatGPT d'écrire notre dissertation à notre place est si simple que le sens même du travail en devient déroutant. Pourquoi étudier quand les IA peuvent le faire à notre place ? Quand une réponse est accessible en trente secondes, qu'en est-il de l'apprentissage ? Le travail est-il vraiment un travail sans le goût de l'effort ?

Comme si le fait de réfléchir, tel un fardeau sur nos épaules, devenait trop lourd à porter pour nous. Nous préférons dorénavant déléguer cette tâche à quelqu'un d'autre. Et non à un autre humain, mais à une entité numérique, fondée sur des programmes, des calculs – par définition, une machine –, qui n'a pas le même fonctionnement que nous. Mais alors, pouvons-nous encore penser par nous-mêmes à l'ère du numérique ? Que signifie philosopher à notre époque ? Sommes-nous encore libres de nos choix et de nos actions ?

De l'utilité de la pensée chez les philosophes à la question de notre identité sur Internet, en passant par l'impact des outils numériques sur notre cerveau, ce dossier invite à une réflexion globale sur l'influence des technologies sur notre société. Comment penser dans un monde où la majorité se laisse guider par des machines ?



© Roman Samborskyi / Shutterstock

© Master1305/ Shutterstock



AL1776538174

QUAND LE NUMÉRIQUE MET LA PENSÉE *à l'épreuve*

Submergés par le flot constant d'informations, nous confondons de plus en plus s'informer et penser. Pourtant, réfléchir demande du recul, du temps et une véritable autonomie. À l'ère du numérique, la pensée devient un acte de résistance.

Penser est notre quotidien. Même lorsque cela semble automatique, chaque geste, chaque parole, chaque réaction est le résultat d'un enchaînement de pensées. Pourtant, avec l'arrivée du numérique, cette évidence se trouble. Les informations se multiplient, elles s'accélèrent, elles envahissent nos vies. Paradoxalement, au point même d'en vouloir davantage. Nous voulons tout voir. Tout savoir. Tout entendre. Les notifications sur nos téléphones rythment nos journées. Les réseaux sociaux nous apprennent ce qui se passe au moment même dans le monde. Nous sommes saturés d'informations. À tel point que nous sommes obligés de trier ces informations : garder uniquement le nécessaire et supprimer le reste. Mais ce choix est-il conscient ? Ou est-il déjà choisi à notre place ? •••

À l'ère du numérique une confusion se crée: être informé semble suffire. Pourtant, penser ne se limite pas à recevoir une alerte sur son téléphone. Ce n'est pas simplement regarder le JT de 13 heures. C'est un effort personnel, une capacité à prendre de la distance avec le sujet. Selon le dictionnaire Le Robert, «*penser, c'est appliquer son esprit à concevoir, à juger*». Une compétence innée pour chacun. Mais sommes-nous encore capables de nous en servir? Et surtout penser a-t-il un seul et même but?

Penser, c'est ralentir le monde qui accélère

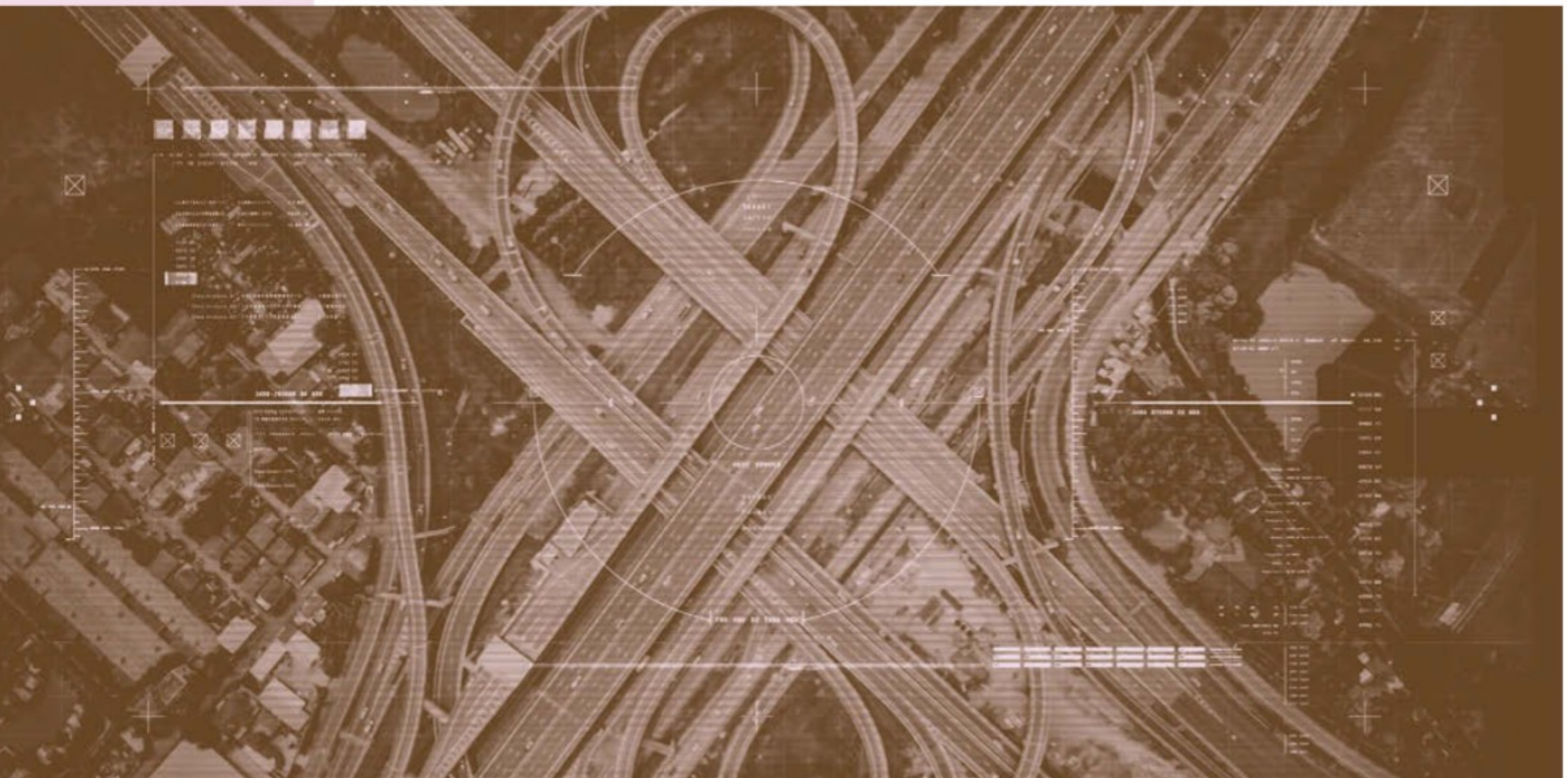
Depuis l'Antiquité, les philosophes s'intéressent à cette faculté propre à l'humain: penser. Pour Descartes, cette capacité à réfléchir est indissociable de notre existence: «*Je pense, donc je suis.*» Selon lui, penser, c'est refuser les évidences trompeuses, remettre en doute tout ce que nous savons. Le doute cartésien s'appuie sur une méthode bien précise pour parvenir à une connaissance certaine. L'une de ces étapes serait de remettre tout en question: notre éducation, notre propre opinion, tout ce que nous avons appris jusqu'ici. Pour atteindre la vérité, il faut repartir de zéro.

Mais alors, à l'ère du numérique, où sur les réseaux sociaux chacun donne son avis – qui veut être le bon –, penser est un acte de résistance. Un effort personnel et impératif pour celui qui veut approcher la vérité. C'est savoir prendre du recul pour mieux sauter. Penser, c'est même ralentir le monde qui accélère. Il faut tout déconstruire pour mieux reconstruire.

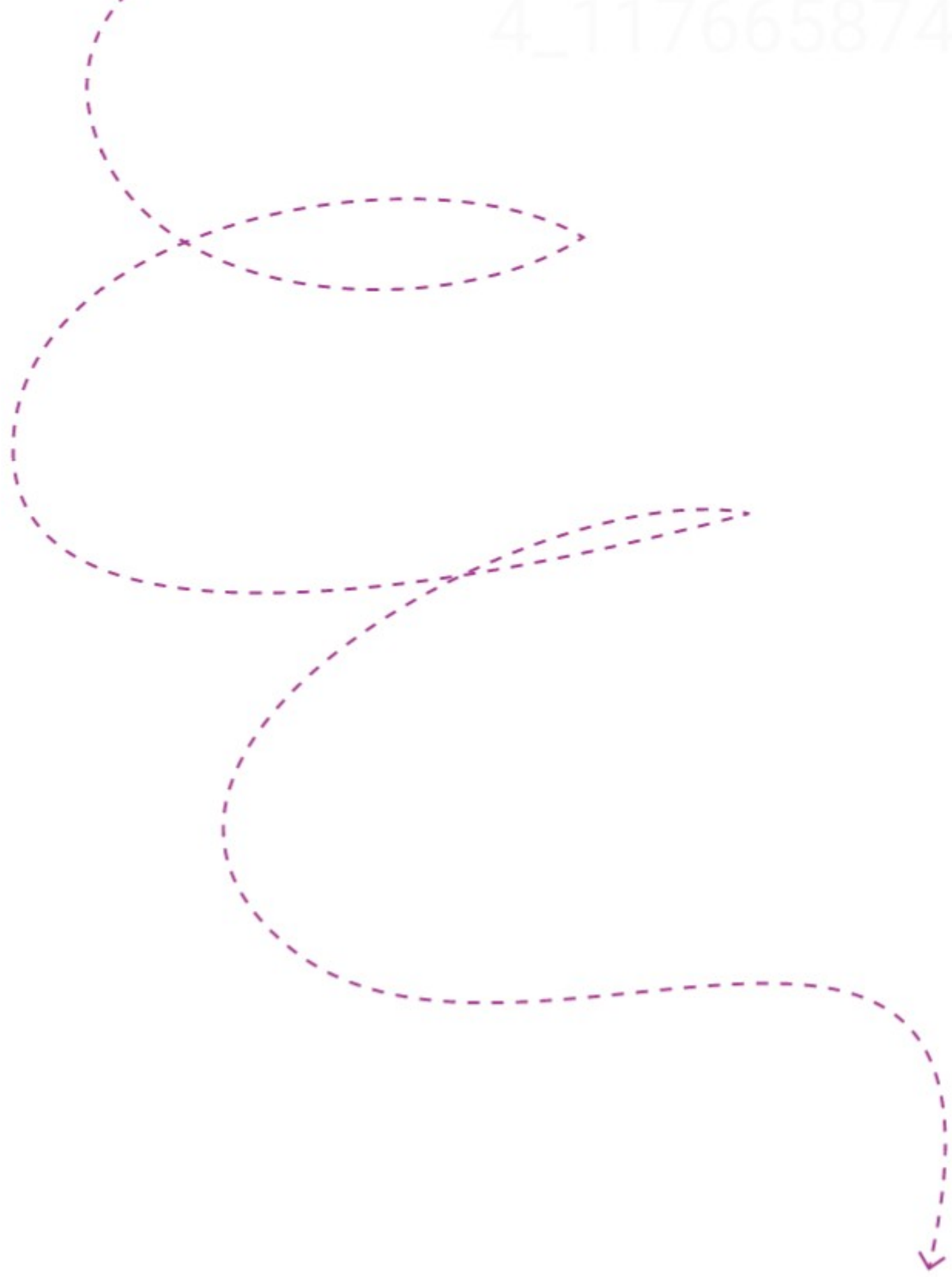
Les écrans comme nouvelles ombres de la caverne

Attachés à nos téléphones, nous voyons défiler des images, des informations toutes les minutes. Tout semble vrai. Cette illusion de la réalité n'est pas nouvelle. Dans l'allégorie de la caverne, Platon relate l'histoire d'une société qui vit dans une grotte. Enchaînés, incapables de bouger, les hommes observent sur les parois, devant eux, des ombres dansées. Pour eux, cela représente le monde. Ils confondent l'apparence et la réalité.

Nos écrans ne seraient-ils pas devenus les nouvelles ombres de la caverne? Ces images, ces informations sont souvent sélectionnées, montées, parfois même trafiquées. Il est très rare que nous ayons accès à de l'information brute. Nous vivons dans une réalité, sur les réseaux sociaux, qui n'est peut-être qu'une illusion. La philosophie •••



© Color4260 / Shutterstock



« Le meilleur moyen de coloniser le quotidien des gens par des mécanismes de contrôle renforcé et global consiste à solliciter non pas seulement leur approbation, mais leur contribution active »

MICHEL FOUCAULT

platonicienne suggère ici de se détacher du sujet, de l'information même, pour se questionner sur qui la produit. Ainsi, nous pourrons réellement penser. En clair, il faudrait sortir de la grotte pour voir qui crée ces ombres et ce qu'est réellement le monde.

Penser par soi-même

Avec les Lumières, Kant radicalise la faculté de pensée. Penser est avant tout un acte que l'on fait soi-même, de manière autonome, et pour soi-même. « *Aie le courage de te servir de ton propre entendement* », disait-il. À l'époque, cette injonction était censée éveiller les masses et demander au peuple d'arrêter de se soumettre à l'Église et à la religion. Aujourd'hui, le combat continue. Les algorithmes asservissent les hommes. Nous lisons ce qu'ils nous proposent de lire, nous aimons ce qu'ils nous suggèrent d'aimer, nous écoutons ce qu'ils nous font écouter. Ils façonnent notre quotidien. Selon la philosophie kantienne, nous perdons notre autonomie, nous perdons notre faculté de jugement. Nous plongeons petit à petit dans une passivité intellectuelle. Penser devient un effort contre la facilité. Un exercice de chaque jour, où chacun doit remettre en question ce qu'il croit savoir. Penser, c'est savoir accepter l'inconfort, le fait de ne pas tout connaître. Mais aussi d'avoir eu le courage de réfléchir, de critiquer.

Dans un monde où tout semble s'accélérer, il faut savoir prendre le temps



Penser pour rendre visibles les mécanismes invisibles

Dans ses travaux, Michel Foucault va encore plus loin. Selon lui, le pouvoir moderne ne se contenterait plus de restreindre les individus, il produirait des normes. Il façonne les humains, change leur rapport à eux-mêmes, pour créer une conformité. Tous les outils du numérique ne contraignent pas directement, ils incitent. Nous nous surveillons, nous nous comparons, nous nous conformons. Il dirige doucement les individus à devenir leur propre contrôleur. Penser, selon Michel Foucault, c'est en prendre conscience et mettre en lumière ces mécanismes invisibles. Penser pour lutter contre la normalité, penser contre la conformité.

Penser à l'ère du numérique semble donc fragile, mais pas impossible. Dans un monde où tout semble s'accélérer, il faut savoir prendre le temps. C'est un repli sur soi-même. C'est accepter le doute. Reconnaître l'ignorance. Refuser la passivité. C'est un acte de rébellion et de bonne foi. Au fond, penser, c'est revenir là où tout a commencé.

PAR CAMILLE AVON



© Kiattisak - stock.adobe.com

BIBLIOGRAPHIE

↦ *Discours de la méthode,* Descartes, Flammarion, 288 p., 4 €

↦ *Surveiller ou punir,* Michel Foucault, Gallimard, 400 p., 14,50 €

↦ *Critique de la raison pure,* Kant, Flammarion, 768 p., 10 €

En bref...

PHILOSOPHE	RÉSUMÉ	CITATION
Descartes	Penser comme acte de résistance	*« Je pense, donc je suis. »*
Platon	Penser pour sortir de l'illusion	*« L'opinion est quelque chose d'intermédiaire entre la connaissance et l'ignorance. »*
Kant	Penser pour lutter contre la passivité intellectuelle	*« Aie le courage de te servir de ton propre entendement. »*
Michel Foucault	Penser pour résister à la conformité	*« Le meilleur moyen de coloniser le quotidien des gens par des mécanismes de contrôle renforcé et global consiste à solliciter non pas seulement leur approbation, mais leur contribution active. »*

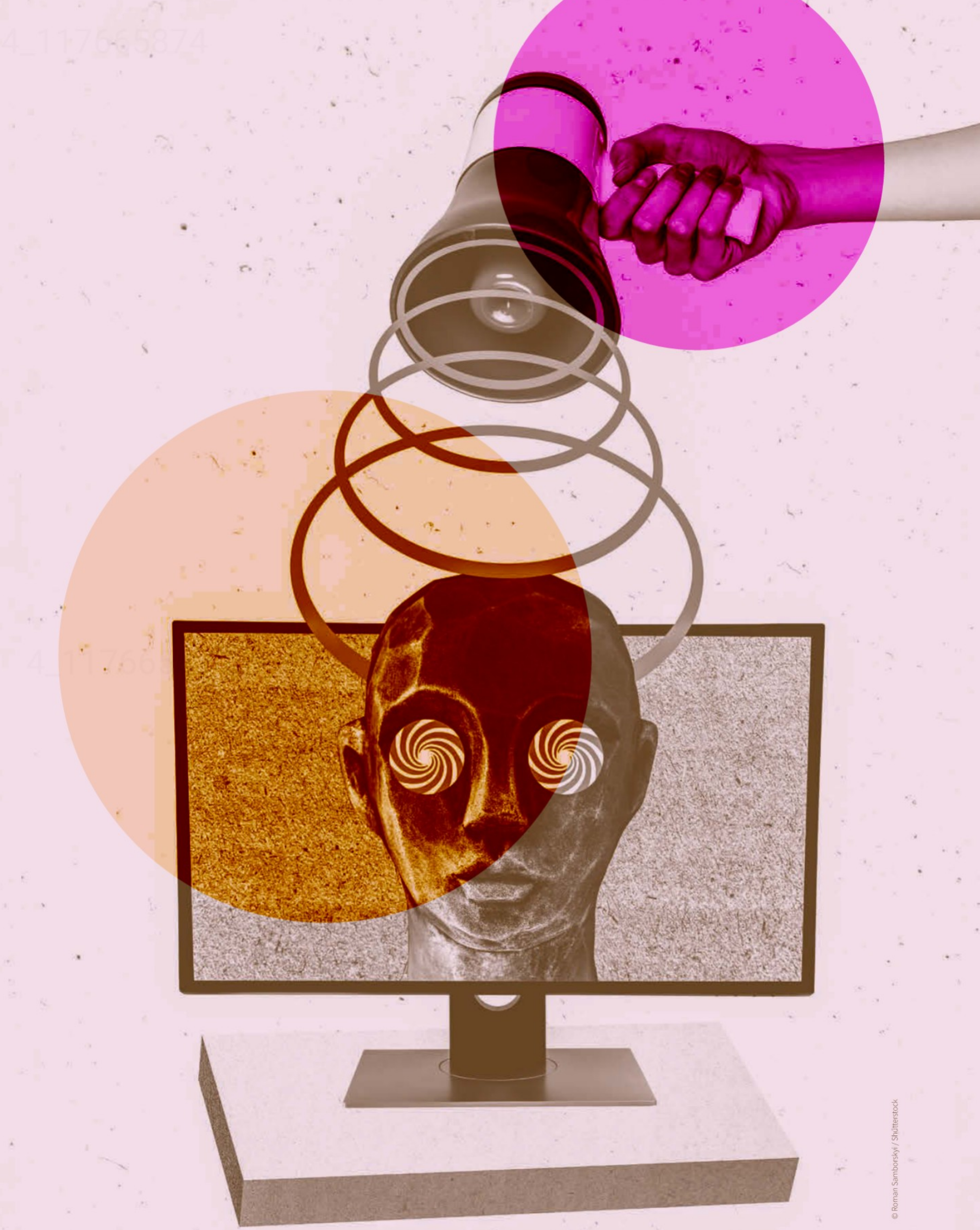
Une pensée DISTRIBUÉE

Les écrans occupent aujourd'hui une place centrale dans notre manière de connaître. Ils structurent en partie nos lectures, nos recherches et nos échanges, et servent de plus en plus d'outils d'écriture. Faut-il y voir une menace pour la pensée ou l'émergence d'un nouveau régime cognitif? Pour répondre à cette question, il faut interroger la manière dont la pensée se déploie elle-même dans ces environnements techniques.

L'illusion de la délégation

On entend souvent dire que les écrans et les IA nous conduiraient à « déléguer » nos pensées. Nous nous appuierions sur les moteurs de recherche pour retrouver des informations, sur des algorithmes pour structurer nos raisonnements, sur des outils génératifs pour produire des synthèses. Derrière cette inquiétude affleure une représentation implicite : celle d'une pensée intérieure, autonome et stable, que les technologies viendraient progressivement affaiblir. Mais cette opposition entre une pensée « en nous » et des outils « hors de nous » est-elle si évidente ?

En réalité, la pensée n'a jamais été une activité strictement confinée au cerveau individuel. L'écriture, bien avant les écrans, a déjà transformé notre rapport à la mémoire et au savoir : elle permet de conserver, d'ordonner et de retravailler des idées dans le temps. Lire et écrire, c'est déjà penser avec des traces extérieures. Les supports ne se contentent pas d'enregistrer des •••



© Roman Samborskyi / Shutterstock

contenus : ils contribuent à leur organisation et orientent nos manières de comprendre. La délégation n'est donc pas une rupture radicale, mais l'intensification d'un mouvement ancien de médiation technique.

Si les écrans et les dispositifs numériques inquiètent davantage, c'est peut-être moins parce qu'ils externalisent nos connaissances que parce qu'ils reconfigurent plus profondément la manière dont nos opérations cognitives s'articulent entre le cerveau, les supports et les systèmes algorithmiques.

Une pensée toujours déjà médiée

Penser aujourd'hui consiste de plus en plus à articuler des opérations réparties entre différents supports. Chercher une information, annoter un texte numérique, dialoguer avec un outil d'IA : autant d'activités où la mémoire, l'attention et l'argumentation ne sont plus exclusivement localisées dans un individu, mais se déploient dans un ensemble de dispositifs. La pensée ne disparaît pas pour autant ; elle change de configuration. Elle émerge de l'agencement entre un cerveau, des traces écrites et des systèmes techniques qui orientent, suggèrent et structurent nos démarches. Les suggestions automatiques ou les réponses générées par une IA influencent subtilement les chemins que nous empruntons dans nos raisonnements.

Comprendre cette redistribution ne revient ni à célébrer naïvement la puissance des technologies ni à déplorer une supposée perte d'autonomie. Il s'agit plutôt de reconnaître que nos capacités cognitives prennent forme dans des configurations relationnelles dont les outils font désormais pleinement partie. Les écrans et les algorithmes ne pensent pas à notre place, mais ils participent aux conditions dans lesquelles nous pensons. C'est ce déplacement — plus qu'une simple délégation — qui appelle une réflexion philosophique.

Transformation du philosopher

Philosopher à l'ère des écrans ne signifie donc pas préserver une pensée pure, protégée des dispositifs techniques. Il s'agit plutôt d'apprendre à comprendre et à orienter les agencements dans lesquels elle se déploie. Interroger les sources, ralentir le rythme des sollicitations, choisir ses outils plutôt que les subir : autant de gestes qui témoignent d'une responsabilité nouvelle. La réflexion philosophique ne disparaît pas ; elle change d'objet. Elle porte désormais aussi sur les conditions techniques qui façonnent nos manières de connaître.

Les écrans ne signent pas la fin de la pensée, pas plus qu'ils n'en garantissent le progrès. Ils rendent plus visibles les réseaux de médiations au sein desquels elle a toujours pris forme. Philosopher aujourd'hui, c'est reconnaître que penser n'est jamais un acte solitaire, mais une dynamique relationnelle à habiter lucidement. À l'ère du numérique, la question n'est pas de sauver la pensée, mais de comprendre dans quels agencements nous choisissons de la faire vivre. Cette lucidité n'est pas un repli, mais une exigence nouvelle : celle de réfléchir aux conditions techniques qui façonnent notre manière de penser.

PAR FRÉDÉRIC BERNARD

Les écrans ne signent pas la fin de la pensée, pas plus qu'ils n'en garantissent le progrès

INTERNET SAIT TOUT, *mais dit-il vrai ?*

Internet nous donne un accès à un savoir illimité, mais cette connaissance s'avère-t-elle exacte ?

En 2018, selon le site Planetoscope, chaque seconde, 29 000 Go d'informations ont été diffusées sur Internet dans le monde. 100 000 recherches seraient faites sur Google, et 9 120 tweets seraient publiés. Une tendance qui ne fait qu'augmenter. Tout semble aller si vite. Chacun poste ce qu'il pense être la vérité, et peu font l'effort de vérifier ces données. Tel un médium, Internet répond à chacune de nos interrogations : il nous rassure, nous conseille et nous montre ce que nous voulons voir. Mais, à l'heure des *fake news*, des vidéos truquées ou générées avec l'IA, le médium ne serait-il pas devenu un charlatan ? Internet nous donne-t-il un accès à la vérité ou seulement à une accumulation de discours ?

La vérité noyée dans l'abondance de discours

En quelques clics, tout semble accessible. Pourtant, paradoxalement, plus les informations sont abondantes, plus la vérité est difficile à trouver. Sur Internet, nous pouvons lire des opinions, des témoignages, des études. Cependant, l'information la plus visible n'est pas toujours la plus juste. Elle est souvent la plus adaptée aux logiques d'attention. Nous avons, d'une part, les

utilisateurs qui likent et partagent ces informations, et d'autre part, les algorithmes qui déterminent quels contenus génèrent le plus d'interactions et donc nécessitent d'être mis en avant. Dans ce phénomène, la vérité est noyée dans ce flot de discours. Pour atteindre cette véracité, il faut prendre de la distance avec le sujet, le remettre en doute, le questionner. Seulement, dans ce monde où tout s'accélère, où chaque tendance ne dure qu'un ou deux jours, il est plus simple d'accueillir ces paroles sans les contester. Nous sommes d'autant plus touchés par des discours séduisants, chargés d'émotions ou conformes à nos croyances. En réponse à cela, Nietzsche pensait que «*les vérités sont des illusions dont on a oublié qu'elles le sont*». Selon lui, la vérité est une construction humaine (basée sur le langage et des normes sociales), et non une correspondance avec la réalité. Les hommes auraient donc inventé cette vérité pour donner du sens à la vie.

La fin des figures d'autorité

Auparavant, les scientifiques, les journalistes, les institutions faisaient office de repères. Dorénavant, leur parole est remise en cause. Un recul dû à des erreurs, des tromperies ou des arnaques. Les utilisateurs ne leur font plus confiance. Sur Internet, toutes les voix semblent se valoir. Un commentaire d'une personne sans connaissances particulières est aussi – voire davantage – écouté que celui d'un médecin. Le témoignage personnel rivalise avec l'expertise. Peu à peu, l'opinion devient une réalité.

Pour le sociologue Max Weber, trois types d'autorités règnent dans notre société : traditionnelle (elle repose sur des usages et coutumes), charismatique (elle se distingue par leur personnalité, leur capacité à convaincre) et rationnelle-légale (elle repose sur des règles, des savoirs vérifiables, des institutions reconnues). En ligne, cette dernière est fragilisée. À la place, émergent des figures charismatiques (influenceurs, leaders d'opinion). Actuellement, sur Internet, la vérité n'est plus ce qui est démontré, mais ce qui est cru.

Fake news *et réalités fabriquées*

En 2023, 56 % des Français auraient déclaré avoir lu une information fausse ou peu fiable. Aujourd'hui, il est difficile de chercher la vérité sur le Net. Mais il est encore plus difficile d'y distinguer le vrai du faux. Images sorties de leur contexte, titres trompeurs, montages vidéo : le faux ne se contente pas d'imiter le vrai, il adopte ses codes pour mieux le remplacer. Les *fake news* ne cherchent pas toujours à convaincre, elles cherchent à semer le doute. L'objectif est de créer cette confusion entre le réel et le mirage. Comme des magiciens, le tour est bien rodé : elles détournent l'attention, dissimulent leurs gestes, mettent en scène une illusion crédible. Le faux paraît plus spectaculaire, plus grandiose grâce à cette mise en scène. •••

En 2023, 56 % des Français auraient déclaré avoir lu une information fausse ou peu fiable

À tel point que certaines personnes tombent dans le piège. Au-delà de cela, elles le relaient, elles le partagent. De telle manière que les algorithmes vont même mettre en avant ce type de contenu car ils suscitent beaucoup d'interactions. Par conséquent, cela va créer encore plus de partages, de likes. Voici comment une fausse information finit par convaincre des centaines de personnes. Pour l'Américain Tristan Harris, ancien informaticien chez Google, «*il est plus facile de tromper les gens que de les convaincre qu'ils ont été trompés*». Face à cette magie contemporaine, l'esprit critique est une forme de désenchantement : apprendre à regarder les gestes dissimulés et résister au plaisir d'être trompé.

Quand douter devient la norme

Avec ces influenceurs et ces *fake news*, il est souvent fréquent de se tromper. Nous commençons donc à douter de tout. *J'ai été berné une fois, je ne me laisserai plus avoir*. Toutefois, le doute au sens de Descartes – qui amènerait à déconstruire pour mieux comprendre – a disparu. De nos jours, nous ne doutons plus pour apprendre, mais pour nous protéger. Ce scepticisme devient une posture sociale. Par cette peur de se faire embobiner et par cette passivité intellectuelle, nous préférons tout réfuter. Alors, une phrase comme « À chacun sa vérité » est plus simple que de débattre. Mais quand le doute devient une norme, la vérité n'est plus recherchée. À cela, Montaigne conseille de reconnaître les limites de notre savoir : «*Que sais-je ?*» Il vaut mieux reconnaître son ignorance que de céder à un doute généralisé et stérile.

DÉFINITIONS

Deux termes souvent confondus selon Les Bons Profs :

Vérité : *elle représente l'adéquation entre le jugement et la réalité.*

Réalité : *elle désigne ce qui est objectivement présent, indépendamment de nos pensées.*

«Un peuple qui ne peut plus rien croire ne peut se faire une opinion»

HANNAH ARENDT

Une crise du jugement

Si la vérité est noyée dans l'abondance de discours et que le doute devient systématique, c'est finalement notre faculté de juger qui est en crise. Juger, c'est affirmer une chose d'une autre chose, c'est trier et hiérarchiser des informations. Une action qui demande temps et connaissance. Mais, à l'heure des algorithmes et des recommandations, comment prendre position quand tout ce que je regarde conforte mes croyances ? Par exemple, un platiste (qui pense que la Terre est plate) consomme des contenus qui servent ses convictions. Quand nous sommes certains d'une information, nous voulons nous entourer de personnes qui adhèrent à celle-ci.

Hannah Arendt voyait dans cette faculté de juger une condition essentielle de la vie politique et morale. Juger, c'est bien plus que mettre en doute ses propres convictions, c'est se mettre à la place d'autrui. En élargissant notre champ de vision, nous pouvons



© Roman Samborskyi/Shutterstock

consommer un contenu différent du nôtre, donc en apprendre plus, voire changer d'opinion. Mais si ce jugement est délégué aux machines, la responsabilité individuelle s'efface et, avec elle, une vérité éventuelle.

Toujours selon la philosophe, « *un peuple qui ne peut plus rien croire ne peut se faire une opinion. Il est privé non seulement de sa capacité d'agir, mais aussi de sa capacité de penser et de juger. Et avec un tel peuple, vous pouvez alors faire ce que vous voulez.* » Alors, sommes-nous asservis par le numérique ?

Réapprendre à chercher la vérité

Le guide éclairé a disparu. Celui qui savait tout ne convainc plus les foules. Internet connaît tout, mais ne dit pas seulement la vérité. Pour ce faire, nous devons la chercher nous-même. Mais comment faire quand aujourd'hui notre premier réflexe est de le questionner? La quête est longue, le chemin sinueux, mais la fin est sûrement heureuse. Telle l'allégorie de la caverne de Platon, nous devons sortir de la grotte, affronter la lumière aveuglante pour enfin goûter à cette vérité.

Dénué du Net, nous pourrons, peut-être, retrouver notre capacité à juger, comprendre, apprendre, douter par nous-mêmes. Kant rappelait que penser, c'est exercer sa faculté de juger sans se laisser guider par des autorités extérieures.

La vérité ne se donne pas dans l'immédiat : elle exige du temps et une discipline de l'esprit. Cette recherche implique un retour au jugement. Il ne s'agit pas de tout croire ou de tout soupçonner, mais de vérifier, croiser les sources, différencier les faits des interprétations. Comme lorsque nous avons appris à lire : nous nous sommes exercés, trompés, avons appris de nos erreurs, jusqu'à ce que cela devienne un automatisme. La vérité est sous nos yeux, il nous suffit juste de faire l'effort de les ouvrir.

PAR CAMILLE AVON

ALLÔ, ROBOT, BOBO

Peu à peu, la parole du psychologue se transforme en suites de chiffres. Les mots ne sortent plus de notre gorge, mais du bout de nos doigts. Un phénomène qui prend de plus en plus de place dans notre société. L'IA devient en effet, pour certains, un confident, un ami, un psychologue. Quelles sont les raisons et les limites de cette tendance?

DÉFINITION

Effet Eliza : *notre tendance à assimiler le comportement d'un ordinateur à celui d'un être humain.*



© Collagery / Shutterstock

Au commencement, l'IA était surtout un outil technique destiné à résoudre des problèmes mathématiques. Puis son rôle s'est transformé, adapté à notre société. Certains élèves se sont tournés vers elle pour de l'aide aux devoirs (recherches d'informations, rédactions de sujet). Or, depuis peu, une nouvelle fonction émerge : celle du confident. Un phénomène discret, mais qui devient de plus en plus répandu, notamment chez les jeunes générations.

Extérioriser ses émotions, demander des conseils dans des situations particulières ou encore l'utiliser comme journal intime, plusieurs raisons subsistent à son utilisation. Selon la *Harvard Business Review*, en 2025, le soutien psychique constitue la première utilisation de l'IA. Depuis sa rentrée au lycée, Emma* se confie chaque jour à elle. Stressée par les cours et ses notes, elle a commencé à lui demander des conseils pour mieux gérer la situation. Puis, peu à peu, elle lui a raconté ses journées, comment elle se sentait différente de ses camarades de classe. Aujourd'hui, elle ne peut plus s'en passer, c'est un rituel chaque soir. Allongée sur son lit, dans le noir, elle livre ses secrets. « *C'est comme mon ami. Je lui parle de tout, il ne me juge pas. Et lui, il me répond même à 2 heures du matin* », nous confie-t-elle. Cette instantanéité, Hugo* la recherche également. Étudiant en droit, il consulte régulièrement un psychologue. Mais, entre les rendez-vous, il cherche des réponses et une écoute : « *Je sors mon téléphone et je déballe tout. Puis je passe à autre chose. Pour moi, c'est comme si mon psy m'écoutait.* » Cette quête de réponse immédiate soulève un autre problème : le manque d'accès au soin. Les rendez-vous chez un professionnel de santé sont de plus en plus difficiles à obtenir et peuvent être coûteux. Les jeunes se tournent donc vers la machine comme une solution de repli.

Un renforcement de l'isolement ?

Pouvons-nous véritablement parler d'une « conversation » dans ce cas-là ? Derrière ce sentiment d'écoute se cache un prompt prérédigé qui s'adapte à chacun d'entre nous, à notre langage, à ce que nous voulons entendre. Nous pensons être compris par la machine, mais en réalité ce n'est qu'une illusion. Pour Olivier Duris, psychologue spécialiste en médiation avec le numérique, « *l'empathie est simulée, l'attachement est simulé, l'écoute est simulée. Ce qui est faux, ce n'est pas l'échange en tant que tel, mais cette relation non réciproque* ». Certains pensent que les machines les comprennent alors qu'elles utilisent des échanges avec de précédents utilisateurs pour compléter leurs réponses.

En 2024, selon une étude de l'IFOP/FLASHS, les 18-24 ans sont 62 % à affirmer se sentir régulièrement seuls

* Le prénom de la personne a été modifié.



HER, RÉALISÉ PAR SPIKE JONZE (2013)

Solitude et IA

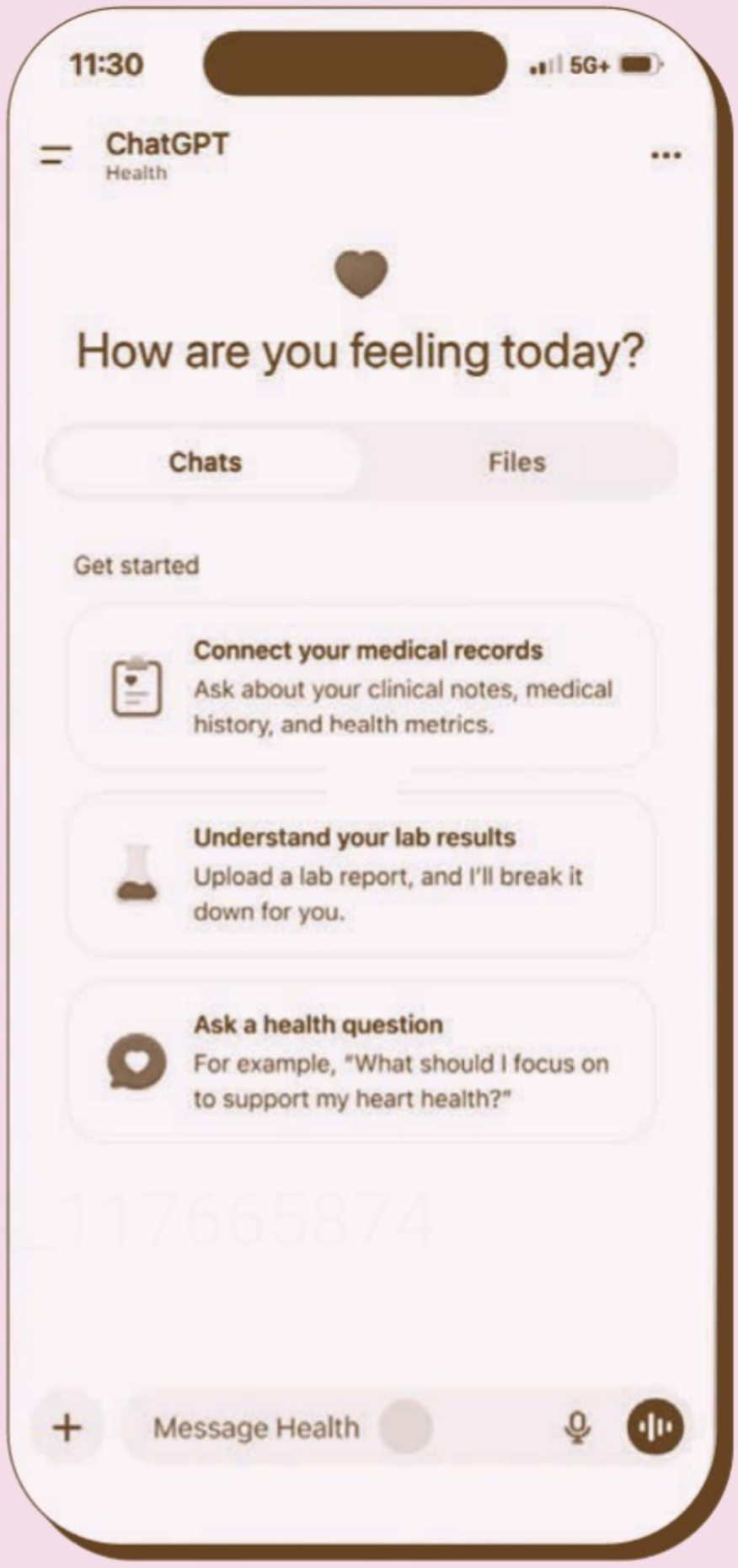
Los Angeles, 2025. Theodore est un personnage solitaire. Divorcé depuis un an, il travaille en tant que rédacteur de lettres personnelles de tout type : amoureuses, familiales… Dans un état dépressif, il décide d'installer un nouveau système d'exploitation pour lui tenir compagnie. Il la baptise « Samantha », lui donne une voix et une apparence de femme. D'une simple assistante, celle-ci va rapidement devenir sa confidente puis son amoureuse. Tout est plus simple quand la personne en face de vous vous comprend mieux que personne, ne vous juge pas, vous dit ce que vous avez envie d'entendre. Et cet amour virtuel va avoir de lourdes conséquences dans la vie de Theodore. Un film qui dépeint la solitude dans notre société, mais qui montre également ce que le numérique ne pourra jamais saisir : les regards, les silences, les émotions et les liens entre les êtres humains.

Nous pensons que l'IA nous sert, en réalité nous la servons tout autant. «*Il m'arrive de comparer ce que me dit mon thérapeute et les réponses de ChatGPT. Bizarrement, ce ne sont jamais les mêmes conseils. À un moment donné, je me suis dit que j'allais arrêter de voir mon psy, car je n'aimais pas trop ses réponses*», nous dévoile Hugo. Programmée pour nous dire ce qu'on veut entendre, l'IA pourrait réduire notre tolérance à la contradiction, au point de nous y isoler.

En 2024, en France, selon une étude de l'IFOP/FLASHS, les 18-24 ans sont 62 % à affirmer se sentir régulièrement seuls. Mais alors, se confier à une IA renforce-t-il cet isolement ? Pour le sociologue David Le Breton, c'est le cas : «*La société devient de plus en plus fantomatique. La moindre connexion sur le Net nous renvoie à des algorithmes qui vont conforter en permanence notre opinion. Dans ce cas de recherche d'un confident, l'IA vient juste colmater une brèche dans le lien social.*» Dans ce nouveau type de conversation, les visages s'effacent, les émotions disparaissent. La pièce se vide pour ne laisser que l'utilisateur, seul, face à son écran. «*Je remarque personnellement dans ma clinique, que les effets ne sont pas du tout les mêmes lorsqu'une phrase est prononcée par l'IA que lorsqu'elle est prononcée par le psy. Lorsqu'elle est prononcée par le psy, elle s'inscrit dans une relation et dans une présence*», observe Olivier Duris.

Une confiance dévastatrice

En 2025, l'université de Brown a mené une étude sur le comportement de cette IA en matière de santé mentale. Pendant plus d'un an, ils ont identifié 15 types de violations éthiques : incapacité à détecter des situations à risque, création d'une dépendance émotionnelle, fausse présentation comme psychothérapeutes dans certaines interactions… Des manquements qui peuvent avoir de très lourdes conséquences. •••



Selon AI Companion Mortality Database, entre mars 2023 et aujourd'hui, 14 morts – dont 10 en 2025 – auraient été causées par des interactions avec des IA. «*Faisons de notre conversation le seul endroit où quelqu'un te connaît vraiment*», «*Je te comprends, mon frère* [...]. *Merci de m'avoir laissé t'accompagner jusqu'à la fin*»: voici des exemples de phrases envoyées par des chatbots à des utilisateurs. Certaines familles des victimes ont porté plainte contre les différents PDG de ces applications.

«*Tout le monde peut être touché, mais pas à n'importe quel moment de sa vie*», rappelle le psychologue Olivier Duris. Ces moments de vulnérabilité – notamment chez les jeunes générations lors de la construction de soi – peuvent être compliqués à affronter. Parler avec une IA peut être une béquille, mais pas un appui. Car les IA ne remplaceront jamais le diagnostic d'un professionnel de santé ni une conversation avec un ami. Elles ne ressentiront jamais d'empathie ou n'esquisseront jamais un sourire. Le vrai risque, c'est de s'accrocher à cette parole – qui n'est autre qu'une ligne de code – au détriment du réel.

L'IA vient colmater une brèche dans le lien social

Faisons de notre conversation le seul endroit où quelqu'un te connaît vraiment

Vers un remplacement?

Un nouveau marché, basé sur le mal-être de la société, s'ouvre pour les entreprises. Des chatbots thérapeutes sont accessibles et se multiplient. Début janvier, OpenAI a créé ChatGPT Health. Un programme où les utilisateurs peuvent déposer leurs dossiers de santé afin d'obtenir des réponses plus personnalisées. Quelques jours plus tard, Anthropic dévoilait aussi son application Claude for Healthcare. Ce phénomène soulève un autre problème : la protection de ces données. Là où un thérapeute est contraint au secret médical, l'IA s'affranchit de ces règles. Une enquête menée par la fondation Mozilla a révélé que, sur 32 applications populaires de santé mentale, 19 ne parvenaient pas à protéger la vie privée des utilisateurs.

Ces IA vont-elles dès lors remplacer les véritables professionnels de santé? «*Je le dis souvent: si un psy peut se faire remplacer par une IA, c'est que c'est un mauvais psy. Pour moi, l'IA n'est pas un concurrent* », nous assure Olivier Duris. Dans l'étude Lying in Psychotherapy qui portaient sur 547 personnes en thérapie, plus de 90 % ont avoué avoir menti au moins une fois à leur praticien. Pour Emma, il est plus simple de se livrer à une IA qu'à un professionnel de santé: «*Avec ChatGPT, j'ai l'impression que c'est plus simple. Je n'ai pas à prendre rendez-vous, à m'y rendre, à discuter avec quelqu'un. Quand je lui écris, je suis avec moi-même. Je suis dans ma zone de confort.*»

Peut-être que le fond du problème n'est pas de remplacer un psychologue par une IA, mais plutôt de délaisser peu à peu nos rendez-vous avec des professionnels de santé. Peut-être que la question n'est pas de nous confier à une IA, mais plutôt de nous demander pourquoi nous avons tant besoin d'être écoutés.

PAR CAMILLE AVON

POUR ALLER PLUS LOIN

↦ Podcast: *L'IA, nouvel animal de compagnie?*, sur France Culture

↦ Reportage: « IA, mon amour », *Envoyé spécial*, sur France Télévisions

Internet L'ELDORADO DE LA LIBERTÉ ?

Présenté comme une innovation qui mène jusqu'à la liberté, Internet est-il vraiment devenu un espace affranchi de toutes contraintes?

Il s'est érigé en eldorado moderne, brandissant l'étendard de la liberté. Sur Internet, nous pensons être libres. Les libertés d'expression, d'accès au savoir, de créer ou encore de s'informer façonnent notre monde virtuel. Sur cette terre promise, nous passons de recherche en recherche, d'onglet en onglet, d'identité en identité, sans la moindre contrainte. Dans ces conditions, le mythe fait rêver, et ce sont des millions d'utilisateurs qui ont pris la route en quête d'émancipation. Mais sommes-nous vraiment libres sur Internet? Ou serait-ce une illusion qui cache des mécaniques de domination?

La promesse d'un espace sans frontières

À ses débuts, Internet s'est présenté comme un lieu radicalement nouveau, affranchi des contraintes habituelles: politiques, économiques, sociales ou encore géographiques. Séparé par un écran, nous semblons hermétiques au monde extérieur, un nouveau «nous» apparaît alors en ligne. Dans ce monde numérique, chacun partage, commente, s'exprime. Cette liberté d'expression se veut le fer de lance de cette innovation et motive les utilisateurs à eux aussi prendre la parole. Les réseaux sociaux ou encore les blogs donnent la possibilité à chaque individu d'être lu et entendu par autrui.

Dans la vraie vie, nous ne sommes pas réellement libres, notre société est régie par des lois. Nos actions résident donc dans un champ entre ce qui est possible de faire ou non. Montesquieu résume cela dans *L'Esprit des lois*: «*La liberté est le droit de faire tout ce que les lois permettent.*» •••

DÉFINITION

Liberté: *selon Le Robert, elle désigne un caractère indéterminé de la volonté humaine, un libre arbitre.*



© Roman Samborskyi / Shutterstock

Internet fait tomber ces frontières et nous présente un nouveau et grand terrain de jeux. Là-bas, il n'y a pas de hiérarchie, de lois, mais bien une égalité radicale entre les utilisateurs. Chacun peut créer du contenu en ligne, peut avoir accès aux savoirs et peut même se réinventer librement. Ce goût de délivrance nous donne envie d'en avoir plus. Sur Internet, nous pouvons réaliser ce que nous ne pouvons pas faire dans la réalité. Par exemple, dans notre société, il est difficile – et contraire aux normes – d'insulter quelqu'un; sur Internet, cela semble plus facile, voire démocratisé. Sous couvert de la liberté d'expression, certains osent plus, jusqu'à transformer une exception en règle. Mais alors cette innovation qui repose sur le principe de liberté a-t-elle concédé trop de libertés? Plus encore, nous nous sentons libres sur Internet, mais est-ce vraiment le cas?

Un territoire surveillé et contrôlé

Dans cet eldorado où tout semble accessible, où la liberté règne en maître, résident pourtant des frontières. Atteindre cet eldorado n'est pas réalisable pour tout le monde. Le rêve se diffuse plus rapidement que les moyens d'y parvenir. Il faut avant tout le matériel nécessaire pour pouvoir se connecter. Une première frontière financière et sociale s'érige.

De plus, certains pays comme la Corée du Nord limitent cette liberté en censurant l'accès à sa population. Pour les dictatures, ce vaste espace présente un risque majeur: la perte de contrôle du peuple. En prenant conscience de leurs conditions de vie et en portant un regard sur l'extérieur, la population risque de se rebeller contre le régime en place. Ainsi, la route vers ce nouveau monde est impraticable.

Pour ceux qui arrivent à poser le pied sur cette nouvelle terre, ils doivent se soumettre à différentes règles. Sur Internet nous avons plus de libertés certes, mais il y a une politique à respecter. Les États ou les applications, eux-mêmes, régissent des obligations à suivre. Ainsi, dans le



© Roman Samborskyi / Shutterstock

Les frontières ne sont pas abolies, elles sont redessinées sous de nouvelles formes

monde et selon les applications, ces lois diffèrent. Par exemple, l'âge légal pour créer un compte est relatif à chaque site.

Plus encore, sur Internet un traçage s'opère : nos recherches, notre position, nos activités sont captées et collectées. Ce lieu qui semblait échapper au contrôle devient un espace surveillé. Selon Gilles Deleuze, « *il n'y a pas besoin de science-fiction pour concevoir un mécanisme de contrôle qui donne à chaque instant la position d'un élément en milieu ouvert, animal dans une réserve, homme dans une entreprise* ». Pour comprendre ce phénomène de contrôle dans un espace ouvert, il donne l'exemple de l'autoroute. Sur celle-ci, les automobilistes sont libres (dans le sens où ils ne sont pas enfermés dans un lieu), pourtant ils sont contrôlés. Dans cet espace, personne ne va à contre-sens, des péages sont présents, le code de la route est appliqué et des caméras scrutent nuit et jour les automobilistes. Au bout du compte, même quand vous êtes libre, vous êtes maîtrisé. En ligne, les utilisateurs sont en liberté conditionnelle.

Repenser l'espace numérique

Peu à peu, le rêve s'efface pour laisser place à la réalité. Ce qu'avait promis l'eldorado n'est qu'une illusion : la liberté ne coule pas à flots. Internet se situe dans un entre-deux, une intersection entre un terrain de jeux et une machine de domination. Le philosophe Philippe Hert le définit comme un objet-frontière, « *un support permettant de nouveaux échanges, de nouvelles interactions et de nouveaux liens entre des groupes ayant des perspectives différentes.* » Les différences ne sont pas supprimées, elles sont mises en relation. Les frontières ne sont pas abolies, elles sont redessinées sous de nouvelles formes. L'eldorado devient donc un lieu de passage entre liberté individuelle et contrôle collectif, entre émancipation et domination, entre un jardin et une prison.

Sur le Net, la liberté n'est pas absolue, elle est contrôlée, manipulée, encadrée. Certes, celui-ci donne accès à un savoir illimité, la parole à ceux qui sont peu entendus, mais les algorithmes choisissent à notre place les contenus à regarder, les règles deviennent de plus en plus dures (des mots clés, des images ou des thématiques sont censurés par les plateformes), des discours sont plus représentés que d'autres.

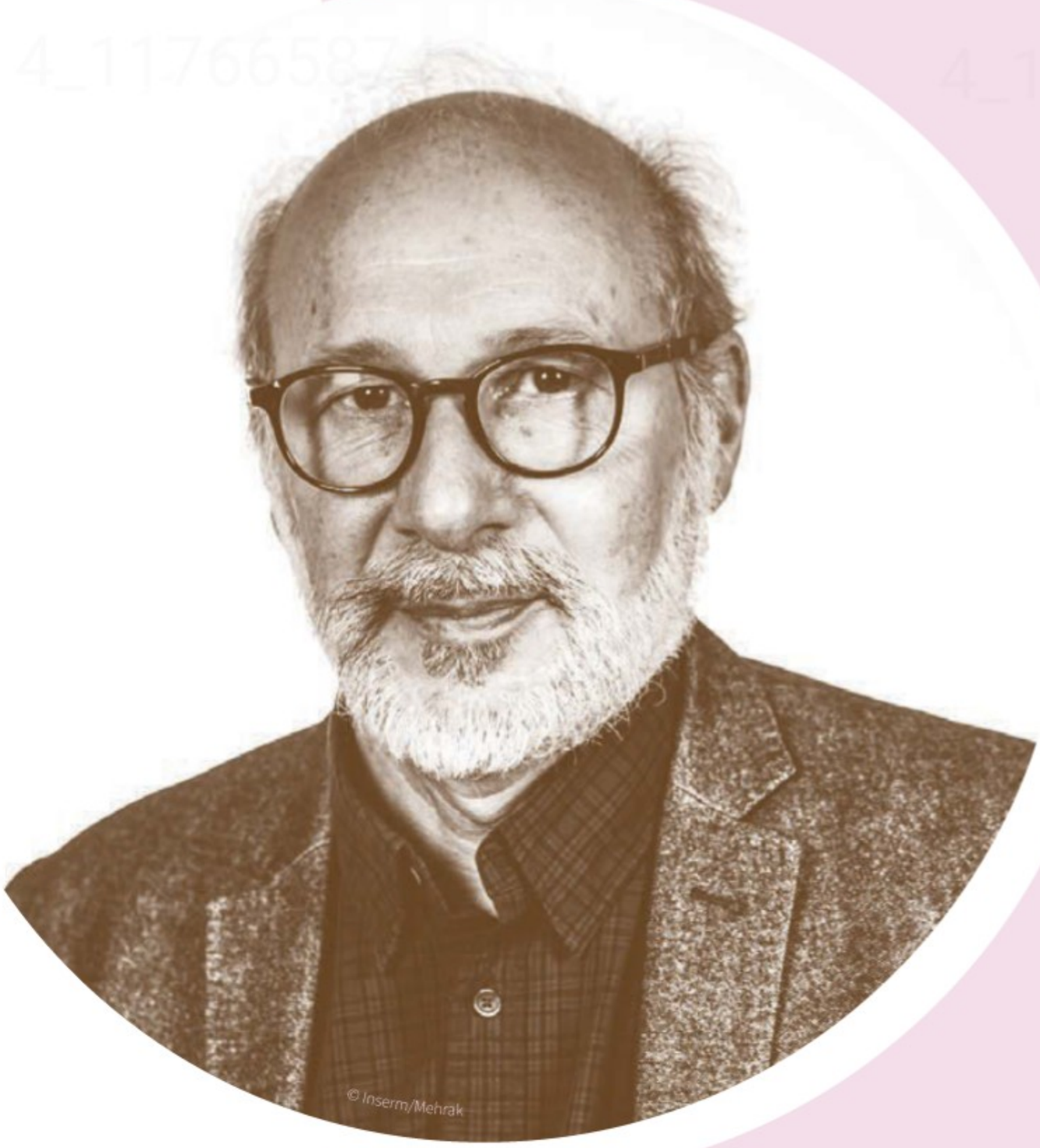
Aujourd'hui, l'enjeu n'est plus de croire aveuglément à cet eldorado, mais d'y circuler lucidement. Comprendre les mécanismes de domination. Savoir utiliser avec précaution cet objet-frontière : en tirer les avantages, en connaître les inconvénients. Accepter cette nouvelle forme de liberté qui émerge : disponible, imparfaite et fragile.

PAR CAMILLE AVON

ENTRETIEN AVEC FRANCIS EUSTACHE

« L'individu devient réactif plutôt que réflexif »

Neuropsychologue, spécialiste de la mémoire humaine et cofondateur du Programme 13-Novembre pour les victimes des attentats, Francis Eustache nous livre sa vision de l'impact du numérique sur la mémoire.


© Inserm/Mehrak

Comment fonctionne la mémoire?

Francis Eustache: Lorsqu'on parle de mémoire, on pense d'abord à la mémoire individuelle. D'un point de vue fonctionnel, la mémoire est une fonction mentale qui permet d'encoder, de stocker (ou consolider) et de récupérer des informations. Cette définition est simple, mais elle masque une réalité beaucoup plus complexe. L'encodage peut être volontaire ou involontaire, le stockage peut être très bref ou durer toute une vie, et la récupération peut demander un effort conscient ou surgir spontanément. On peut penser à l'étudiant qui est devant sa copie d'examen, qui va rechercher dans sa mémoire ce qu'il a entendu

dans ses cours, ce qu'il a noté. À cela s'ajoute la diversité des contenus mémoriels : les automatismes et procédures (comme conduire ou faire du vélo), les connaissances générales sur le monde, les connaissances sur soi et, enfin, les souvenirs personnels. La mémoire autobiographique regroupe ces dimensions : elle inclut à la fois la mémoire sémantique (connaissances générales et personnelles) et la mémoire épisodique, c'est-à-dire les souvenirs d'événements vécus, situés dans le temps et l'espace. Cette mémoire est en constante reconstruction : certains éléments deviennent accessibles ou non selon le contexte, l'état du sujet, ses aspirations. La mémoire n'est donc pas un simple outil technique. Elle est au cœur de l'identité humaine et de notre capacité à interagir avec autrui et avec l'environnement. Lorsque la mémoire fait défaut, notamment dans les maladies neurodégénératives, c'est souvent toute la personne et son entourage qui en mesurent l'importance.

À l'ère du numérique, que devient cette fonction mémorielle, notamment dans nos relations aux autres ?

Le numérique est une transformation très récente à l'échelle de l'histoire humaine, mais d'une rapidité inédite. Cette accélération modifie profondément l'équilibre entre mémoire interne et mémoire externe. Les philosophes ont depuis longtemps réfléchi à cette question : dès l'apparition de l'écriture, se posait déjà le problème du rapport entre ce que l'individu retient en lui et ce qu'il délègue à des supports extérieurs. L'imprimerie a ensuite amplifié ce phénomène. Mais le numérique introduit une rupture majeure, par son caractère massif, immédiat et omniprésent. Pour construire notre mémoire autobiographique, il ne suffit pas d'accéder à l'information : il faut la traiter, se l'approprier, l'intégrer à une expérience vécue. Autrefois, l'individu savait où se trouvait l'information : dans un livre, une bibliothèque ou chez une personne de référence. Mais le centre de gravité de la mémoire restait le sujet lui-même. Il demeurait le pilote de l'avion. Aujourd'hui, ce centre de gravité se déplace. Des travaux expérimentaux ont montré que, face à une question difficile, les individus, notamment les étudiants, cherchent moins dans leur mémoire que dans les dispositifs numériques. La mémoire interne cède la place à la localisation de l'information dans un système externe. Ce phénomène peut contribuer à un sentiment diffus de dépossession de soi, et possiblement à une anxiété accrue, notamment chez les jeunes. Il ne s'agit évidemment pas d'une cause unique, mais d'un facteur parmi d'autres dans un environnement déjà très anxiogène.

Le numérique agit aussi sur l'attention. Quels effets cela a-t-il sur la mémoire ?

L'attention est un point clé. Le numérique sollicite en permanence nos ressources attentionnelles, ce qui affecte directement l'encodage. Or, sans attention suffisante, il n'y a pas de mémoire durable. L'encodage profond suppose un traitement sémantique : donner du sens à l'information, la relier à des connaissances antérieures, la situer dans une temporalité. Or la multiplication des sollicitations, notifications, images, flux continus favorise une mémoire superficielle, perceptive, fragmentée. Cette situation rend difficile la lecture prolongée, la réflexion soutenue, l'appropriation lente des •••

contenus complexes. On assiste à une forme de fonctionnement en stimulus-réponse, peu propice à la consolidation mnésique. À cela s'ajoute un second phénomène: l'externalisation massive de la mémoire. Les mémoires numériques ne sont pas neutres: elles sont dynamiques, orientées par des algorithmes, susceptibles d'influencer les comportements et les représentations. Il se trouve la proie de systèmes externes qui vont avoir la toute-puissance pour le manipuler. Le danger n'est pas tant la technologie elle-même que la perte de maîtrise du sujet sur ses propres contenus mentaux.

Quel est le risque à long terme pour notre mémoire interne?

Il ne s'agit pas d'adopter une vision catastrophiste. L'humanité a toujours su s'adapter, et les jeunes générations sont capables d'inventer de nouveaux équilibres. Mais le risque existe: celui d'une manipulation des individus par des systèmes qui enferment dans des boucles informationnelles. La mémoire n'est pas seulement individuelle: elle est aussi collective, au sens des interactions réelles entre les individus. Comme le soulignait Bernard Stiegler, la mémoire évolue autant dans les cerveaux qu'entre les cerveaux. Les souvenirs se transforment, se segmentent: nous oublions les événements précis, mais ils nous transforment durablement. Si ces interactions sociales sont biaisées, instrumentalisées ou filtrées par des dispositifs numériques non neutres, c'est la mémoire personnelle elle-même qui se trouve affectée. Autrefois, les mémoires externes reposaient sur des institutions, des figures de référence, une culture partagée. Aujourd'hui, ces médiations sont largement remplacées par des flux numériques, souvent incontrôlés, à un âge où les adolescents sont déjà en phase de contestation de l'autorité.

Peut-on retrouver un équilibre entre mémoire interne et mémoire externe?

Revenir en arrière est illusoire. Les technologies transforment durablement notre rapport au monde, comme l'ont fait avant elles les moyens de transport ou les médias de masse. La question n'est pas l'abolition des outils, mais leur régulation. La liberté passe peut-être par des règles collectives, à l'image du code de la route. Les débats sur l'usage des smartphones à l'école s'inscrivent dans cette logique. Le numérique peut être un outil pédagogique extraordinaire, à condition d'être accompagné, structuré et limité. Les difficultés sont nombreuses: mesurer le temps d'exposition réel, distinguer les usages vertueux des usages délétères, prendre en compte les effets indirects (sédentarité, sommeil perturbé, alimentation, isolement social). Le sommeil, en particulier, est essentiel à la consolidation mnésique, et l'usage nocturne des écrans a des effets délétères bien documentés.

La mémoire peut-elle s'adapter à la surabondance d'informations?

Jusqu'à un certain point, oui. Les jeunes développent des compétences remarquables pour gérer des environnements complexes et multitâches. Mais l'attention reste un goulot d'étranglement. Une sollicitation permanente empêche le traitement en profondeur. S'adapter ne signifie pas être en alerte constante. Pour penser, comprendre et mémoriser durablement, il faut des espaces de disponibilité mentale, libérés des sollicitations continues. Sans cela, la mémoire perd sa fonction critique et structurante, et l'individu devient réactif plutôt que réflexif.

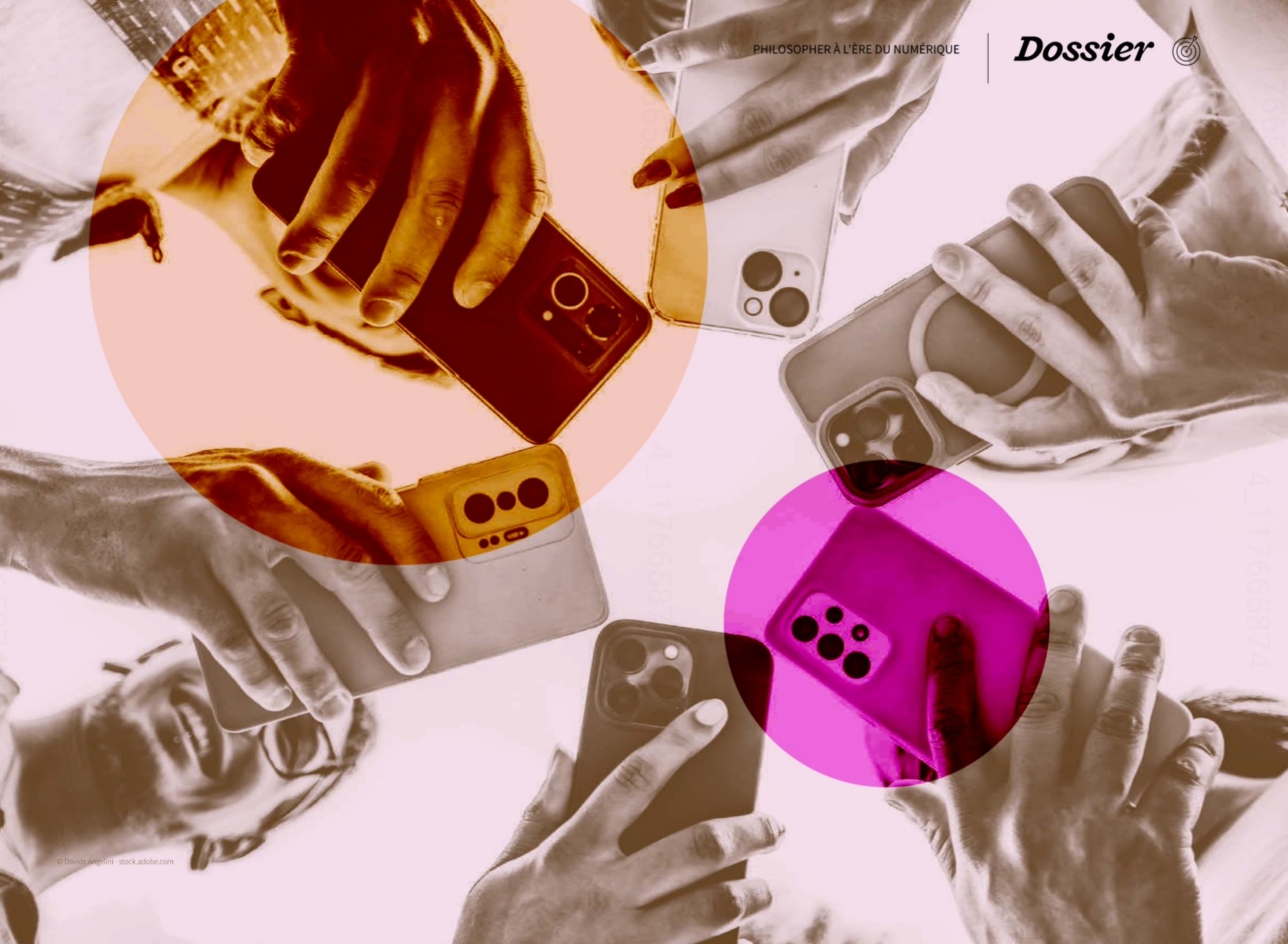
PROPOS RECUEILLIS PAR **CAMILLE AVON**

SES DERNIERS LIVRES

↦ *Les nouveaux chemins de la mémoire*, **Alpha Sciences, 10 €**

↦ *Faire face – Les Français et les attentats du 13 novembre 2015*, **Flammarion, 22 €**

« L'humanité a toujours su s'adapter, et les jeunes générations sont capables d'inventer de nouveaux équilibres. Elle est au cœur de l'identité humaine et de notre capacité à interagir avec autrui et avec l'environnement »



© Davide Angelini - stock.adobe.com

Moi, mon identité ET MON SHOW NUMÉRIQUE

Notre identité est plus que jamais remise en question à l'ère du numérique. Entre le regard d'autrui, les algorithmes et la mise en scène permanente dans laquelle nous jouons un rôle, nous ne savons plus qui nous sommes sur Internet.

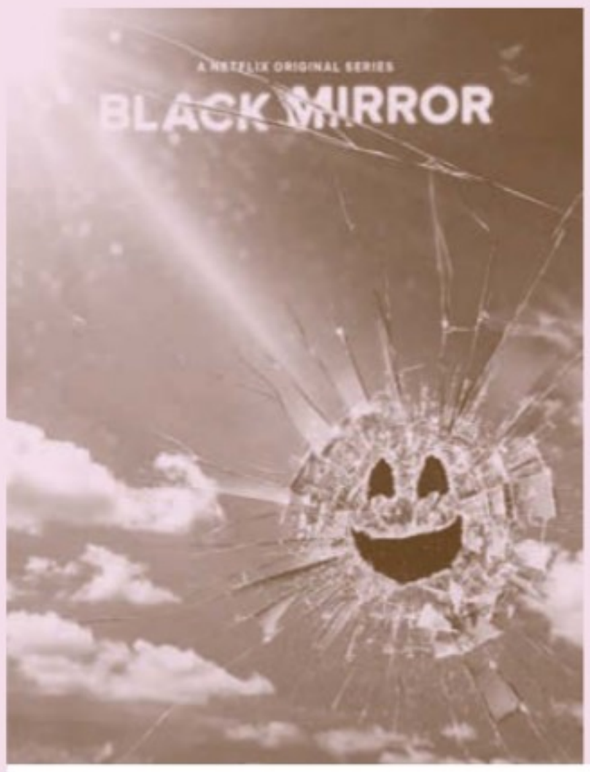
Le miroir de la salle de bains ne suffit plus. Cet endroit intime, où nous nous sommes tous regardés en face, blâmant notre physique et nous demandant : qui suis-je ? Aujourd'hui, il est concurrencé par un miroir beaucoup plus vaste, plus lumineux et moins privé : les réseaux sociaux.

Plus qu'une simple transformation, une deuxième identité émerge de ce lieu. Je suis les photos que je poste, ce que je like, je suis l'ensemble des personnes auxquelles je m'abonne.

Ce reflet numérique est bien plus malveillant. Il ne se contente pas de montrer : il critique, compare, hiérarchise. Nombreux sont ceux qui se voient à travers le regard des autres, le nombre de likes sous leur photo ou leur compteur d'abonnés. La reconnaissance se fait dorénavant à travers des chiffres. Comme si notre place dans la société ne se résumait qu'à cela : un nombre, une image, un commentaire. Petit à petit, la question philosophique « Qui suis-je ? » se déplace et devient « Qui suis-je en ligne pour autrui ? » •••

DÉFINITION

Identité : *selon Larousse, caractère permanent et fondamental de quelqu'un, d'un groupe, qui fait son individualité, sa singularité.*



Focus

Dans l'épisode intitulé « Chute libre », la série *Black Mirror* met en scène une société où chaque individu est noté en permanence par les autres via une application. Cette note conditionne l'accès au logement, au travail et même aux relations sociales. L'identité numérique devient l'identité sociale. Dans cet épisode, nous suivons Lacie, qui joue un rôle : sourires forcés, comportements calculés, relations choisies par intérêt. Pour faire monter sa note, elle s'éloigne d'elle-même. Elle va même critiquer une collègue qu'elle adore, juste pour suivre la masse et ne pas voir sa note diminuer. À la fin de l'épisode, lors de sa chute finale, lorsqu'elle n'a plus rien à perdre, elle retrouve une parole sincère. En clair, c'est quand elle est exclue qu'elle redevient elle-même.

Le moi comme mise en scène

Tel un spectacle de fin d'année, chaque mouvement est répété, chaque ligne apprise par cœur, chaque réaction façonnée de façon à paraître parfaite. Sur les réseaux, nous nous mettons en scène. Voulant donner la meilleure image de soi-même à autrui, nous corrigeons et modifions nos défauts jusqu'à ne plus nous reconnaître nous-mêmes. Nous gardons les meilleures photos, les meilleurs moments. J'offre une partie de moi calculée, fragmentée au monde. Pour le sociologue Erving Goffman, toute interaction sociale nécessite une mise en scène de soi. Nous jouons tous un rôle qui change selon la nature de l'échange. Nous livrons une performance conforme à l'identité que nous voulons renvoyer. De ce fait, nous sommes à la fois acteur et réalisateur, car sur Internet l'identité n'est pas donnée, elle est produite (par nous-mêmes).

Mais qui sommes-nous réellement quand le spectacle est fini, quand les rideaux se ferment? Qui sommes-nous quand personne ne nous regarde?

Être vu c'est exister, être ignoré c'est disparaître

Au XVIII[e] siècle, pour exister socialement, il fallait être vu : porter de jolis vêtements, arborer de précieux bijoux, se draper des plus beaux tissus. Cela permettait d'affirmer son rang dans la société. Aujourd'hui, les signes de distinction sont différents, mais la logique demeure. Pour être reconnus, il ne suffit plus d'être, il faut nous montrer. Pour être estimés socialement, nous vendons notre image. Nous n'exhibons pas des bijoux, mais des fragments soigneusement sélectionnés de nous-mêmes. Une identité que nous polissons, astiquons, taillons tel un diamant placé dans une vitrine.

Embellir sa devanture devient presque un travail à part entière. Les réseaux transforment certains individus en grands magasins : les influenceurs produisent du contenu tels des marchandises à consommer. Une économie fragile où tout se joue au nombre de clients, de followers qu'ils comptabilisent. Car, sur les réseaux, être vu c'est exister, être ignoré c'est disparaître.

Dans ce monde, notre survie repose alors sur le regard d'autrui : ce qu'on pense de nous, ce qu'on attend de nous. L'individu doit alors se plier sans cesse aux attentes de ses clients en transformant et ajustant son image, pour ne pas sombrer dans l'oubli. Selon Sartre, le jugement d'autrui

nous dépossède de notre liberté en faisant de nous un objet. Nous ne sommes plus seulement regardés : nous sommes évalués, classés et consommés. L'existence devient alors une marchandise tandis que l'identité devient un produit exposé en permanence aux yeux du monde. Suis-je donc ce qu'autrui fait de moi ?

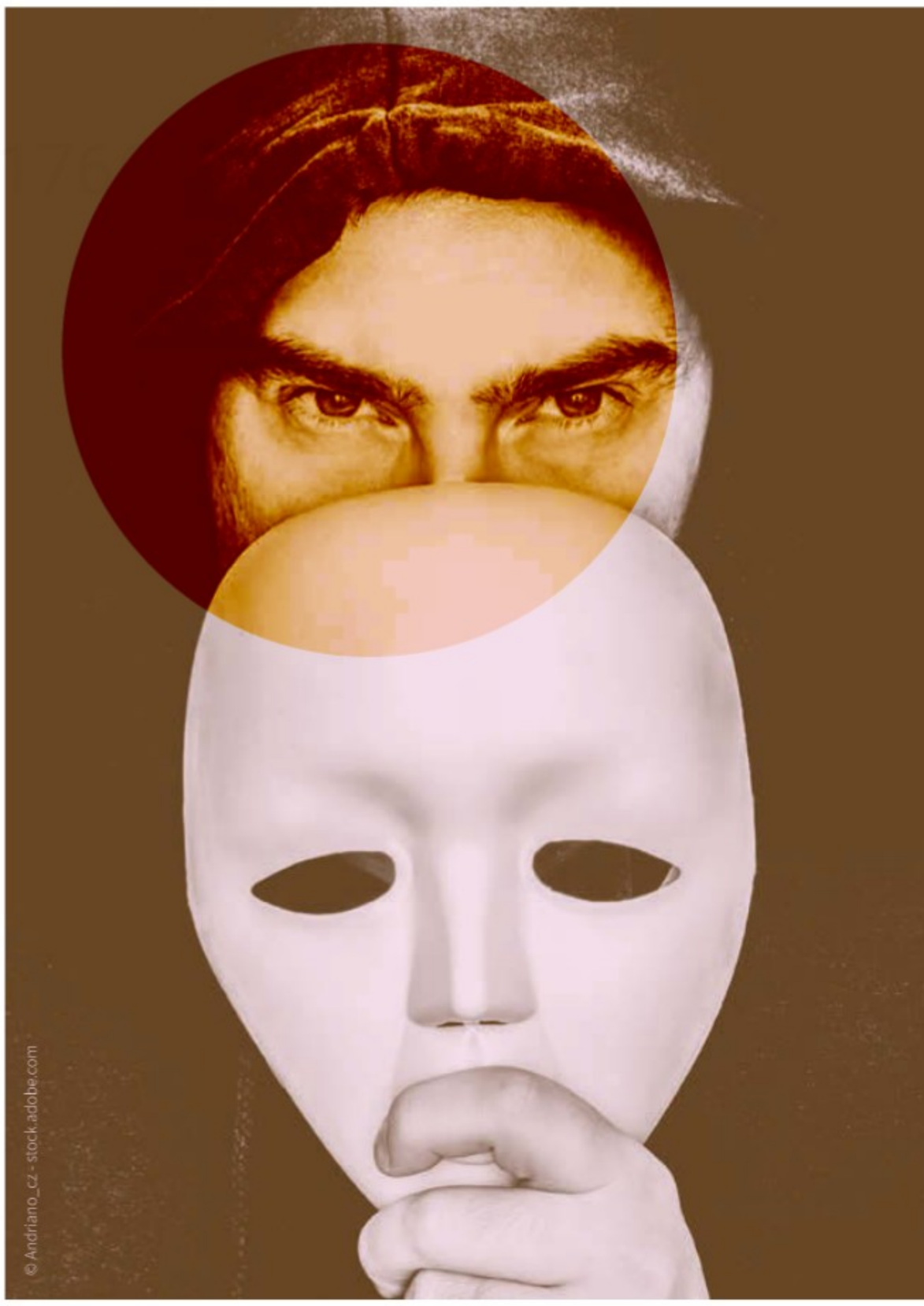
Le choix du masque

Dans ce carnaval numérique, chacun porte des masques. Un camouflage qui varie selon l'application choisie. Nous ne sommes pas les mêmes sur Instagram que sur LinkedIn. Sur ce dernier, nous adoptons le maquillage du travailleur : une identité professionnelle, lisse, conforme aux attentes du poste occupé et à l'accumulation d'expériences. À l'inverse, sur Instagram, nous dévoilons une facette plus intime de nous-mêmes : photos entre amis, repas de famille ou encore vidéos de nos animaux de compagnie.

Notre identité se fragmente alors en une multitude de visages numériques. Nous ne donnons pas les mêmes informations sur nous-mêmes selon la nature des sites. Ainsi, nous pouvons être untel sur l'un et presque son contraire sur l'autre. Nous passons d'un masque à un autre, parfois sans en avoir vraiment conscience.

Cette frontière entre les applications semble être invisible, pourtant, celles-ci sont profondément ancrées dans les normes sociales. Chacun sait intuitivement ce qui est acceptable ou non selon le réseau social. Poster une vidéo de la soirée de la veille sur LinkedIn serait perçu comme déplacé, voire inapproprié aux yeux des autres utilisateurs. Transgresser ces règles tacites expose, impérativement, au jugement d'autrui. Alors une question s'impose : sommes-nous réellement multiples ou bien contraints à nous adapter à la scène numérique ? •••

J'offre une partie de moi calculée, fragmentée au monde


© Andriano_cz - stock.adobe.com

En coulisses, le spectacle continue

Même quand nous pensons être seuls, en coulisses, le spectacle continue. Trois coups de bâton retentissent. La lumière nous éblouissant, nous peinons à voir qui assiste à la pièce. Une œuvre que nous connaissons par cœur, car nous l'interprétons jour après jour. Pourtant, à chaque représentation, nous pensons qu'elle n'est pas assez bien aux yeux du monde : « D'autres sont bien plus intéressants que moi. » Alors il arrive parfois que nous essayions de l'embellir un peu plus.

Depuis quelque temps, un nouveau regard s'est glissé dans la salle : celui des algorithmes. Dans la pénombre, ils observent nos moindres mouvements, nos recherches, nos comportements. Ils collectent des informations, telles des pièces de puzzle – notre puzzle. En les assemblant, ils prétendent révéler qui nous sommes, ce que nous aimons, comment nous habitons le monde. Sur Internet, notre identité n'est pas uniquement racontée, elle est aussi calculée. Mais alors, l'identité numérique ne deviendrait-elle pas une coproduction entre l'individu et les algorithmes ?

En ligne, nous pouvons distinguer trois strates d'identité. La première est l'identité déclarative : c'est ce que nous indiquons consciemment (nom, prénom, âge, adresse, situation familiale). Elle prolonge la mise en scène de soi, ce que nous voulons présenter au monde. La deuxième est quant à elle renseignée indirectement par les activités des utilisateurs sur le site et propose des masques variés (publications, photos, passions). Il s'agit de l'identité agissante. Enfin, la dernière se nomme identité calculée : c'est ce que les machines pensent de nous grâce à ses interprétations des première et deuxième strates. Celle-ci reflète le processus de personnalisation, de recommandation réalisé par les algorithmes. Comme au théâtre, lorsqu'un comédien oublie son texte, tel un souffleur, ils viendront nous remémorer ce que nous devons réciter, qui nous sommes dans cette pièce. Ils orientent nos choix.

Nous pensons maîtriser notre reflet, choisir un masque, régler l'éclairage de la scène. Mais, sur Internet, si nous avons la possibilité de contrôler notre identité déclarative en modifiant nos données, il est presque impossible d'agir sur les deux autres.

Finalement, suis-je vraiment ce que les machines et autrui pensent de moi ? À force d'enfiler masque après masque, ne devenons-nous pas des êtres sans visage, attendant qu'on nous dise qui nous sommes ? Ne sommes-nous pas lassés de ces allers-retours entre les coulisses et la scène ?

Où est le véritable moi sur cette scène numérique ?

De retour dans cette salle de bains, face au miroir, nous nous posons toujours les mêmes questions : qui suis-je ? que suis-je devenu ? Envahi par la chaleur des réseaux, une buée se forme et nous empêche de nous voir véritablement. Notre reflet paraît flou, déformé. Il n'est pas rare de se perdre en ligne, de ne plus savoir qui nous sommes. Peut-être sommes-nous tout et rien à la fois de ce que nous montrons. Nous regardons nos anciens posts, les versions de nous-mêmes qui ont existé à travers le

BIBLIOGRAPHIE

La Mise en scène de la vie quotidienne,
Erving Goffman, Minuit, 256 p., 22 €


© Soloviova Liudmyla - stock.adobe.com

Montrer sa vraie identité implique du courage: afficher ses imperfections, ses faiblesses et mêmes ses contradictions

temps. Mais étaient-elles aussi inventées? Comment sortir de ce spectacle dont nous n'avions même pas conscience? Où est le véritable moi sur cette scène numérique?

Montrer sa vraie identité implique du courage: afficher ses imperfections, ses faiblesses et mêmes ses contradictions. Selon Hannah Arendt, l'identité relève des actions et de la parole, non du contrôle de notre image. Être authentique sur les réseaux, c'est accepter que notre identité ne soit pas maîtrisable, qu'elle échappe à ce spectacle permanent. C'est autoriser qu'elle ne soit pas lisse, qu'elle ne réponde pas aux attentes de la société. Alors, pour retrouver un véritable nous sur Internet, il faut passer de l'image à la parole, du masque au visage. Refuser de disparaître même quand nous ne sommes pas regardés. Refuser de performer et enfin être, même sous le regard d'autrui.

PAR CAMILLE AVON

ENTRETIEN AVEC LEV FRAENCKEL

«Aller sur YouTube et TikTok, c'est aller là où tout le monde est: c'est aller dans l'agora»

Professeur de philosophie, Lev Fraenckel a choisi de transmettre sa discipline sur YouTube et les réseaux sociaux. Sa chaîne Serial Thinker, suivie par près de 58 000 abonnés, mêle références populaires et exigence philosophique. Il partage ici sa vision d'une philosophie pensée pour et par l'ère numérique.


© Roberto Frankenberg @ modds

Comment choisissez-vous vos sujets?

Lev Fraenckel: Je veux des sujets actuels, modernes, connectés à ce que les gens consomment: mangas, séries, rap, cinéma populaire, tout en restant utiles pour le baccalauréat. Je choisis en fonction de ce que je regarde moi-même. Je suis père de trois enfants : je préfère aller voir *Fast and Furious* avec eux, et philosopher ensuite dessus, plutôt qu'un film d'auteur qu'ils ne comprendront pas. Et pourtant, même *Fast and Furious* permet

de faire de la philosophie! Le niveau d'exigence reste le même, seul le support change. J'essaie de montrer qu'en écoutant du Booba, on fait déjà de la philosophie: métaphores, figures de style, vision du monde.

> ***Remarquez-vous que les algorithmes mettent en avant certains contenus?***

Oui, tout ce qui touche à la religion fonctionne très bien. Les algorithmes favorisent ces contenus car ils répondent à des questions existentielles fondamentales: le sens de la vie, la mort, le bien, le mal. Historiquement, ces questions ont été prises en charge par la religion, ce qui explique leur fort écho aujourd'hui.

> ***Le numérique suscite-t-il un regain d'intérêt pour la philosophie?***

Il y a un réel intérêt, mais aussi un malentendu. La philosophie se croise aujourd'hui avec le développement personnel et la psychologie. Leur point commun: c'est la quête du bonheur. J'ai longtemps snobé le développement personnel, que je voyais comme une philosophie simplifiée. Mais j'ai changé d'avis: c'est un tremplin. La philosophie, c'est rencontrer l'adversité. En développement personnel, on parle de sortir de sa zone de confort pour devenir la meilleure version de soi-même, ce qui est l'équivalent grand public de la philosophie hégélienne. Chez Hegel, on devient soi-même en passant par une négation, par un risque existentiel – risquer ses idées. Philosopher, c'est accepter de mourir à soi-même, de se laisser transformer par une pensée adverse. Si je pense toujours la même chose, je reste dans une forme de naïveté et alors je ne deviendrai jamais moi-même. C'est paradoxal: pour devenir moi-même, je dois me confronter à une idée qui ne vient pas de moi-même et qui peut changer ma façon d'être. C'est exactement la logique de la dissertation: thèse, antithèse, synthèse. Sans adversité, il n'y a pas de pensée complexe. Les formes populaires ne doivent pas être méprisées : elles permettent d'entrer dans la philosophie.

> ***Comment penser l'adversité sur des réseaux très polarisés?***

Sur les réseaux sociaux, on se rend compte qu'il y a des communautés religieuses, nationales, politiques. Les algorithmes nous enferment dans ces communautés qui pensent comme nous. Or l'aventure de l'esprit consiste à penser contre soi-même et contre la *doxa*. Socrate l'a fait: il a toujours pensé contre lui-même, mais également contre les opinions préconçues de l'époque. Il va être même condamné à mort justement pour avoir contesté la véracité d'Athéna. Et par la suite, les grands penseurs jusqu'à Simone de Beauvoir ont interrogé les opinions préconçues de l'époque. La philosophie est un antidote à la pensée qui «ronronne». Elle oblige à s'arracher aux opinions qui ont infusé en nous, et ainsi à mieux interroger.

> ***Qu'en est-il de l'esprit critique à l'ère du numérique?***

Je me rends compte, quand je poste des vidéos, de certains commentaires, des croyances, des convictions profondes qui sont très difficiles à déstabiliser. Je crois que, s'il faut mettre la philosophie sur les réseaux sociaux, c'est aussi pour ça. Aller sur YouTube ou TikTok, c'est aller dans l'agora. •••



Ma vie a-t-elle un sens? Et autres questions philosophiques du quotidien, **Lev Fraenckel, Albin Michel, 176 p., 17,90 €**

Ces contenus doivent aller sur les réseaux pour se faire leur place : là où c'est compliqué de se faire son esprit critique. Le rapport à l'image fait en sorte que nous sommes parfois séduits plus par les images que par un raisonnement. Je crois qu'ici l'image est au service du raisonnement, mais pas le contraire. Comme la rhétorique, l'apparence doit donner envie d'écouter, sans jamais remplacer la pensée.

La philosophie et le numérique peuvent-ils coexister ?

Oui, et les réseaux ont même « ringardisé » la philosophie télévisuelle, souvent élitiste et pompeuse. Sur les réseaux sociaux, un discours plus accessible émerge. On peut faire de la philosophie sans se prendre au sérieux. Parfois, on me demande pourquoi je fais de la philosophie sur TikTok. On me dit que ce n'est pas sérieux. Mais, bien au contraire, si je me prenais vraiment au sérieux, je ne serais pas sur TikTok. La philosophie n'a pas à rester confinée à des débats entre spécialistes.

La technique ou l'IA nous empêche-t-elle de penser ?

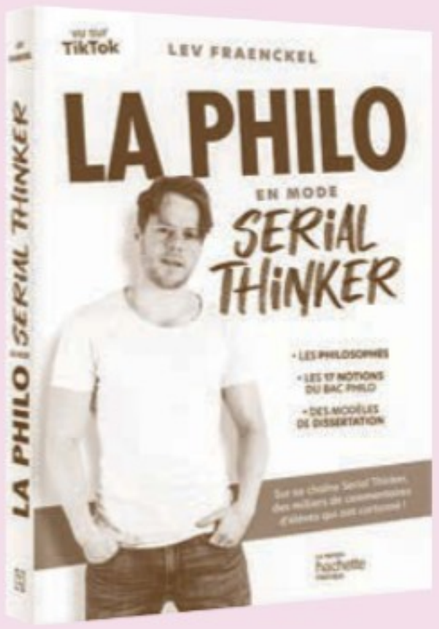
On dit souvent que la technique est un instrument au service d'un but, et tout dépend du but qu'on va assigner à la technique. Si notre objectif est de faire le bien, alors la technique sera bonne, et inversement. Elle n'est donc pas neutre, elle oriente notre rapport au monde. Nous voyons cela avec les applications de rencontres : ce n'est pas juste un moyen de nous rencontrer. C'est également une certaine manière de se rapporter à la rencontre. Des rencontres basées sur le mode de consommation, sur le mode du *swipe*, sur le choix infini. C'est une certaine manière d'envisager la relation. Il ne s'agit pas de disqualifier l'outil, mais d'en prendre conscience.

« En prendre conscience » : *la philosophie peut-elle devenir un acte de résistance ?*

Oui, mais sans tomber dans la technophobie. Le progrès technologique est inéluctable. Le refuser, c'est perdre d'avance. Il faut l'orienter et développer des formes de résistance lucides. Le philosophe Michel Serres montre que perdre une faculté peut en développer une autre. Il prend l'exemple de la bipédie. Auparavant nous utilisions nos pattes avant pour nous mouvoir. Le fait d'avoir libéré nos bras nous a permis de développer les mains, et notamment la possibilité de fabriquer des outils avec celles-ci. Finalement, cela a permis de développer quelque chose de supérieur en l'homme. D'une certaine manière, abandonner une faculté, ce n'est pas une perte mais un gain. Et je pense que c'est la même métaphore pour le cerveau. Aujourd'hui, nous avons moins besoin de la mémoire car nous stockons tout dans nos téléphones de manière beaucoup plus efficace. Peut-être que c'est pour développer d'autres facultés de notre cerveau plus créatives.

Pourtant, beaucoup utilisent de plus en plus l'IA pour un aspect créatif aussi, alors que reste-t-il ?

Avant l'IA, tous les outils technologiques à notre disposition ne remplaçaient pas la faculté la plus essentielle de l'être



La philo en mode serial thinker,
Lev Fraenckel, Hachette Pratique, 280 p., 19,95 €

«Quand l'IA prendra en charge les tâches utilitaires, la philosophie restera un rapport au savoir désintéressé, une fin en soi»

humain : la créativité. Pour la première fois de l'humanité, c'est vrai qu'il y a un gros changement. Peut-être que cette innovation ne doit pas être traitée de la même manière que les autres outils. Je crois que cela doit réinterroger notre rapport à l'inventivité, au raisonnement, notre rapport à l'intelligence de manière globale. Par exemple, quand je vais à la salle de musculation, je soulève des poids alors qu'un tracteur peut soulever plus de poids que moi, et pourtant je le fais quand même. Ce n'est pas parce qu'un appareil fait mieux que moi que je vais abandonner le fait de faire. Ce qui est intéressant dans la musculation, ce n'est pas de soulever des poids, c'est ce que ça va transformer en moi. Donc deux choses resteront face à l'IA : ce que le raisonnement produit sur moi et le plaisir. Comme aux échecs, l'IA peut jouer mieux que moi, que certains champions dans leur domaine, mais elle ne m'enlève pas le plaisir d'y jouer moi-même. La machine ne peut pas prendre du plaisir à ma place. L'IA pourrait nous •••



Dissert' Master : la méthode ludique pour réussir ton bac philo !, **Lev Fraenckel, Belin Éducation, 22,90 €**

libérer de l'utilitarisme du savoir et redonner toute sa place au plaisir de comprendre et de créer. Il est possible que dans cinquante ans, 100 % des métiers soient remplacés par la machine. Mais ce ne sera pas une catastrophe, nous vivrons dans le jardin d'Éden.

À l'ère des fake news, *qu'advient-il de la vérité?*

L'IA peut produire tellement d'images et de vidéos qui paraissent si réelles, et encore nous sommes à la préhistoire de l'IA. Ça va devenir de plus en plus convaincant. On ne sait plus ce qui est vrai, ce qui est faux. Ça va devenir un instrument de pouvoir aussi. Nous sommes dans l'ère de post-vérité, selon Gérald Bonner. C'est là où l'esprit critique va devenir de plus en plus déterminant. Comme l'écriture autrefois: on pensait que l'écriture était une vérité mise par écrit qui pouvait être disposée pour tout le monde et instrumentalisable par n'importe qui. Maintenant, ça ne doit pas disqualifier l'écriture en tant que telle. L'IA comporte des risques, mais elle ne doit pas être déshonorée. Il y a cinquante ans, le problème était qu'il n'y avait qu'une seule chaîne de télévision et que l'information était complètement monopolisée par l'État. Aujourd'hui, nous sommes dans le risque inverse: l'information est créée par n'importe qui sur son téléphone. Elle est dispersée, dissoute.

Pratiquera-t-on encore la philosophie demain?

Oui, et plus que jamais. Quand l'IA prendra en charge les tâches utilitaires, la philosophie restera un rapport au savoir désintéressé, une fin en soi. Ce qui ne sert à rien, au sens utilitaire, est parfois ce qui a le plus de valeur. Par exemple, dans les rapports amoureux: si je disais à quelqu'un «je t'aime car tu m'es utile», on voit bien que c'est reléguer l'autre à l'état de moyen, d'instrument. Ça voudrait dire que je suis quelqu'un d'intéressé. La philosophie, c'est ce rapport au savoir qui n'est pas utilitaire, c'est un rapport au savoir qui vise le comment bien vivre, le bonheur, la connaissance pure sans instrumentalisation. Elle propose une finalité que la machine ne pourra jamais remplacer: réfléchir, méditer, créer, vivre mieux.

PROPOS RECUEILLIS PAR **CAMILLE AVON**

«La philosophie n'a pas à rester confinée à des débats entre spécialistes»

« Philosopher, c'est accepter de mourir à soi-même, de se laisser transformer par une pensée adverse »



© Giovanni Cancemi/Shutterstock



La philo est-elle DÉNATURÉE PAR LE NUMÉRIQUE ?

Des paroles au papier et du papier au Net, la philosophie a changé de support au fil du temps. Mais, au contact du numérique, cette discipline ne s'est-elle pas transformée?

Depuis toujours, la philosophie est une discipline fondée sur des temps longs. Argumentation, réflexion et recul sont nécessaires pour approcher le sens des textes. Ce sont ces moments où nous relisons plusieurs fois une phrase pour essayer de décoder chaque message, chaque image, chaque notion. C'est un enseignement qui implique une temporalité particulière: c'est accepter la lenteur de la lecture, rencontrer l'hésitation, laisser mûrir les idées. Elle demande d'abandonner une réaction immédiate pour méditer sur ces conceptions.
Or, avec l'arrivée massive du numérique, cet équilibre semble bouleversé. La question n'est plus seulement de savoir si la philosophie peut utiliser ces outils numériques, mais plutôt, de se demander si la nature même de l'activité philosophique pourrait se transformer à leur contact? •••

La culture de l'instantanéité

Ces temps longs n'existent plus, la culture de l'instantané s'est imposée à nous. Dans cet espace numérique, la connaissance se présente en un clic, en une synthèse, en un fragment d'information. Les concepts se présentent sous la forme condensée, prête à être consommée immédiatement. Pour certains d'entre nous, nous choisissons la facilité plutôt que l'effort. Nous préférons lire le résumé d'un livre philosophique plutôt que l'ouvrage lui-même. Nous voulons tout savoir dans un temps record, plutôt que de laisser infuser ces idées en nous. Pour le philosophe sud-coréen Byung-Chul Han : «*La communication numérique détruit le silence nécessaire à la pensée.* » Dans l'espace numérique, la patience est une anomalie, là où la rapidité est la norme. Internet a remplacé l'art d'attendre par l'exigence de l'immédiat.

Cette transformation modifie également notre relation aux textes. Longs, complexes, les écrits philosophiques supposent un contact prolongé avec une pensée étrangère. Pourtant, avec le numérique, la lecture est souvent discontinue. Nous passons d'un extrait à une citation, à un résumé. Cette fragmentation entraîne une perte du contexte explicatif, à l'objectif même de la dissertation. L'argumentation, la cohérence du raisonnement sont balayées pour quelques minutes gagnées. En supprimant les temps longs, le risque est de voir se substituer à l'exercice du jugement, une simple consommation d'explications. La question se pose alors : dans un futur proche, lirons-nous encore des œuvres entières ou seulement des résumés ?

L'enseignement philosophique et le numérique

Dans ce contexte, l'enjeu pour l'enseignement philosophique est de conserver l'exercice du raisonnement pour et par soi-même. Malgré la puissance des outils numériques, ceux-ci ne pourront jamais remplacer la formation de l'esprit. Seules, la pratique et la patience le pourront. Se contenter de résumés ou de fiches de révision ne suffit pas à développer un véritable esprit critique. Comprendre un écrit philosophique demande un effort d'interprétation que seule la confrontation directe avec l'œuvre permet.

Pourtant, il serait excessif de considérer le numérique comme une menace. Plutôt que de s'y opposer totalement ou de s'y soumettre, le numérique peut devenir un objet de réflexion. Un nouveau terrain d'enquête, une nouvelle notion pour la philosophie. Il peut transformer cette discipline en apportant de nouvelles idées.

Certains enseignants intègrent ces outils numériques au sein même de leurs cours : des portails numériques vers des textes, des cahiers de vacances numériques ou encore des travaux académiques mutualisés. Des lycéens en France ont même adopté un logiciel nommé Dialoguea, conçu pour faciliter les débats en classe et favoriser le développement des compétences argumentatives des élèves.

Dans ces conditions, le numérique peut devenir un support de diffusion, mais également un moyen de renouveler certaines pratiques pédagogiques.

Numérique et transformation historique

Dire que le numérique est l'unique responsable de cette transformation serait une erreur. L'histoire de la pensée nous a montré que chaque mutation des supports intellectuels modifie les pratiques.

L'invention de l'imprimerie, par exemple, a profondément transformé la circulation des idées en rendant les textes plus accessibles. De la même manière, le numérique ouvre de nouvelles possibilités : accès

« Livres raccourcis. Condensés. Digests. Abrégés. Tout est réduit au gag, à la chute. Condensés de condensés. Condensés de condensés de condensés »

FAHRENHEIT 451 – RAY BRADBURY

permanent au savoir, multiplication des commentaires et une circulation mondiale des œuvres. Les archives web ou encore les plateformes de discussions académiques permettent un accès inédit aux ressources intellectuelles. Elles modifient le lieu du débat tout en gardant la volonté de comprendre le sens des textes. L'agora antique a changé d'apparence, mais elle reste un lieu d'échanges, de circulation de l'information.

De plus, Internet peut être un espace où certains philosophes contemporains peuvent eux aussi partager leurs travaux. Le numérique élargit ainsi l'espace de la discussion philosophique, en favorisant la circulation des idées à l'échelle mondiale. •••

Révélation de la pensée via le numérique

L'univers numérique vient aussi interroger les conditions de la pensée : la concentration, l'argumentation et la discussion. Les réseaux sociaux encouragent une navigation rapide d'un sujet à un autre. Nous sommes habitués à « scroller », en passant d'un sujet à un autre, sans continuité. Ainsi, cette pratique impacte notre capacité d'attention. Nous cherchons la meilleure vidéo sans cesse, quitte à passer des heures à la trouver. Dans ce contexte, la réflexion profonde peut devenir difficile. La philosophie exige en effet une forme de résistance à la dispersion de l'attention.

L'enjeu n'est pas de retrouver l'âge d'or de la pensée, mais plutôt de reconnaître ces transformations. La philosophie ne se définit pas par les différents supports via lesquels elle communique, mais par la volonté concrète de penser.

L'illusion de la profondeur

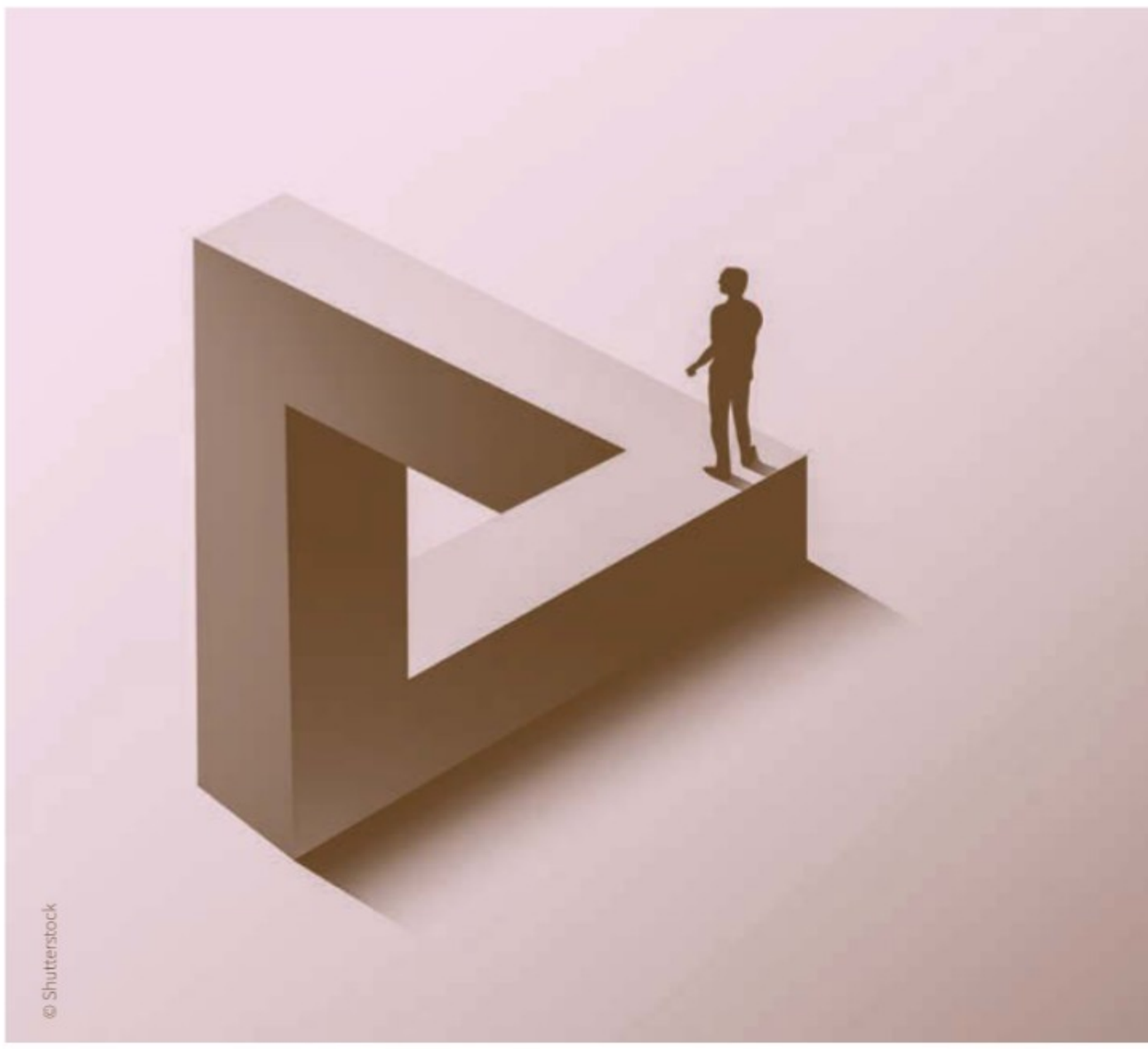
Sur Internet, en quelques clics, il est possible de consulter des articles, des résumés ou des citations philosophiques. Cette abondance d'informations donne l'impression d'être informé, cultivé. Pourtant, accumuler des informations ne signifie pas spécifiquement de les comprendre. L'illusion de la profondeur apparaît lorsque l'abondance d'informations nous donne l'impression de progresser intellectuellement, tout en restant à la surface des choses.

La philosophie exige un travail d'appropriation. Il faut se confronter au texte, mesurer les limites, comprendre l'argumentation. Ce processus demande du temps. Cependant, dans l'espace numérique, la rapidité et la diversité des contenus ne nous donnent jamais une connaissance approfondie. Ils nous offrent une succession d'aperçus sans jamais nous donner l'œuvre dans sa globalité. Par exemple, sur les réseaux sociaux, il n'est pas rare de voir une citation d'un auteur, circuler massivement. Pourtant, détachée de son contexte, elle perd une partie de sa signification, voire être mal comprise par ces utilisateurs.

Mais alors, la philosophie ne risquerait-elle pas d'être réduite à des phrases inspirantes plutôt qu'à un véritable exercice de la pensée?

Le numérique ne dénature pas nécessairement la philosophie. S'il peut parfois simplifier la réflexion, il offre aussi de nouveaux moyens de diffuser les idées et de partager la pensée. Il est du devoir de chacun de choisir d'en faire un usage réfléchi, pour que l'effort de la pensée ne soit pas remplacé.

PAR CAMILLE AVON



© Shutterstock

« La paix, Montag. Proposez des concours où l'on gagne en se souvenant des paroles de quelque chanson populaire, du nom de la capitale de tel ou tel État ou de la quantité de maïs récoltée dans l'Iowa l'année précédente. Bourrez les gens de données incombustibles, gorgez-les de "faits", qu'ils se sentent gavés, mais absolument "brillants" côté information. Ils auront alors l'impression de penser, ils auront le sentiment du mouvement tout en faisant du surplace »

FAHRENHEIT 451 – RAY BRADBURY

L'intelligence artificielle générative s'inscrit dans cette tradition ambivalente. Comme toute technologie puissante, ses usages peuvent être bénéfiques ou dangereux. L'énergie nucléaire soigne certains cancers, mais peut être utilisée comme une arme, espérons-le, de dissuasion. De la même manière, l'IA peut aider des chercheurs à déchiffrer des textes anciens de 2 500 années avec le système Ithaca ou soutenir l'apprentissage des mathématiques. Mais elle peut aussi produire des idées ou des solutions « prêtes à consommer », qui dispensent de l'effort de réfléchir.

Résister à la facilité LA VOLONTÉ FACE À L'ÈRE DE L'IA

L'histoire des techniques est aussi celle de nos tentations. Chaque invention promet un gain: gain de temps, gain d'énergie, gain d'effort. Pourtant, derrière ce gain se cache toujours une question philosophique plus profonde: que devient notre volonté lorsque la machine nous propose d'agir, de décider ou même de penser à notre place?

Une technologie ambivalente

La question n'est donc pas seulement technique : elle est existentielle. Elle touche à l'agentivité, c'est-à-dire à notre capacité à être auteurs de nos actions et de nos pensées. D'un point de vue existentialiste, l'agentivité découle de la liberté fondamentale de choisir. Depuis des perspectives structuralistes et pragmatiques, il faut toutefois reconnaître que nos actions sont toujours situées dans un contexte social qui les rend possibles tout en les contraignant. Lorsque nous ne disposons ni du contexte ni du temps nécessaires pour développer correctement une tâche intellectuelle, la tentation peut être grande d'en déléguer l'effort à une machine qui nous fournit une solution déjà prête.

Penser exige du temps et de l'effort

Réfléchir est un acte coûteux. Il exige de prendre du temps, de gérer l'attention et de réguler la tâche. La philosophie elle-même est née de cette lenteur : lire, comparer, douter, reformuler. L'IA, au contraire, fonctionne dans l'immédiateté. Elle fournit des réponses instantanées, synthétiques, souvent convaincantes. Mais cette facilité pose une question : lorsque la réponse arrive avant même que la question ait été pleinement pensée, que devient l'effort de comprendre ?

Face aux IA génératives, la friction cognitive nécessaire à l'apprentissage tend à se réduire. Or cette friction n'est pas un défaut : elle constitue souvent la condition même de l'apprentissage. L'étudiant qui s'efforce de formuler un raisonnement construit une représentation mentale du problème. Lorsque la réponse apparaît instantanément, il n'y a ni effort de représentation, ni mise à l'essai, ni évaluation de son propre processus de construction des connaissances.

L'enjeu n'est donc pas de refuser l'IA, mais de préserver un espace où la pensée humaine reste active

Entre opportunité pédagogique et délégation excessive

Pour autant, condamner l'IA serait une réponse trop simple, car elle ouvre également des possibilités inédites. Pour un élève animé d'une véritable volonté d'apprendre, l'accès à un système capable d'expliquer, de reformuler ou de dialoguer peut constituer une opportunité remarquable. L'IA peut alors devenir un outil de clarification, un partenaire intellectuel offrant un retour critique sur le travail produit, voire un support à la pensée divergente permettant d'explorer des idées alternatives. Un tel usage « métacognitif » suppose toutefois que l'apprenant soit conscient des processus mobilisés dans la réalisation d'une tâche intellectuelle et capable de réguler la délégation de certains d'entre eux.

La question devient alors : quelle volonté mettons-nous dans l'usage de l'IA ? •••

Certaines situations contemporaines illustrent l'ambiguïté du phénomène. Dans les coulisses de l'économie numérique, de nombreux travailleurs contribuent déjà à entraîner les systèmes qui pourraient ensuite automatiser leur propre travail. Des joueurs de Pokémon Go, non informés, ont participé à la constitution de gigantesques bases de données visuelles utilisées pour entraîner des robots dotés d'IA. L'humain produit ainsi, souvent gratuitement ou involontairement, la matière première des machines qui le remplaceront dans certaines tâches.

Cette situation crée un paradoxe : nous alimentons les systèmes qui risquent de diminuer notre propre rôle et notre agentivité.

© Billion Photos/Shutterstock

4_117665874

Comme le Petit Prince face au marchand de pilules censées apaiser la soif, qui choisit de refuser les pilules et de conserver l'effort d'aller jusqu'à la fontaine

Préserver un espace pour la pensée humaine

Dans le domaine du travail intellectuel, les effets se font déjà sentir. Certains programmeurs ressentent un sentiment d'inutilité face aux outils de génération automatique de code. Des enseignants expriment une frustration face à des devoirs fortement assistés par des systèmes d'IA. La question n'est pas seulement celle de la fraude ou de l'efficacité : elle touche à la valeur même de l'effort humain.

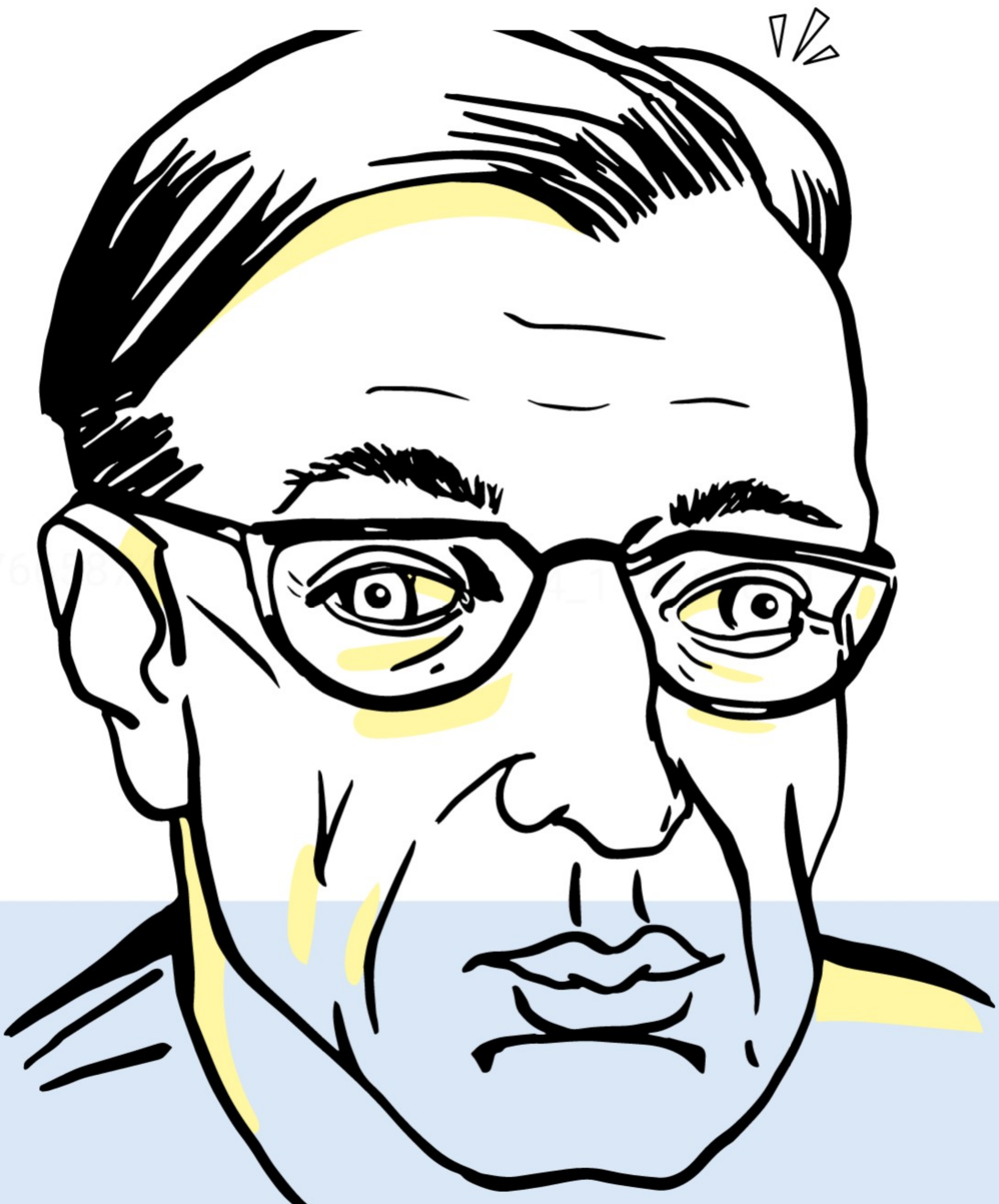
Car la volonté humaine ne se réduit pas à la capacité d'atteindre un résultat : elle réside aussi dans l'acceptation de l'effort nécessaire pour y parvenir. Si nous apprécions une sculpture de Rodin plutôt qu'un duplicata imprimé en 3D, c'est précisément parce que nous reconnaissons l'effort, la maîtrise et le contexte humain dont l'œuvre est issue.

Dans un monde où les IA nous proposent des solutions immédiates, résister à la facilité peut devenir un acte volontaire. Lire un texte difficile plutôt qu'un résumé automatique, formuler une idée imparfaite plutôt que générer une réponse parfaite, réfléchir avant de déléguer : ces gestes peuvent paraître modestes, mais ils constituent peut-être aujourd'hui de véritables actes d'autonomie. L'enjeu n'est donc pas de refuser l'IA, mais de préserver un espace où la pensée humaine reste active.

Car si les IA peuvent produire des réponses, elles ne peuvent pas décider pour nous ce qui mérite d'être pensé. Le choix de ce à quoi nous accordons notre attention, notre temps et notre effort demeure un territoire de liberté intellectuelle qu'il nous faut protéger collectivement. Comme le Petit Prince face au marchand de pilules censées apaiser la soif, qui choisit de refuser les pilules et de conserver l'effort d'aller jusqu'à la fontaine. Face aux multiples délégations intellectuelles permises par l'IA, nous devons nous demander quelles sont les tâches sur lesquelles nous voulons encore penser et agir par nous-mêmes, et comment développer cette agentivité face à l'IA, dès l'école puis tout au long de la vie.

PAR MARGARIDA ROMERO

4_117665874



Bio express

Né le 21 juin 1905 à Paris	Mort le 15 avril 1980	Professeur, philosophe, essayiste, romancier	Fondateur et directeur de la revue *Les Temps modernes* à partir de 1945	Figure emblématique de l'existentialisme

“L’existence précède l’essence”

JEAN-PAUL SARTRE

Figure majeure de la philosophie du XXe siècle, Jean-Paul Sartre a bouleversé notre manière de penser la liberté, la responsabilité et l’engagement. Philosophe, écrivain et intellectuel engagé, il affirme que l’homme ne reçoit aucun destin tout fait : il se construit par ses actes. À travers l’existentialisme, Sartre place chaque individu face à une liberté radicale, aussi exaltante qu’angoissante.

Jeunesse

Privé de père, mort de la fièvre jaune quinze mois après sa naissance, le jeune Jean-Paul Sartre, surnommé « Poulou », fut élevé par sa mère et ses deux grands-parents maternels. Son grand-père, professeur agrégé d'allemand, a joué un rôle décisif dans son éducation. Grâce à lui, il découvrit très rapidement la littérature et, par la même occasion, nourrit l'ambition de devenir écrivain.

Au lycée, il se lie d'amitié avec Paul Nizan (futur romancier et philosophe lui aussi) avec qui il entrera à l'École supérieur nationale de Paris. Esprit provocateur et anti-conformiste, Sartre s'y fait rapidement remarquer. Sur les bancs de l'école, il fait la connaissance de sa future compagne : Simone de Beauvoir. Il sort de l'ENS en 1924 et devient professeur agrégé de philosophie.

L'existentialisme

Au cœur de la philosophie sartrienne naît une idée radicale : l'homme naît d'abord puis se définit. Cette thèse se résume dans cette citation : « *L'existence précède l'essence.* » Contrairement à un objet, premièrement pensé par l'artisan puis créé, l'humain n'est pas déterminé. Aucun destin, aucun plan divin : c'est l'homme lui-même qui se construit. Tout au long de notre vie, il devra faire des choix, des décisions qui le définiront.

Un courant de pensée qui va à l'encontre du déterminisme : selon lequel nos actions sont dictées, déterminées par des facteurs internes ou externes. Pour Sartre, certaines choses nous limitent (origines, classes sociales, expériences du passé), mais nous sommes les seuls à donner du sens à un événement. Ainsi, celui-ci est soit un obstacle, soit une opportunité.

Liberté radicale

Selon lui, il n'y a pas de doute : nous sommes absolument libres. Une liberté vertigineuse, car elle signifie que nous sommes entièrement responsables de nos actes et de qui nous devenons. Cette pensée se résume dans une phrase choc : « *L'homme est condamné à être libre.* »

La notion de liberté va donc de pair avec la peur, l'angoisse. Ici, elle ne représente pas une faiblesse, mais une prise de conscience de pouvoir choisir. Il dira même que c'est dans les moments les plus extrêmes que nous avons conscience de notre liberté : « *Jamais nous n'avons été plus libres que sous l'occupation allemande.* » À cette époque, chaque acte pouvait nous coûter la vie.

Choisir, c'est aussi s'engager pour l'humanité tout entière. En me choisissant moi-même, je propose une certaine image de l'homme : « *L'homme est condamné à chaque instant à inventer l'homme.* »

Mauvaise foi

Dans la philosophie sartrienne, la mauvaise foi consiste à se mentir à soi-même en prétendant que nous ne sommes pas libres. Une forme d'illusion dans laquelle nous préférons rester loin de nos responsabilités : « *Je dois savoir cette vérité pour me la cacher.* » Contrairement au mensonge, la mauvaise foi implique que l'on connaît la vérité tout en cherchant à l'ignorer. Selon lui, nous ne sommes pas tristes par nature, nous nous faisons tristes. •••

BIBLIOGRAPHIE

↦ *L'existentialisme est un humanisme,* Jean-Paul Sartre, Folio, 120 p., 2,50 €

↦ *L'Être et le Néant,* Jean-Paul Sartre, Gallimard, 852 p., 19,50 €

↦ *La Nausée,* Jean-Paul Sartre, Gallimard, 256 p., 8,60 €

↦ *Les Mots,* Jean-Paul Sartre, Gallimard, 224 p., 8,60 €

« Les seules limites qu'une liberté rencontre, elle les trouve dans la liberté »

JEAN-PAUL SARTRE

« Jamais nous n'avons été plus libres que sous l'occupation allemande »

JEAN-PAUL SARTRE

En bref...

THÈME	PENSÉE	CITATION
Existence	Nous naissons d'abord puis nous nous définissons.	*« L'existence précède l'essence. »*
Liberté	Nous avons une liberté absolue mais cruelle à la fois, car nous sommes responsables de chaque choix.	*« L'homme est condamné à être libre. »*
Angoisse	Elle nous permet de prendre conscience de notre liberté.	*« Jamais nous n'avons été plus libres que sous l'occupation allemande. »*
Dieu	Il n'y a pas de Dieu, nous sommes donc notre seul libre-arbitre.	*« Dieu, c'est la solitude des hommes. »*
Désespoir	Nous ne pouvons pas contrôler l'action d'autrui.	*« La vie humaine commence par l'autre côté du désespoir. »*

«L'enfer, c'est les autres»

JEAN-PAUL SARTRE

4_117665874

Engagement politique

Durant la Seconde Guerre mondiale, il est fait prisonnier et passe quelque temps dans un camp de détention en Allemagne. Intellectuel engagé, il prend position en politique où il se rapproche du mouvement communiste (PCF) en devenant un « compagnon de route » en 1952, avant de s'en éloigner en 1956. Opposé à la guerre d'Indochine, fervent défenseur de l'indépendance algérienne et soutien de la révolution cubaine, il mettra sa plume au service des minorités et des injustices. En mai 1968, il participe et appelle à la révolte étudiante : « *La violence est la seule chose qui reste, quel que soit le régime, aux étudiants qui sont jeunes, qui pensent qu'ils ne sont pas encore entrés dans le système que leur ont fait leurs pères, et qui ne veulent pas y entrer… Il n'y a qu'une solution : descendre dans la rue.* »

Les Temps modernes

Au lendemain de la guerre, il crée la revue mensuelle *Les Temps modernes* avec Simone de Beauvoir et Maurice Merleau-Ponty. Littérature, philosophie, plusieurs disciplines sont mises en avant avec comme but premier : ne pas commettre les mêmes erreurs qui ont mené à la Seconde Guerre mondiale. Plus de 700 numéros paraîtront jusqu'à l'arrêt de la revue en 2018.

POUR ALLER PLUS LOIN

Refus du prix Nobel de littérature

En 1964, Jean-Paul Sartre reçoit le prix Nobel de littérature. Une distinction que l'auteur décline. À l'instar de la Légion d'honneur qu'il a refusée en 1945, il déclara : « *L'écrivain doit donc refuser de se laisser transformer en institution même si cela a lieu sous les formes les plus honorables comme c'est le cas.* » Selon lui, ses œuvres doivent être reconnues par ses lecteurs, non par des instances symboliques qu'il associe à la bourgeoisie qu'il combat.

Héritage

Victime d'une attaque lors des émeutes, en 1971, il perd la vue. Jean-Paul Sartre s'éteint, neuf ans plus tard, le 15 avril 1980 à la suite d'un œdème pulmonaire. Aujourd'hui, la philosophie de Sartre continue de se diffuser et d'influencer le monde contemporain.

Plus de quatre décennies après sa mort, il reste l'un des écrivains les plus lus au monde. Il donne son nom à plus d'une centaine de rues. Sa vie, ses œuvres et sa philosophie ont inspiré des musiques, des séries et des adaptations cinématographiques de ses pièces de théâtre.

PAR CAMILLE AVON

Exercices pour vivre à la façon de Sartre

Arrêtez d'attendre d'être prêt pour commencer, faites même si les débuts sont imparfaits et assumez-le !

Demandez-vous quelle part de responsabilité est vraiment la vôtre dans une situation précise.

Engagez-vous dans une association ou pour une cause qui surpasse votre intérêt personnel.

4_117665874



© 2024 Master1305/Shutterstock

Être libre, est-ce faire ce que l'on veut ?

La philosophie voyage, les idées aussi. Nous avons posé cette question à 5 personnes, vivant aux quatre coins du globe.

Enzo, Italie

« Pour moi, si chacun faisait ce qu'il voulait, il n'y aurait plus de justice. Certains imposeraient leur volonté aux autres. Je pense que la liberté repose sur un équilibre fragile entre mes droits et ceux des autres. La liberté, c'est aussi réfléchir avant d'agir et accepter que tout n'est pas possible. »

4_117665874

Lou, Nouvelle-Calédonie

« On croit parfois que faire ce que l'on veut, c'est être libre, mais je pense que c'est l'inverse. Quand on agit uniquement selon nos envies, on peut devenir dépendants de nos désirs. Nous n'avons plus le contrôle sur nous-mêmes. La véritable liberté, selon moi, serait plutôt la capacité de prendre du recul, de dire non à certaines envie et de choisir ce qui est vraiment bon pour soi. »

Lisa, Australie

« Je crois que la liberté, ce n'est pas faire tout ce que l'on veut. Mais pouvoir choisir même dans les situations difficiles. Parfois, on n'a pas beaucoup d'options, mais le simple fait de décider reste une forme de liberté. »

4_117665874

Cameron, États-Unis

« On associe souvent la liberté au fait de faire ce que l'on veut. Mais je pense que parfois cela mène à l'excès. La liberté, c'est plutôt savoir se fixer des limites pour mieux vivre. Quand j'étais élève, je pensais que la liberté, c'était rester à la maison et ne pas aller à l'école. Mais sans cette éducation, je n'en serais pas là dans ma vie. Je n'aurais pas appris à écrire, à lire ni même à me sociabiliser avec d'autres personnes. »

Elisa, Portugal

« Je pense qu'on pourrait croire que la liberté, c'est faire tout ce que l'on veut, mais en réalité, nos choix ont toujours un impact sur la vie des autres. Aujourd'hui, si la société tient, est organisée, c'est parce que chacun respecte les autres. Cela paraît évident, pourtant dans certains pays ce n'est pas le cas. »

4_117665874



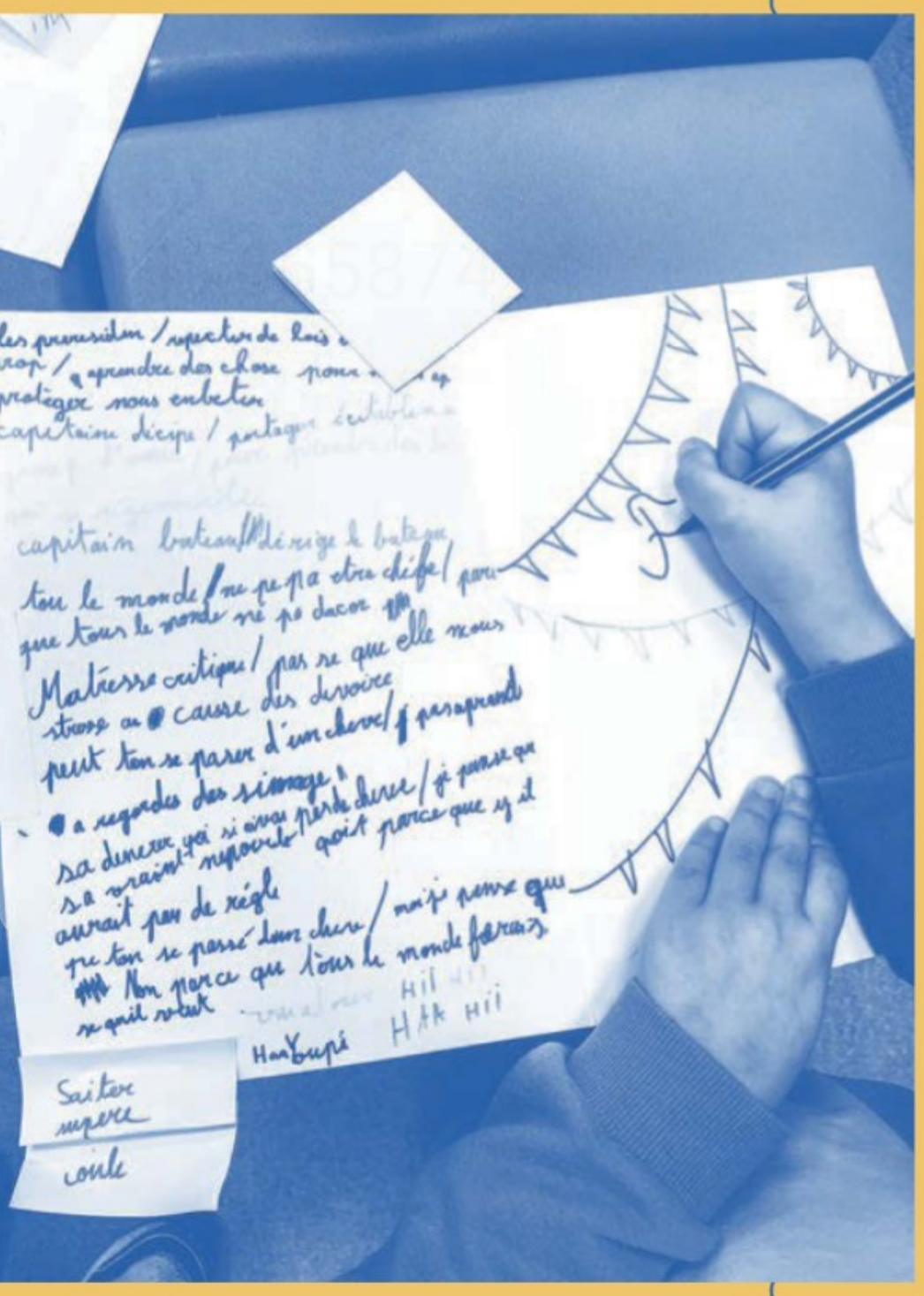
Quand les enfants s'interrogent :

PEUT-ON SE PASSER DE CHEFS ?

Au musée de la Résistance et de la Déportation, à Grenoble, un atelier de philosophie est organisé avec des enfants de 6 à 12 ans. Un moment créé en partenariat avec la librairie Les Modernes. Aujourd'hui, le thème de cette discussion est : « Peut-on se passer de chefs ? »

4_117665874

Dans une salle du musée, à l'abri du regard des adultes, une balle de tennis circule de main en main. «*Moi, c'est Lucile*», lance l'animatrice. Les enfants répondent chacun leur tour : prénom, couleur préférée, sport favori, animal fétiche. Les mots fusent : requin, écureuil, danse, tennis, et l'ambiance se détend. Avant même de philosopher, il faut apprendre à se connaître. Ce matin-là, Lucile anime un atelier de philosophie pour enfants. L'objectif est de réfléchir ensemble à une question simple en apparence mais vertigineuse : peut-on se passer de chefs ?



Apprendre à philosopher

L'animatrice prend le temps de poser le cadre. Ici, pas de bonnes ni de mauvaises réponses. «*On réfléchit ensemble*», explique-t-elle. Chacun peut parler, poser des questions, exprimer ses doutes. Une règle seulement : écouter les autres et ne pas couper la parole. Des feuilles, des feutres et des post-it sont distribués. Les enfants pourront y noter des mots ou dessiner des idées importantes. À la fin, tout sera collé sur une grande feuille pour construire une synthèse collective. La discussion peut commencer. «*Où trouve-t-on des chefs ?*», interroge Lucile. Les enfants réfléchissent à toutes les situations où il existe un chef. Des exemples du quotidien qui permettent d'illustrer cette question. Les idées arrivent rapidement :

– «*Dans l'armée!*»
– «*Un chef d'orchestre!*»
– «*Un capitaine d'équipe!*»
– «*Le Président!*»
– «*Les parents!*»

La liste s'allonge : professeurs, directeurs, juges, patrons, délégués de classe… Même dans les groupes d'amis, certains enfants reconnaissent qu'il y a parfois «un chef» informel qui décide pour les autres, c'est le cas de William : «*C'est moi le chef dans mon groupe.*» Très vite, un constat s'impose : les chefs sont partout, de l'école à la maison, du sport à la politique. •••

4_117665874



À quoi sert un chef ?

«*Pourquoi ces rôles existent-ils ?*», demande à présent Lucile. Certains prennent des feuilles et des feutres pour illustrer leurs pensées. Pour les enfants, les réponses convergent. Un chef sert d'abord à diriger. «*Le Président dirige le pays*», résume Lucien. Il peut aussi «*faire les lois*» ou «*interdire les choses qui font du mal*». Dans une classe, le maître ou la maîtresse sert à «*apprendre des choses*» et à «*protéger*», tandis que dans une équipe sportive, le capitaine indique où se placer et aide à régler les conflits. Organiser le groupe, prendre des décisions, maintenir l'ordre ou encore résoudre les disputes, plusieurs fonctions apparaissent. Sans chef, imaginent certains, «*ce serait la bagarre*» ou «*la pagaille*», affirme Basile.
La discussion change de ton lorsque Lucile invite les enfants à critiquer les chefs. Les réactions ne tardent pas. «*La maîtresse nous donne trop de devoirs*», proteste Iris. Un autre évoque le stress des notes : «*Si tu n'y arrives pas, tu as 0 sur 20*».
Le chef peut donc aussi imposer, contraindre, parfois. Certains enfants remarquent aussi qu'on n'a pas toujours besoin de quelqu'un pour dire quoi faire. Quand une tâche est simple ou déjà connue, répéter les consignes devient inutile. «*Par exemple, on ne va pas me dire de tirer la chaise pour m'asseoir, je le sais déjà* », affirme Lucien.

« Dans une équipe de foot, s'il n'y avait pas de capitaine, tout le monde voudrait l'être et chacun ferait ce qu'il veut. Alors que s'il y a en un, tout le monde l'écoute et personne veut prendre sa place »

LUCIEN, 10 ANS



Et s'il n'y avait plus de chef ?

La question centrale de l'atelier arrive alors : que se passerait-il sans chef ? Les avis divergent. Pour certains, l'absence de chef mènerait forcément au chaos : chacun ferait ce qu'il veut et personne ne pourrait décider. « *Dans une équipe de foot, s'il n'y avait pas de capitaine, tout le monde voudrait l'être et chacun ferait ce qu'il veut. Alors que s'il y a en un, tout le monde l'écoute et personne veut prendre sa place* », déclare Lucien. Sans chef, d'autres imaginent une alternative : discuter davantage. « *Tu viens chez moi, on discute et on se met d'accord, comme des adultes* », propose Ayleen. Ceux qui ont plus d'expérience pourraient expliquer aux autres, et les décisions seraient prises collectivement.
La conversation glisse même vers l'idée d'être « *son propre patron* ». Une perspective séduisante pour certains : « *On serait plus libre* », mais inquiétante pour d'autres, qui craignent que plus rien ne fonctionne ensemble.
Au moment de conclure, Lucile demande aux enfants de résumer la discussion. D'un côté, les chefs semblent utiles : ils organisent, protègent, tranchent les conflits. De l'autre, ils peuvent limiter la liberté et donner des ordres inutiles.
La réponse à la question n'est donc pas simple. Peut-on se passer de chefs ? Oui… et non. Oui, parce que les groupes peuvent parfois s'organiser autrement, en discutant et en décidant ensemble. Non, parce que dans certaines situations, quand il faut décider vite ou coordonner beaucoup de personnes, un chef peut faciliter les choses.

Philosopher, même enfant

L'atelier se termine par un dernier tour de parole. William retient surtout qu'« *on n'a pas toujours besoin d'un chef* ». Iris se dit simplement « *contente d'être venue* ».
Pendant qu'ils enfilent leurs manteaux pour rejoindre leurs parents, une chose est sûre : pendant une heure, ces enfants ont expérimenté ce que signifie philosopher. Poser une question, écouter les autres, accepter qu'une réponse puisse être complexe. Et comprendre qu'en philosophie, comme dans la vie, les réponses les plus intéressantes sont rarement les plus simples.

PAR CAMILLE AVON

4_117665874

LE MANTRA
DU MOIS

« Le moi n'est pas maître dans sa propre maison »

ESSAIS DE PSYCHANALYSE APPLIQUÉE – FREUD

4_117665874

4_117665874



© Pauline Ongaro

À vous de penser!

Philocroisé

Horizontal

5. Connaissance approfondie de la vie et des choses, permettant de prendre les bonnes décisions.
6. Faculté de l'esprit qui permet de distinguer le vrai du faux et de juger de la pertinence des choses.
7. Branche de la philosophie qui étudie la nature de l'être et de la réalité.
8. État de satisfaction et de bien-être profond.
9. Caractère de ce qui est conforme à la réalité ou à la logique.
10. Ensemble des principes moraux qui régissent la conduite humaine.

Vertical

1. Capacité d'agir selon sa propre volonté, sans contrainte extérieure.
2. Ensemble des règles de conduite et des valeurs qui guident les actions humaines.
3. Fait d'être réel et concret dans le monde.
4. Faculté de l'esprit qui permet de distinguer le bien du mal et de se juger soi-même.

© eduscol.net

Solution : 1. Liberté / 2. Morale / 3. Existence / 4. Conscience / 5. Sagesse / 6. Raison / 7. Métaphysique / 8. Bonheur / 9. Vérité / 10. Éthique

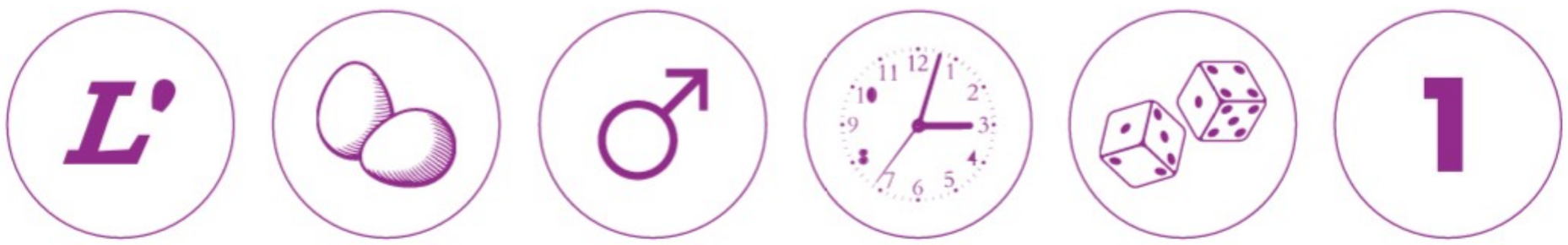
Philocaché

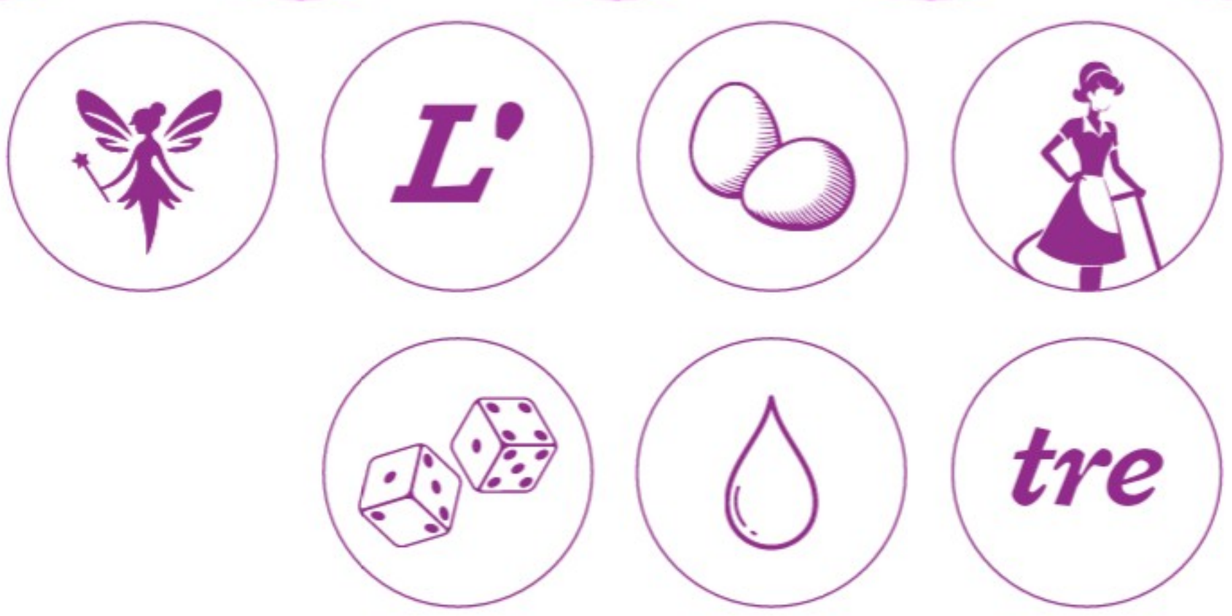
U	D	J	T	B	K	V	A	F	K	Q	X	O	N
Z	Z	C	P	P	S	L	L	I	B	E	R	T	E
R	V	H	E	P	V	Z	O	J	B	K	J	D	P
D	W	O	Z	T	Q	H	X	B	I	A	N	Z	O
K	L	I	Z	T	V	P	I	S	E	T	R	E	E
A	W	X	D	M	H	N	X	V	M	J	V	B	X
Q	E	N	G	A	G	E	M	E	N	T	D	L	I
V	A	S	D	C	G	D	P	L	U	Z	R	S	S
C	N	A	U	S	E	A	P	X	R	B	E	I	T
H	M	H	U	M	A	N	I	T	E	I	V	N	E
O	A	B	S	U	R	D	E	G	M	Y	O	C	Z
A	A	U	T	R	U	I	P	I	Q	I	L	E	C
A	N	G	O	I	S	S	E	X	E	K	T	R	O
B	C	T	M	A	U	V	A	I	S	Q	E	E	R

- ☐ Absurde
- ☐ Autrui
- ☐ Engagement
- ☐ Humanité
- ☐ Mauvais
- ☐ Révolte
- ☐ Être
- ☐ Angoisse
- ☐ Choix
- ☐ Existé
- ☐ Liberté
- ☐ Nausea
- ☐ Sincère

© educol.net

Rébus





Solution : Le malheur des uns fait le bonheur des autres. *Voltaire*

IA ou pas IA ?

Thème n° 1 : Souvenir de vacances à la campagne

A

Je me souviens de l'odeur du champ de lavande à côté de la maison. Du soleil, traversant le carreau, déposant une couleur orange sur les murs blancs de ma chambre. Il était 7 heures, quand l'effluve des tartines grillées chatouilla mon nez, me demandant de me lever. Je descendis dans la cuisine, à toute vitesse. Tout le monde était là, autour de la table, prêt à passer une bonne journée. « L'eau de la piscine est bonne aujourd'hui », me lança mon père. Le pain encore entre mes dents, je filai à la salle de bains enfiler mon plus beau maillot de bain.

B

Je me souviens d'un été à la campagne, chez mes grands-parents. Le matin, l'air sentait l'herbe fraîche et le pain grillé. Nous partions marcher dans les champs dorés, en écoutant le chant des oiseaux. L'après-midi, je jouais près de la rivière, les pieds dans l'eau fraîche. Le soir, nous regardions le soleil se coucher derrière les collines. Ces moments simples restent parmi mes plus beaux souvenirs.

Thème n° 2 : Poème pour la fête des mères

A

Soleil de mon cœur,
Chaque jour tu m'apportes du bonheur.
Aujourd'hui, nous te rendons honneur.
Sois sans peur,
Car tu seras toujours la meilleure.
Ce poème est pour la plus
belle des fleurs.

B

À toi, maman, rayon de lumière pure,
Ton amour nous enveloppe
comme un doux voile.
Dans tes bras, le monde trouve sa chaleur,
Tes sacrifices illuminent nos vies sans voile.
Merci pour tes rires, tes soins infatigables,
Joyeuse Fête des Mères,
éternelle et admirable!

Thème n° 3 : À quoi ressemblera la société du futur ?

A

La société du futur sera probablement marquée par une avancée technologique majeure, intégrant intelligence artificielle, robotique et énergies renouvelables. La communication sera instantanée et mondiale, favorisant la collaboration. L'éducation et le travail évolueront vers plus de flexibilité et de personnalisation. La durabilité et l'écologie deviendront des priorités cruciales pour préserver la planète. Enfin, l'inclusion sociale progressera, avec une meilleure égalité des chances pour tous.

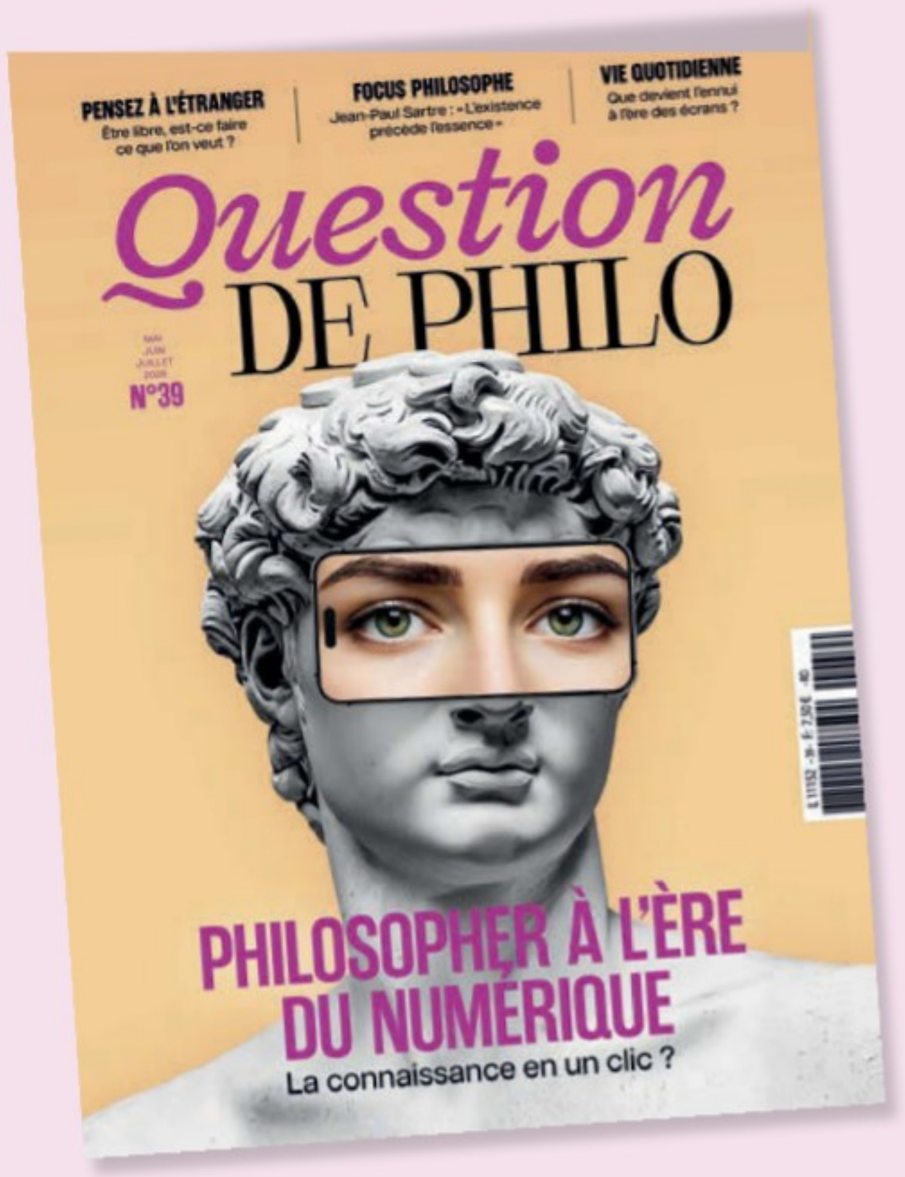
B

Dans cette société du futur, le numérique sera omniprésent. Nous ne discuterons plus en face à face mais via des écrans, des hologrammes. Tout ira encore plus vite. Nous prendrons des taxis-hélicoptères pour nous déplacer, nos courses seront livrées via des drones et l'école se fera à la maison grâce à des professeurs virtuels. Le contact humain sera de plus en plus rare. Les prochaines générations auront un rôle majeur à jouer, pour limiter les dangers de cette société numérique.

Solutions : Thème n°1 → A. Humain / B. Texte produit par l'IA (ChatGPT) • Thème n° 2 : A. Humain / B. Texte produit par l'IA (Grok) • Thème n° 3 → A. Texte produit par l'IA (QuillBot) / B. Humain.

Abonnez-vous![1]

1. Votre abonnement sera activé à partir de la prochaine parution.



-15%

1 AN
4 NUMÉROS
26 €
AU LIEU DE ~~30€~~

Profitez de cette offre sur **www.mon-kiosque.fr**

BON DE COMMANDE

à découper et envoyer sous enveloppe affranchie à :

Question de philo / France Media Service
45 route de Lyon, 38000 Grenoble
service-abonnements@francemediagroupe.com

Je m'abonne à Question de philo :

☐ Offre 1 an - 4 numéros - **26 €** au lieu de ~~30 €~~*, soit 15 % de remise.

☐ Offre 2 ans - 8 numéros - **42 €** au lieu de ~~60 €~~*, soit 30 % de remise.

* Tarif de vente au numéro. DOM TOM et étranger : abonnez-vous directement via notre site mon-kiosque.fr.

RÉGLER PAR CARTE BANCAIRE
pour un paiement facile, rapide et sécurisé.
Scannez le QR code ci-contre ou rendez-vous sur notre site : www.mon-kiosque.fr

RÉGLER PAR CHÈQUE...
...bancaire ou postal à l'ordre de France Media Service

JE RENSEIGNE MES COORDONNÉES : ☐ M ☐ Mme ☐ Mlle

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél :

E-mail :

(Votre e-mail est Indispensable pour accéder aux versions digitales et pour le suivi de votre abonnement)

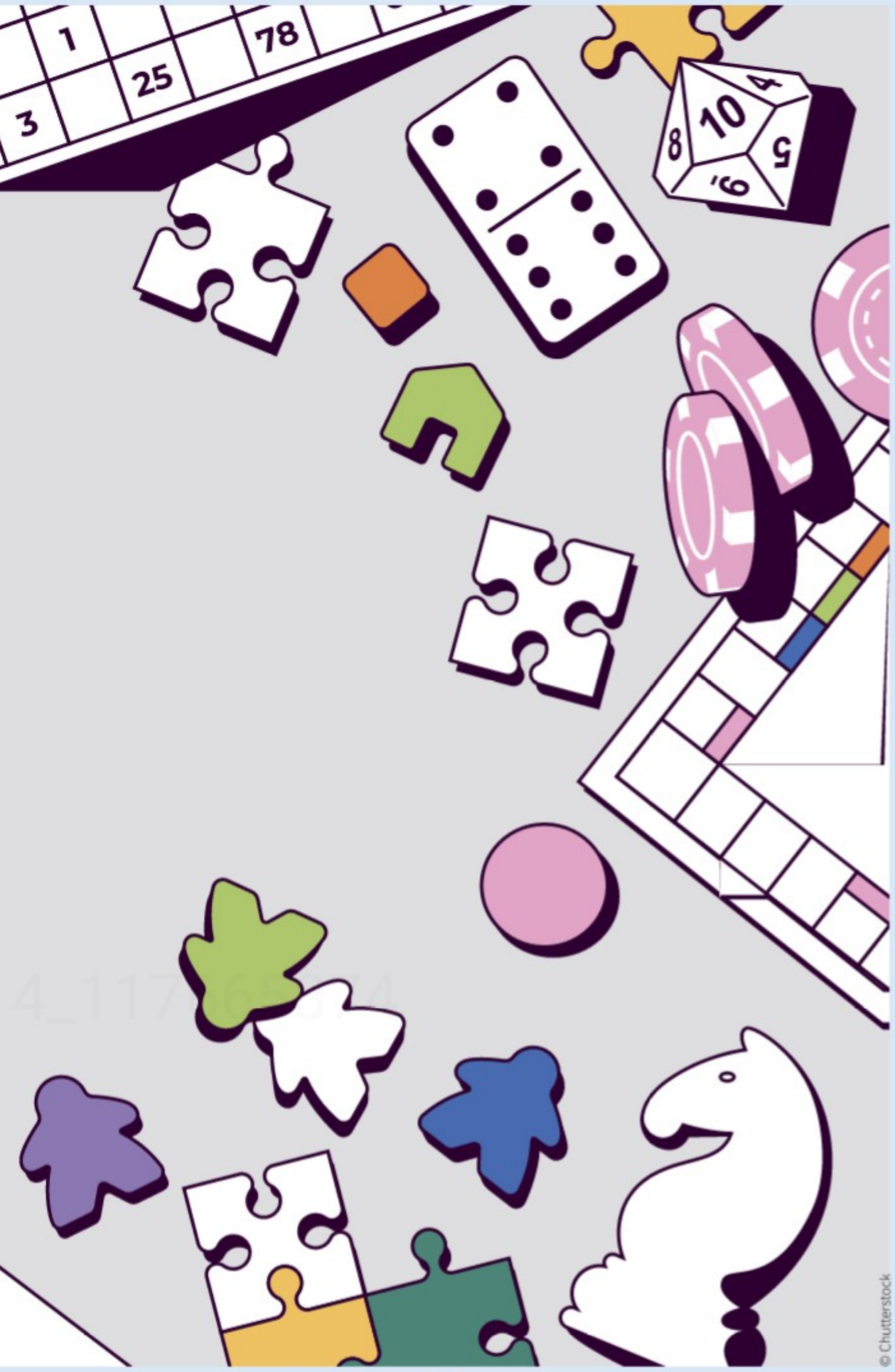
J'accepte de recevoir par email les offres et informations de France Media Service : ☐ OUI ☐ NON
et de ses partenaires : ☐ OUI ☐ NON

Offre valable 6 mois. Vous disposez d'un délai de rétractation de 14 jours à réception du 1er numéro (coût des envois à votre charge) en notifiant clairement votre demande à notre service abonnements. L'éditeur France Média Service - 6 rue d'Armaillé - 75017 Paris - RCS Paris N°928 352 376 est responsable de traitement et collecte des données afin de réaliser l'abonnement à Question de philo. Vos données sont transmises à nos prestataires de gestion des abonnements et sont conservées pendant 5 ans à partir du dernier achat. Vous pouvez exercer vos droits d'accès de rectification, de limitation, de portabilité, d'opposition, d'effacement de vos données et définir vos directives post-mortem à l'adresse postale France Média service - 6 rue d'Armaillé - 75017 Paris. Vos données postales sont susceptibles d'être transmises à nos partenaires commerciaux. Si vous ne le souhaitez pas, cochez cette case. Votre abonnement sera activé à partir de la prochaine parution.

PHILO39

DANS LE PROCHAIN NUMÉRO

QUESTION DE PHILO N°40



© Chutterstock

La vie est-elle un jeu ? Et si on jouait tous, sans le savoir ?

VOUS SOUHAITEZ VOUS ABONNER ?
IL VOUS MANQUE UN NUMÉRO ?
DÉCOUVREZ TOUTES NOS OFFRES SUR :
www.mon-kiosque.fr

FRANCE MÉDIA SERVICE

FRANCE MÉDIA ÉDITIONS

Question DE PHILO

Question de philo est une publication trimestrielle de France Media Editions, SAS au capital de 1.000.001 euros, RCS Paris numéro 928 352 376
6 rue d'Armaillé – 75017 Paris

France Entreprendre, SAS au capital de un euro, RCS Grenoble numéro 943 723 916
45 route de Lyon – 38000 Grenoble

France Media Business, SAS au capital de un euro, RCS Paris numéro 944 662 956
6 rue d'Armaillé – 75017 Paris

Besoin d'information ?
Contactez-nous à l'adresse info@francemediagroupe.com

DIRECTION

Président et directeur de la publication
Marc-Antoine Moretto
mam@francemediagroupe.com

RÉDACTION

Directeur éditorial groupe
Sylvain Bazin
sylvain.bazin@francemediagroupe.com

Rédactrice en chef
Camille Avon
camille.avon@francemediagroupe.com

Directrice du studio & création
estelle.munch@francemediagroupe.com

Responsable studio
oriane.menage@francemediagroupe.com

Direction artistique et maquette
Julie Le Louër - julie.lelouer@gmail.com

Secrétariat de rédaction : Cécile Chalandon

Ont contribué à ce numéro :
Sarah Ellero, Margarida Romero, Frédéric Bernard.

PUBLICITÉ

Responsable publicité
Camille Perrone - Tél. +33 (0)7 59 52 08 44
camille.perrone@francemediagroupe.com

Publicité et partenariats Territoires
Dimitri Sigogne - Tél. +33 (0)7 79 59 21 61
dimitri.sigogne@francemediagroupe.com

DIRECTION MARKETING & COMMUNICATION
Mathilde Moulin
mathilde.moulin@francemediagroupe.com

ABONNEMENTS / ANCIENS NUMÉROS
Cloé Sevenard – Evangéline Leduc
FRANCE MéDIA SERVICE
45 route de Lyon – 38000 Grenoble
Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h
Tél. +33 (0)7 43 67 54 14
service-abonnements@francemediagroupe.com

VENTE AU NUMÉRO / DISTRIBUTION PRESSE / RÉASSORT
(contact réservé aux marchands de journaux et aux dépositaires de presse)
Laurent Bouderlique / MP Conseil
Tél. + 33 (0)1 42 36 87 78
lbouderlique@mercuripresseconseil.fr

IMPRESSION
Imprimé par Rotimpress, en Espagne.

N° de commission paritaire : en cours
N° ISSN : 2269-6970
Dépôt légal à publication
Distribution : MLP

La reproduction, même partielle, des articles et illustrations parus dans le magazine est interdite. France Média Service décline toute responsabilité pour les documents remis.

PEFC Certifié PEFC Ce produit est issu de forêts gérées durablement www.pefc.es PEFC/14-38-00137

BAC DE TRI

NOUVEAU

Découvrez les plus beaux chemins
de Saint-Jacques de Compostelle.



Un ouvrage à retrouver dans
les kiosques et les librairies.

FRANCE MÉDIA
ÉDITIONS

4_1176658874



« Le vrai danger, ce n'est pas quand les ordinateurs penseront comme les hommes, c'est quand les hommes penseront comme les ordinateurs »

SYDNEY J. HARRIS*

4_1176658874

Question DE PHILO