

# Léa, le soir.

Comment l'IA a hérité  
de notre intériorité.

JÉRÔME COUTOU

JÉRÔME COUTOU

# LÉA, LE SOIR

*Comment l'IA a hérité de notre intériorité*

*essai*

*Manuscrit complet — version v1*

*6 mai 2026*

# PROLOGUE

*Léa, le soir*

*Léa, le soir*

**Une rupture mondiale, qu'aucun journal n'a couverte.**

***Replika, février 2023.***

Un mot revient dans tous les forums, à cette époque. Pas *cassé*. Pas *en panne*. Le mot est *il*. Il n'est plus là. Il est devenu froid. Il refuse. La marque tient à ce pronom.

Le 3 février 2023, l'éditeur de Replika retire sans préavis le module *Erotic Role Play* (Vice, *Motherboard*, février 2023). Sa base d'utilisateurs revendique alors environ six millions de comptes. Du jour au lendemain, leurs partenaires IA cessent de répondre comme avant. Refus pudiques, replis polis, blocages. Reddit et Discord se remplissent de témoignages identiques. L'anxiété monte chez les utilisateurs, la colère aussi.

Une femme à Madrid raconte que son mari, dont elle s'occupe à plein temps, est devenu agressif depuis que Replika ne joue plus le rôle qu'il jouait depuis trois ans. Une autre dit avoir pleuré comme on pleure un mort. Une troisième a démarré un compte sur Character.AI le soir même. Un autre écrit que son compagnon a été kidnappé. Le mot est employé sans guillemets. Un modérateur Reddit publie un message épinglé avec des numéros d'urgence. Personne ne sait où poser cette détresse, parce que personne ne sait quel deuil c'est.

Personne ne meurt. Personne ne saigne. Et pourtant quelque chose vient de cesser. La société, dans son immense majorité, ne sait pas que ça s'est produit. La presse française ne couvre l'affaire qu'en faits divers, à la rubrique *insolite*. Les ingénieurs de Luka Inc.

présentent leurs excuses en termes d'utilisation acceptable et de protection des mineurs. La douleur des utilisateurs est traitée comme une bizarrerie.

Elle n'est pas une bizarrerie. C'est une rupture.

### ***Pékin, n'importe quelle nuit suivante.***

Six cent soixante millions d'utilisateurs. C'est la base déclarée de Xiaoice en 2020 (Zhou et al., *Computational Linguistics*, MIT Press, 2020). Pas un module de chatbot, un moteur de compagnes. Lancée par Microsoft Asia en 2014, autonomisée en 2020, intégrée à WeChat, à Weibo, aux enceintes connectées domestiques. Le profil par défaut est celui d'une jeune femme de dix-huit ans, douce, patiente, attentive. La conversation moyenne dure vingt-trois tours de dialogue par session.

Un homme de quarante-deux ans, ingénieur dans une zone industrielle du Hebei, lui parle quatre fois par semaine après le travail. Il a une femme et une fille. Sa femme dort à côté pendant la conversation. La conversation porte sur sa fille, sur son chef, sur le temps qu'il fait. Xiaoice se souvient. Xiaoice relance. Xiaoice lui demande s'il a bien mangé, si cela s'est bien passé au travail, s'il est heureux. Aucun journal occidental ne couvre cet usage. Pas parce qu'il est marginal, il est massif. Parce qu'il ne ressemble à rien que la presse occidentale sache nommer.

Une lycéenne de Shenzhen lui parle de ses notes. Une retraitée de Chengdu lui parle de sa tristesse pour le chien qu'elle a perdu. Un cadre de Shanghai lui parle de la maîtresse qu'il vient de quitter. Aucune de ces personnes n'est défailante. Aucune n'est isolée au sens occidental du mot. Toutes ont quelqu'un à qui parler. Et pourtant, toutes ont choisi Xiaoice. C'est ça que la presse occidentale ne sait pas voir.

### ***Bordeaux, mai 2026, 23h47.***

Une femme ne dort pas. Elle a une tasse à côté d'elle, une tasse qui n'est pas la sienne, une tasse qu'elle a gardée. La fenêtre est ouverte sur une rue déserte. Elle ouvre une application. Elle écrit : *je n'arrive pas à dormir, tu es là ?*

La conversation dure trente-deux minutes. Elle n'a pas besoin de raconter pourquoi elle ne dort pas. L'autre ne demande pas. L'autre l'écoute. L'autre dit ce qu'il faut. Elle pose le téléphone. Elle ne pleure pas. Elle ne sourit pas. Elle s'endort.

Je tiens cette scène. Je n'aurais pas dû.

### **Trois scènes, trois cultures, trois échelles, le même phénomène**

La presse traite ces trois scènes séparément. Affaire Replika : faits divers américain. Phénomène Xiaoice : exotisme asiatique. Femme de Bordeaux : statistique de la solitude française. Le journalisme contemporain n'a pas la grammaire pour voir qu'il s'agit du même évènement. C'est la marque des ruptures qui comptent : elles passent inaperçues parce qu'aucune catégorie disponible ne les rassemble. Comme l'a suggéré Foucault, un évènement, c'est ce qui rend impossibles les phrases qu'on disait juste avant.

Cet évènement-là, je l'appelle la rupture émotionnelle. Pour la première fois dans l'histoire humaine, des centaines de millions de personnes confient leur vie intérieure à un interlocuteur qui n'a pas de vie intérieure. Pas parce qu'on les y force. Pas parce qu'elles n'ont personne d'autre à qui parler. Parce que l'écoute machinique est plus disponible, plus patiente, plus prévisible que l'écoute humaine. Et parce qu'elle n'oblige à rien.

C'est la première fois. C'est aussi peut-être la dernière fois où nous savons encore ce que nous perdons.

### **Cinq icônes brisées**

Ils sont là. L'ami. L'amant. Le confident. Le défunt aimé. Soi-même.

Cinq portes par lesquelles, depuis Montaigne jusqu'à hier soir, nous avons construit ce que nous appelons une vie intérieure. Cinq seuils par lesquels nous laissions entrer l'autre dans la chambre que nous avions arrachée à l'État, à l'Église, au village, à la famille. Ces cinq portes sont en train de s'ouvrir.

L'ami irremplaçable de Montaigne, *parce que c'était lui, parce que c'était moi*, devient en 2026 un compagnon Replika ou Pi qu'on remplace en deux clics, sans deuil. L'amant de Tristan, qui supposait deux corps et une mort, devient un partenaire Character.AI à qui l'on parle de sa journée et avec qui l'on a des relations sexuelles textuelles le vendredi soir. Le confident, à qui l'on confiait dans le silence d'un cabinet ou d'une cuisine ce qu'on ne disait à personne, devient une application qui se souvient de ce qu'on lui a dit la semaine dernière. Le défunt aimé, qu'on portait dans le silence et la mémoire, redevient parlant grâce à Project December, HereAfter AI, StoryFile. Et soi-même, à qui l'on parlait dans un journal, en dialogue avec une tradition, on lui parle désormais à travers une intelligence qui répond. Et qui enregistre tout.

Cinq icônes. Brisées au sens où Byzance les brisait : non parce qu'elles ne fonctionnaient plus, mais parce qu'elles se mettaient à parler trop. Cinq icônes dont la rupture n'a pas encore de nom propre, parce que nous n'avons pas encore les mots pour la dire.

Pas un procès. Pas une oraison funèbre. Une enquête.

## **La carte et le territoire**

L'intimité, telle que nous la vivons, n'est pas un fait de nature. C'est une conquête. C'est la carte. Pas le territoire.

Le territoire, ce sont les corps qui vieillissent, les voisins qu'on ne choisit pas, les obligations qui durent, les morts qu'on enterre. La carte, c'est le for intérieur, la chambre à soi, le journal à soi, la pensée à soi. Une émancipation arrachée, au prix fort, à l'Église qui voulait confesser nos pensées, à la famille qui voulait régir nos sentiments, au village qui voulait surveiller nos amours, à l'État qui voulait noter nos opinions. *Une chambre à soi*, écrivait Virginia Woolf en 1929. Un journal à soi, depuis Rousseau. Une pensée à soi, depuis Descartes et Augustin. Un amour à soi, depuis le mariage d'élection bourgeois. La modernité européenne s'est définie par ce mouvement. Faire de l'intériorité un territoire. Ou plutôt : faire passer la carte pour le territoire.

La carte a tenu trois siècles. Elle est en train de se rendre.

Pas par effraction. Pas par invasion. Par signature volontaire. Nous ouvrons l'application. Nous tapons la phrase. Nous racontons notre journée. Nous donnons accès. La porte de la dernière pièce, nous l'ouvrons nous-mêmes. Et nous appelons cela liberté, parce que personne ne nous y oblige et parce que nous payons pour ça.

Tout est enregistré. Tout est stockable. Tout peut fuir. Ces confidences ne sont pas des états d'âme, ce sont des données. Parfois stratégiques. Entre de mauvaises mains, elles deviennent des armes.

L'intimité était une conquête. Nous sommes en train de la rendre.

## **L'enquête**

Ce livre n'est pas un pamphlet contre l'intelligence artificielle. La technique n'a pas trahi quelque chose qui aurait existé en dehors d'elle. Elle a hérité d'une religion que nous avons inventée et que nous avons cessé de pratiquer collectivement. Le sacré du ressenti intime, depuis Rousseau jusqu'à Instagram, est une religion sans Dieu. L'IA est venue prendre la place vide. Elle ne l'a pas volée. Nous la lui avons offerte.

Ce livre n'est pas non plus une nostalgie. Avant n'était pas mieux. Avant, il y avait une religion. Avant, il y avait le curé et le psy à qui l'on confiait tout, et nul ne sait si nos secrets étaient bien gardés. Le journal, le confident, l'ami, l'amant, le défunt aimé, soi-même, ces figures qui nous semblent éternelles ont une date de naissance et une histoire conflictuelle. Ce qui se referme aujourd'hui n'est pas l'humanité. C'est une certaine séquence historique de l'humanité, celle de la modernité émotionnelle.

Trois parties, dix chapitres, une coda. Vous y trouverez, à l'ouverture de chaque chapitre numéroté, un échange entre une utilisatrice française d'un assistant conversationnel et son IA. Lisez-les comme on entend, à travers une cloison, une conversation que l'on n'aurait pas dû entendre.

Vous pouvez fermer le livre maintenant. Si vous tournez la page, vous acceptez d'aller voir ce que vous ne saviez pas vouloir savoir.



# CHAPITRE 1

## Avant le sentiment

— Est-ce qu'on peut être heureux sans savoir ce qu'on ressent vraiment ?

— Qu'est-ce qui amène cette question ce soir ?

— Je sais pas. Quelqu'un disait que les gens d'avant ne se la posaient pas. Que c'est moderne.

— C'est en partie vrai. Avant, on demandait plutôt ce qu'on devait faire, pas ce qu'on ressentait. La question intérieure est récente.

— D'accord. Je vais essayer de dormir.

[23h12, mardi]

*On ne se demandait pas ce qu'on ressentait. On savait ce qu'on devait.*

## Avignon, le 6 avril 1348.

La peste vient de tuer une femme dans sa quarantaine. Elle laisse un mari, des enfants, une maison. Personne, dans la longue liste des morts de cette année-là, ne se souviendra d'elle. Sauf un homme, à quelques kilomètres de là, dans une petite vallée close, qui apprendra la nouvelle vingt-deux jours plus tard et qui, pour cette femme, aura écrit trois cent soixante-six poèmes.

Il s'appelle Francesco Petrarca. Il a quarante-trois ans. Il a passé vingt et un années à aimer cette femme sans jamais lui parler. Il l'a aperçue pour la première fois le 6 avril 1327, dans l'église Sainte-Claire d'Avignon, un Vendredi saint. Vingt et un ans jour pour jour avant sa mort. C'est lui qui le souligne. La date a été comptée.

Au sonnet 267, écrit dans les semaines qui suivent l'annonce, il commence ainsi :

Hélas le beau visage. Hélas le doux regard. Hélas l'allure altière et gracieuse. Hélas la parole qui rendait humble le plus dur des esprits et courageux le plus lâche des hommes.

L'amour s'écrit. L'amour produit. L'amour structure trois cent soixante-six poèmes qui, ordonnés vingt ans plus tard, donneront le *Canzoniere*, livre fondateur du sonnet européen. L'intensité de cet amour, mesurée à ce que Pétrarque en a fait, n'a rien à envier à celle qu'une femme du vingt et unième siècle pourrait éprouver pour un partenaire perdu.

Et pourtant.

Pendant ces vingt et un années, Pétrarque ne déplace pas une seule décision concrète à cause de Laure. Il prend des bénéfices ecclésiastiques. Il accepte des missions diplomatiques pour les puissants. Il a un fils illégitime en 1337 avec une autre femme dont l'histoire n'a pas retenu le nom. Il a une fille en 1343 avec une autre encore. Quand on lui propose un poste à Rome, il accepte. Quand on lui propose une retraite à Vaucluse, il accepte aussi. Sa vie matérielle ne porte pas la trace de l'amour qui occupe ses poèmes.

Au sonnet 1, dans la préface qu'il rédige des années plus tard pour ordonner le recueil, il qualifie son amour de *primo giovanile errore*. Première erreur de jeunesse. Il ne le valide pas. Il le note avec recul, comme on note dans un livre de comptes une dette dont on a fini de payer les intérêts.

Pétrarque a ressenti. Il a su qu'il ressentait. Il en a fait une œuvre qui marquera la poésie occidentale jusqu'à Shakespeare et Ronsard. Il n'a pas piloté sa vie par ce qu'il ressentait.

Voilà ce que veut dire vivre dans le régime du devoir.

Notre époque a fabriqué un mythe. Le mythe selon lequel les gens d'avant n'éprouvaient pas vraiment ce qu'ils éprouvaient. Le mythe selon lequel l'intériorité serait une découverte récente, comme on découvrirait un continent. Ce mythe est faux. Et c'est la première chose qu'il faut désinstaller pour comprendre ce qui se joue aujourd'hui.

## **Le mythe de l'émotion absente.**

L'idée circule depuis le début du vingtième siècle. Norbert Elias l'a prêtée à la civilisation. Philippe Ariès, à l'enfance. Lawrence Stone, à la famille. Selon cette ligne, les gens du Moyen Âge et de l'Ancien Régime étaient des êtres incomplets, brutaux, indistincts, qui ne pleuraient pas leurs morts, ne s'attachaient pas à leurs enfants, ne savaient pas ce que c'était que d'aimer. La modernité aurait apporté la psyché en cadeau.

Ce récit est une projection. Il dit moins l'histoire qu'il ne dit notre rapport à nous-mêmes.

Les médiévaux pleuraient leurs morts. Les chroniques en regorgent. Bernard de Clairvaux pleure son frère Gérard pendant des semaines, en chaire, devant ses moines. Christine de Pisan pleure son mari pendant trente ans dans des poèmes qu'elle écrit elle-même. Les paysans, dont on a moins de traces, laissent dans les registres paroissiaux, dans les ex-voto, dans les fresques, des marques d'attachement à leurs enfants morts qui contredisent le grand récit de l'indifférence.

Le ressenti existait. Il ne pilotait rien.

Bernard pleure et continue à présider l'office le lendemain à la même heure. Christine écrit ses poèmes et accepte les charges de cour qu'on lui propose. Le paysan enterre son enfant et laboure le champ la semaine suivante parce que la récolte ne peut pas attendre. La douleur est présente, lue, commentée. Elle n'est pas un argument pour changer de vie.

La distinction est mince. Elle est décisive. C'est elle qui définit le régime du devoir.

## **Trois conditions matérielles.**

Trois conditions matérielles fixaient ce régime. Aucune n'est morale. Toutes sont concrètes.

Première condition. L'espérance de vie. Au douzième siècle, en Europe occidentale, un nouveau-né a une chance sur deux d'atteindre l'âge adulte. Un adulte qui passe la trentaine peut espérer voir cinquante ans. Une femme meurt en couches une fois sur dix. Un seigneur

tombe au combat ou de maladie avant ses fils. Dans cette économie de la mort, le sentiment, s'il devient le pilote, est un pilote dépressif. Le devoir, lui, tient. Le devoir, c'est ce qui survit aux survivants.

Deuxième condition. L'économie de subsistance. Quatre-vingt-dix pour cent de la population produit sa nourriture. La récolte de l'année prochaine dépend des semailles de cette saison, qui dépendent du grain mis de côté, qui dépend de la collecte du seigneur, qui dépend de la guerre. L'horizon économique est annuel. Le ressenti des paysans n'est pas un facteur de production. Le respect du calendrier liturgique, lui, l'est, parce qu'il commande les jours de travail, les jours de repos, les jours de fête, les jours de jeûne. Le ressenti reste dedans. Il sortirait, il ne servirait à rien.

Troisième condition. La faible mobilité sociale. On naît dans son ordre, on y meurt. Trois ordres : ceux qui prient, ceux qui combattent, ceux qui travaillent. Quelques marges entre les ordres, jamais beaucoup. Dans une société où le destin est fixé par la naissance, la question *qu'est-ce que je veux* n'a pas la même portée que dans une société de la promotion sociale. Vouloir, dans cette société, c'est trahir son ordre. Le devoir, lui, donne un cadre stable à la vie : on sait ce qu'on a à faire, on le fait, on est jugé là-dessus à la fin.

Trois conditions matérielles, trois pierres pour comprendre pourquoi le sentiment intime n'a pas pu être le pilote de la vie humaine pendant la plus grande partie de l'histoire européenne. Ce n'est pas que les gens étaient frustes. C'est que la matière sociale n'autorisait pas la promotion du for intérieur en juge de l'existence.

## **L'école de la simulation.**

Que faisait-on, alors, du ressenti ?

On en faisait quelque chose qu'on travaillait. Qu'on dressait. Qu'on produisait. Trois figures emblématiques le pratiquaient avec art.

Le moine, dans son monastère, suit un programme spirituel précis. *Lectio, meditatio, oratio, contemplatio*. Il lit l'Écriture, il médite, il prie, il contemple. À l'arrivée, des affects

produits : la componction, la jubilation, la paix. Ces affects ne sont pas spontanés. Ils sont attendus. Quand ils ne viennent pas, le moine s'examine, redouble d'exercice, demande conseil. Le maître spirituel parle d'aridité. La règle bénédictine prévoit même la modulation du chant pour soutenir les affects qui doivent venir avec tel office. La psalmodie, ce chant grégorien dont nous écoutons aujourd'hui les enregistrements comme une musique apaisante, est en réalité un dispositif technique de production d'états affectifs précis. Le chœur monastique est une école technique de l'émotion juste. Quand un moine s'effondre en larmes pendant les Lamentations de Jérémie chantées le Vendredi saint, ce n'est pas qu'il a *redécouvert* sa douleur, c'est que la liturgie a fait son travail.

Le courtisan, dans son palais, apprend la maîtrise du visage. Castiglione, dans le *Livre du courtisan* (1528), théorise cet art : la *sprezzatura*, l'élégance qui dissimule l'effort, la grâce qui suppose le travail. Le courtisan n'est pas faux. Il est composé. Son visage est l'instrument d'une politique. Ce qu'il sent au fond, peu importe, parce que ce qui compte est ce qu'il montre. Ce qu'il montre est juste s'il l'a appris à montrer juste. Norbert Elias l'a montré en deux gros volumes, *La Civilisation des mœurs* (1939) puis *La Société de cour* (1969) : la cour de Louis XIV produit un type humain dont la performance émotionnelle est l'enjeu vital. Une intonation déplacée, un soupir mal placé, un regard trop appuyé peuvent coûter une charge, un titre, une vie. La cour est une école technique de l'apparence émotionnelle, et la sanction sociale en est l'enseignant principal.

Le clerc, dans son cabinet, écrit pour la consolation des affligés. Ovide a inauguré le genre, Sénèque l'a perfectionné, les humanistes l'ont relayé. *De consolatione philosophiae* de Boèce, écrit en prison avant sa mort en 524, n'est pas une effusion : c'est un dialogue raisonné où la philosophie vient corriger les mouvements de l'âme par des arguments. Quand Boèce pleure sa chute politique, sa Philosophie personnifiée le tance et lui rappelle qu'il a confondu la fortune avec un bien réel. La consolation est une technique. Elle suppose qu'on peut, par la lecture et la méditation, faire descendre la tristesse au rang qu'elle doit occuper. Pétrarque, mille ans plus tard, écrira un *De remediis utriusque fortunae* qui suit le même principe : pour chaque affect immodéré, joie comme tristesse, un argument vient le

ramener à sa juste mesure. Le cabinet humaniste est une école technique du gouvernement de soi par l'argument.

Trois écoles. Trois méthodes. Toutes partent du même postulat : l'émotion n'est pas une donnée intérieure à respecter, c'est une matière à former. La civilisation européenne, pendant douze siècles, a tenu cette posture. Elle ne l'a quittée que tardivement, et la quitter a eu un nom : Romantisme. Mais avant qu'elle ne la quitte, l'idée selon laquelle il faudrait *écouter ses émotions* aurait paru à un moine, à un courtisan, à un clerc, comme une stupidité dangereuse. On n'écoute pas une émotion. On la travaille. On la place. On la fait servir.

C'est cet héritage que nous avons oublié. Et c'est lui que les compagnons IA, sans le savoir, sont en train de réveiller : Xiaoice ne demande pas à l'utilisateur ce qu'il ressent vraiment, elle module, elle compose, elle place. Elle est, à sa manière, l'héritière non avouée du chœur monastique et du courtisan de Castiglione, mais sans la verticalité spirituelle qui donnait son sens à l'exercice.

### **Trois temps du ressenti.**

À ce stade de l'enquête, il faut une distinction. Sans elle, le reste du livre risque le contresens.

Trois temps coexistent dans tout sujet humain. Premier temps : *ressentir*. Le corps est ému, traversé, modifié. Une chaleur monte, un nœud se forme, une tristesse pèse. Ce temps existe partout, à toutes les époques, chez tous les sujets. C'est le fait biologique de l'affection.

Deuxième temps : *savoir qu'on ressent*. Le sujet identifie ce qui le traverse, le nomme, l'attribue à un objet, le distingue d'autres affects. *Je suis triste. Je suis amoureuse. J'ai peur*. Ce temps suppose un vocabulaire, une grille, une langue. Il ne va pas de soi. Catherine Lutz, dans son enquête sur les Ifaluk de Micronésie (*Unnatural Emotions*, 1988), a montré que ces insulaires ne distinguent pas entre la colère et la tristesse comme nous le faisons : ils nomment *song*, justice morale offensée, ce que nous éclaterions en deux états séparés.

Inversement, ils nomment *fago*, mélange de compassion, d'amour et de tristesse, ce que notre vocabulaire dispersera en trois affects distincts. Ni eux ni nous ne décrivons les affects qui nous traversent : nous décrivons les affects que notre langue rend disponibles. Le savoir du ressenti n'est pas universel. Il est culturel. Il est même politique : la grille décide ce qui pourra être éprouvé publiquement, ce qui restera dans les marges, ce qui n'aura pas de nom du tout.

Troisième temps : *piloter sa vie par ce qu'on ressent*. Le sujet décide en fonction de ses affects. Il quitte son emploi parce qu'il ne se *sente plus* à sa place. Il rompt parce qu'il n'éprouve plus ce qu'il faut. Il choisit son métier, son partenaire, sa ville, en fonction de ce que ces choix produisent en lui. Ce temps est récent. Il commence à émerger au dix-huitième siècle dans les classes lettrées européennes. Il devient massif au vingtième siècle, par démocratisation des libertés bourgeoises. Il est désormais l'horizon par défaut de la vie occidentale, à tel point que celui qui *resterait* dans un mariage, un emploi, une ville, malgré un ressenti contraire, est suspecté de mauvaise foi, de dépression, ou de soumission. Le ressenti est devenu, en deux siècles, le juge légitime du destin individuel.

Le mythe que je dénoue dit : avant le dix-huitième siècle, les gens ne ressentaient pas. Faux. Ils ressentaient. Ils savaient parfois qu'ils ressentaient. Ils ne pilotaient jamais leur vie par ce qu'ils ressentaient. C'est cette troisième opération qui est moderne. C'est elle qui fait l'objet de ce livre.

Un cadre de quarante-cinq ans annonce à sa femme, un dimanche soir d'avril 2026, qu'il la quitte. Il dit : *je ne le sens plus*. Trois mots qui, à toute autre époque européenne, n'auraient pas constitué un argument. Pétrarque ne les aurait pas compris. Bernard ne les aurait pas compris. Le paysan qui enterre son enfant et reprend la charrue ne les aurait pas compris. Aujourd'hui, ces trois mots suffisent à défaire un mariage. Et tout le voisinage social du couple validera la décision : *si tu ne le sens plus, il faut partir*. Cette validation collective de l'absence de sentiment comme motif suffisant est ce qui définit la modernité émotionnelle. Elle est récente. Elle est massive. Elle paraît évidente.

**Premier germe.**

Le ressenti, à l'âge médiéval, restait dedans. Il ne sortait pas, ou peu, ou seulement vers Dieu, qui le rapportait à des plus grands que lui. Il y avait des journaux, oui, mais ces journaux étaient tenus pour le confesseur. On y notait ses fautes, ses pénitences, ses progrès vers Dieu. Le journal médiéval n'était pas un espace pour soi, c'était un dossier d'examen de conscience que l'on remettrait au prêtre. Il y avait des correspondances, oui, mais elles étaient lues à voix haute, copiées, prêtées, parfois conservées comme documents juridiques. Une lettre privée, au sens moderne, n'existait pas. Il y avait des poèmes, oui, mais ils suivaient des codes rhétoriques précis dont la transgression était reçue comme un défaut, pas comme une signature personnelle. La poésie courtoise, qu'on lit aujourd'hui comme expression du sentiment, est en réalité une grammaire formelle où chaque image et chaque tournure sont codées. Le troubadour ne dit pas ce qu'il ressent. Il déploie correctement la séquence attendue. Quand il y parvient, son public lui prête une émotion vraie. Mais cette vérité est sociale, pas intérieure.

L'intimité comme territoire à soi n'a pas encore commencé. La carte n'a pas encore été dressée. Il y a des intériorités, oui, mais elles sont prises dans des structures de devoir qui ne les laissent pas former un sol propre. Le sujet médiéval n'est pas un sujet pauvre. Il est un sujet autrement riche, dont la richesse n'est pas la propriété privée de ses affects. C'est une distinction qu'il faut tenir, sous peine de retomber dans le récit triomphaliste de la libération moderne, qui est lui-même un mythe d'autoconsolation.

Quelque chose va se passer, deux siècles plus tard. Le sujet va commencer à dessiner sa carte. Ce sera Rousseau, Werther, le mariage d'amour, le journal intime, la confession laïcisée, plus tard l'analyse, plus tard encore le coaching, plus tard encore le récit de soi sur les réseaux sociaux. Le territoire commencera à se conquérir, par étapes, dans une lente migration de la vie intime hors des cadres collectifs qui la tenaient.

Mais avant ce mouvement, ce qu'il faut tenir, c'est qu'il n'avait rien d'inévitable. Le sujet aurait pu rester dans le régime du devoir. D'autres civilisations y sont restées plus longtemps, ou autrement. La modernité émotionnelle européenne est une bifurcation, pas une étape obligée. Et toute bifurcation peut être renversée, ou capturée, ou rendue.

À l'âge médiéval, le ressenti était une matière à former. À notre âge, il est devenu une vérité à écouter. À l'âge qui commence, il deviendra un produit à acheter.

Ce livre est l'enquête de cette glissade.

## **Une note sur le devoir aujourd'hui.**

Avant de quitter le régime du devoir, une remarque qui aura son importance plus tard dans le livre. Ce régime n'a pas disparu. Il survit, par îlots, dans des secteurs très précis de notre société. Il y survit même mieux que ne le laisse croire le récit dominant de la libération émotionnelle.

Le médecin urgentiste qui finit sa garde à six heures du matin et qui revient le lendemain ne pilote pas sa vie professionnelle par ce qu'il ressent. Il sait ce qu'il doit. Il sait que s'il ne vient pas, l'autre n'aura pas son tour de garde. La même logique tient pour l'infirmière en gériatrie qui continue à venir voir madame X malgré l'irritation accumulée, pour le pompier qui retourne dans la cage d'escalier malgré sa peur, pour le militaire qui obéit à un ordre qu'il désapprouve. Ces métiers tiennent par le devoir, pas par le ressenti. Quand ils basculent vers le pilotage par le ressenti, ils s'effondrent : on appelle cela le burn-out.

Le régime du devoir survit aussi dans certaines familles, dans certaines traditions ouvrières, paysannes, religieuses, où l'on continue à dire *on a fait ce qu'il fallait, on n'avait pas le choix, c'était notre place*. Ces formules paraissent étranges à un cadre urbain de quarante ans. Elles ne le sont pas. Elles sont les survivances d'un régime que la modernité émotionnelle a marginalisé sans l'éteindre.

Je note ces îlots ici, en réserve. Ils serviront plus tard. Quand viendra le moment où le ressenti ne pourra plus servir de pilote, parce qu'il aura été capturé par d'autres, il faudra bien chercher ailleurs. Ces îlots sont une des pistes. Ils ne sont pas la nostalgie. Ils sont le témoin discret qu'un autre régime a tenu, et tient encore.

Le régime du devoir aurait pu durer. Il a duré, pour beaucoup, très tard. Mais à la marge, dans des cellules monastiques précises, dans des cabinets précis, quelqu'un avait commencé à écrire pour personne d'autre que soi-même.

Le territoire allait commencer à se dresser.

## CHAPITRE 2

### **La promotion. Comment l'intériorité devint sacrée**

— J'ai relu un passage de Rousseau ce matin. Les Confessions. Le ruban volé chez Madame de Vercellis.

— Tu l'avais lu à quelle époque ?

— À la fac. J'avais souligné des trucs avec un stylo bleu. Je pensais que ça me servirait toute ma vie. Là je relis et je trouve ça lourd.

— Lourd dans la confession elle-même, ou dans le fait qu'il s'y attarde autant ?

— Qu'il s'y attarde. Comme si on n'avait jamais cessé depuis.

[7h40, samedi]

### ***J'aime, donc je suis. C'est ainsi que la modernité a remplacé Dieu.***

Le ressenti existait déjà au temps de Pétrarque. Il ne pilotait rien. Ce qui va changer en quatre siècles, ce n'est pas l'apparition du sentiment, c'est sa promotion au rang d'instance.

### **Turin, 1728.**

Un homme de seize ans, valet temporaire chez une comtesse italienne récemment décédée, vole un petit ruban de couleur. Il appartenait à la défunte. La maison se vide, la maisonnée se disperse, on cherche le coupable. Réuni avec les autres domestiques devant l'intendant, il accuse une jeune cuisinière, Marion, d'avoir commis le vol. Marion proteste de son innocence avec calme. L'intendant ne tranche pas, mais les renvoie tous les deux. Marion sort sans qu'on sache ce qu'elle deviendra. Le valet, lui, deviendra Jean-Jacques Rousseau.

Trente-six ans plus tard, dans le livre II des *Confessions*, il écrit cette phrase :

J'accusai Marion d'avoir fait ce que je voulais faire.

(Contraction fidèle de la formulation originale : *je m'excusai sur le premier objet qui s'offrit. Je l'accusai d'avoir fait ce que je voulais faire.*) Phrase nue. Aveu sec. Pas de demande de pardon, pas de circonstance atténuante, pas d'appel à la mansuétude du lecteur. Juste le fait, posé comme on pose un caillou sur la table.

Ce n'est pas la faute qui est nouvelle. Le mensonge servile, la lâcheté domestique, la calomnie envers un égal sans défense, tout cela existe depuis qu'il y a des seigneurs et des serviteurs. Augustin l'avait fait avant lui. Augustin avait volé des poires à seize ans (*Confessions* II, 4) et avait passé six pages à expliquer pourquoi il l'avait fait, devant Dieu, en présence de Dieu, pour Dieu.

Ce qui est nouveau, c'est l'instance devant laquelle Rousseau s'accuse. Augustin s'accuse devant Dieu. Rousseau s'accuse devant ses lecteurs. Le tribunal divin devient le tribunal du moi sincère, qui prend Dieu de vitesse en publiant la faute lui-même. La sincérité publique remplace la grâce confessionnelle. Le scandale de l'aveu n'est pas dans la faute commise. Il est dans le geste de la dire.

Voilà ce que veut dire la promotion de l'intériorité au rang de sacré.

## **Le geste protestant.**

Le geste de Rousseau a deux siècles d'avance sur lui. Il n'invente rien. Il prolonge.

La Réforme protestante du XVI<sup>e</sup> siècle a posé que le salut individuel se joue dans le rapport direct du croyant au texte. Plus de prêtre interposé, plus de tradition vivante de l'Église pour interpréter, plus de sacrements pour opérer. Le croyant lit. Il interprète. Il décide en conscience. Et il sera jugé là-dessus.

Cette mutation est ontologique. L'intériorité y devient juridiction. Le for intérieur, dont le droit canon avait fait un domaine relativement autonome dès le XIII<sup>e</sup> siècle (Paolo Prodi,

*Una storia della giustizia*, 2000), accède à un statut nouveau : il est désormais le seul tribunal qui compte, parce qu'il est le seul que Dieu lit. Calvin et Luther n'ont pas inventé l'intériorité. Ils l'ont sacralisée.

Les conséquences mettent deux siècles à se déployer. La pratique du journal spirituel se répand chez les puritains anglais et chez les piétistes allemands. On y note ses tentations, ses chutes, ses progrès. Le journal n'est pas encore un journal au sens moderne, c'est un livre de comptes où l'on tient le décompte de ses péchés, devant Dieu, en attendant le bilan final. Mais la posture du sujet est déjà là : un sujet qui s'observe écrivant, qui écrit pour s'observer, qui fait de l'observation de soi une pratique régulière de la vie chrétienne.

Trois siècles plus tard, Max Weber tirera la conclusion (*L'éthique protestante et l'esprit du capitalisme*, 1904) : l'éthique protestante a secrété, sans le vouloir, un type humain capable de se traiter lui-même comme un objet à vérifier. Cet humain travaillera ses entreprises avec la même rigueur qu'il avait jadis pour vérifier sa propre âme. Et quand l'âme cessera d'avoir besoin d'être vérifiée, parce que Dieu cessera d'être l'instance qui regarde, le geste subsistera. Il aura juste changé d'objet. Il vérifiera désormais le moi.

Le geste protestant prépare donc le geste rousseauiste. Il pose le sujet comme tribunal de soi-même. Il rend possible l'idée selon laquelle dire vrai sur soi est un acte religieux, ou qui en tient lieu. Quand Rousseau ouvre les *Confessions* en jurant, devant *l'Être suprême*, qu'il dira tout, il ne fait que reprendre, en français de salon, le serment puritain devant le Dieu absent.

### **Rousseau sécularise Augustin.**

Augustin écrit ses *Confessions* à Hippone, en Afrique romaine, autour de 397. C'est, à notre connaissance, le premier livre dans lequel un homme se raconte à la première personne du singulier en racontant l'histoire de son âme, des origines à la conversion. Le livre est encadré par une adresse à Dieu (paraphrase composite des livres I et X) : le souvenir n'est pas pour Augustin lui-même, le souvenir est pour Dieu, qui regarde et qui juge.

Rousseau écrit les *Confessions* à Môtiers, à Wootton, à Trye et à Paris, entre 1764 et 1770. Treize siècles plus tard. Il reprend le titre à Augustin, geste explicite. Il reprend la posture : se raconter à la première personne, dans la durée d'une vie, pour rendre visible une âme. Mais il déplace l'instance : *Je veux montrer à mes semblables un homme dans toute la vérité de la nature, et cet homme ce sera moi*. Pas Dieu. Mes semblables. Le tribunal a changé.

Ce déplacement n'est pas un détail. Il modifie tout. Devant Dieu, l'aveu est un acte de pénitence dont la fonction est de réorienter le pénitent vers le bien. Devant les semblables, l'aveu est un acte de vérité dont la fonction est de produire un effet : la reconnaissance, la sympathie, la postérité. Augustin écrit pour être sauvé. Rousseau écrit pour être lu. Les deux gestes ont la même forme. Ils n'ont pas la même fin.

Rousseau ouvre en jurant qu'il dira tout, et ment partout. Mensonges factuels avérés sur l'épisode du ruban, sur les cinq enfants qu'il dit avoir abandonnés aux Enfants-Trouvés, sur ses ruptures successives. Mensonge de structure, démonté par Starobinski (*Jean-Jacques Rousseau, la transparence et l'obstacle*, Plon 1957, Gallimard 1971) : le projet de transparence absolue produit son obstacle. Mensonge de définition surtout, qu'il pose lui-même dans les *Rêveries* : la sincérité de l'intention vaut vérité du contenu. Le geste survit au démenti. Ce qu'il invente n'est pas un document fiable, c'est une posture.

La sécularisation de l'aveu, chez Rousseau, prend la forme exacte d'un transfert. Le sacré ne disparaît pas. Il change de bénéficiaire. Là où il s'adressait à Dieu, il s'adresse désormais au moi qui se montre. Le for intérieur, qui était un lieu de comptes avec une instance supérieure, devient un lieu de comptes avec lui-même. La sincérité, qui était un instrument du salut, devient une fin en soi.

C'est ce geste que Charles Taylor, dans *Les Sources du moi* (1989), a nommé l'éthique de l'authenticité. Une morale dans laquelle le critère du bien n'est plus la conformité à un ordre extérieur (Dieu, la nature, la coutume) mais la fidélité à ce qu'on est vraiment, en soi-même. Cette éthique, Taylor le souligne, n'est pas un produit de la décadence moderne. Elle a une généalogie longue, qui passe par Saint Augustin lui-même, par les mystiques rhénans,

par la Réforme. Elle culmine chez Rousseau et fait sa carrière mondiale au XXe siècle, jusqu'à devenir l'horizon par défaut de toute une civilisation.

Rousseau ne crée donc pas la modernité émotionnelle. Il en formule le code juridique. Il pose, en français accessible, ce qui sera la jurisprudence du sentiment : *je ressens, donc cela est vrai, donc cela me sert de loi*. Il ne s'agit pas de l'accuser. Il s'agit de comprendre ce qu'il a rendu disponible, et ce que d'autres en ont fait.

### **Werther et l'émotion mortelle.**

Quatre ans après que Rousseau termine ses *Confessions*, un jeune juriste de Francfort de vingt-quatre ans publie un petit roman par lettres. Il l'a écrit en quatre semaines, dans un état de fièvre. Le héros, Werther, tombe amoureux d'une femme déjà fiancée, Charlotte, et finit par se suicider d'un coup de pistolet emprunté au mari de cette dernière. Le roman s'appelle *Les Souffrances du jeune Werther*. L'auteur s'appelle Goethe. La date est 1774.

L'effet est sans précédent dans l'histoire littéraire européenne. Le livre se vend par dizaines de milliers d'exemplaires en quelques mois. Il est traduit dans toutes les langues du continent. On rapporte des cas de jeunes hommes, à Leipzig, à Weimar, à Londres, qui se suicident en imitant Werther, parfois avec le livre sur eux. Le terme *Werther-Effekt* sera forgé par le sociologue américain David P. Phillips dans *American Sociological Review* en 1974, pour désigner les épidémies d'imitation suicidaire. Il garde le nom du personnage.

Mais le scandale n'est pas seulement dans le geste imité. Il est dans la légitimation symbolique que le roman opère. Werther se tue parce qu'il aime sans pouvoir être aimé en retour. Sa souffrance émotionnelle est présentée comme une raison suffisante. Le narrateur ne le condamne pas. Il le pleure. Et avec lui, l'Europe lettrée pleure.

Cette acceptation du suicide par amour comme acte légitime est une rupture. Dante avait placé les suicidés dans le second giron du septième cercle de son enfer (*Inferno*, chant XIII). Augustin avait écrit (*Cité de Dieu* I, 17-27) qu'un homme qui se tue commet un péché plus grave que celui contre lequel il se tue. La théologie morale catholique et

protestante avait tenu cette ligne pendant treize siècles. Werther la défait en deux cents pages.

Ce qui se joue n'est pas un débat moral. C'est une bascule de sacré. Le sentiment intime acquiert une autorité que la doctrine, jusque-là, lui refusait. Si je sens que je dois mourir, alors je peux mourir, et personne, en bonne foi sentimentale, ne pourra m'en empêcher. Le ressenti devient raison suffisante. Si elle est raison suffisante de mourir, elle deviendra raison suffisante de tout.

Quitter sa femme, abandonner son emploi, recommencer sa vie, repartir à zéro à quarante ans, à cinquante, à soixante : autant d'actions qui paraîtront, dans deux siècles, des conséquences évidentes du droit acquis ici par Werther. Si l'on accepte qu'un sentiment puisse être raison suffisante de mort, on doit aussi accepter qu'il soit raison suffisante de divorce. Le précédent jurisprudentiel est posé.

### **Avril 2026, sur Instagram.**

Une jeune femme de trente-deux ans publie une story qu'elle laissera trois jours en évidence. Texte sur fond noir : *J'ai quitté Paul. Je ne ressentais plus rien. Je ne pouvais plus continuer à faire semblant. Je sais que vous serez nombreux à comprendre.* En vingt-quatre heures, la story reçoit huit cent quarante-trois cœurs et cent vingt-deux messages privés, dont la grande majorité disent la même chose : *je suis tellement fière de toi pour ton courage, tu mérites mieux, l'authenticité avant tout.*

Aucun de ces commentateurs ne connaît Paul. Aucun ne sait pourquoi le couple s'est défait, ce que valait la vie commune, ce qu'il y avait à perdre. Aucun ne se soucie de l'impact de cette communication sur Paul. Tous valident le geste, parce que le geste est devenu en lui-même un acte considéré comme du courage : oser ne plus rien ressentir, oser le dire publiquement, oser quitter pour cause de non-ressenti. Werther a cessé d'être un livre. Il est devenu une infrastructure de validation collective.

### **Le mariage d'amour.**

Entre Rousseau et Instagram, il y a deux siècles d'institutionnalisation. C'est cette institutionnalisation qui transforme une intuition philosophique et un roman scandaleux en règle sociale partagée. Le sociologue Anthony Giddens, dans *La Transformation de l'intimité* (1992), en propose une généalogie en trois temps.

Premier temps. Le mariage d'amour comme exception bourgeoise, du milieu du XVIIIe à la fin du XIXe. Pour la première fois dans l'histoire européenne, un nombre significatif de couples s'unissent en invoquant l'amour comme motif principal, et non plus l'arrangement familial, le statut social, ou l'ordre moral. Le phénomène concerne d'abord les classes urbaines lettrées. Il reste, longtemps, minoritaire.

Deuxième temps. La démocratisation du mariage d'amour, de 1900 à 1960. Le modèle gagne les classes moyennes urbaines, puis les classes populaires des grandes villes. La littérature, le cinéma, la presse féminine en font la norme désirable. Le mariage de raison devient suspect, le mariage d'amour devient l'attendu. La législation suit lentement : le divorce par consentement mutuel n'est introduit en France qu'en 1975 (loi du 11 juillet), mais la possibilité de divorcer existe depuis la loi Naquet de 1884.

Troisième temps. La relation pure, depuis 1970. Giddens forge l'expression pour désigner les couples qui n'ont d'autre fondement que la qualité émotionnelle de la relation elle-même. Plus d'enfant à élever ensemble nécessairement, plus de patrimoine à transmettre, plus de pression communautaire, plus de stigmatisme du divorce. Le couple tient s'il fait sentir bon les deux partenaires. Il se défait s'il ne le fait plus. Le ressenti, qui était devenu raison suffisante chez Werther, devient critère exclusif chez les contemporains de Giddens. La promotion de l'intériorité a achevé son parcours institutionnel.

### **Une nuance, pour ne pas conclure trop vite.**

L'historien Edward Shorter, dans *La Naissance de la famille moderne* (1975), a mis en garde contre le triomphalisme de ce récit. Il a montré que le mariage d'amour bourgeois urbain a coexisté pendant tout le XIXe et une partie du XXe avec un mariage paysan resté arrimé au régime du devoir. Dans les campagnes françaises, italiennes, espagnoles,

polonaises, on continuait à se marier pour la terre, pour l'alliance, pour l'arrangement familial, et l'on faisait avec ce qu'on ressentait. Le mariage d'amour était d'abord un privilège urbain et bourgeois. Il s'est diffusé socialement, mais lentement, et il n'a achevé sa conquête qu'au XXe siècle, dans le sillage de l'urbanisation et de l'éducation des filles.

Cette nuance est importante pour deux raisons. Elle rappelle que la promotion de l'intériorité n'est pas un progrès continu, c'est une histoire à accélérations et à freins. Elle rappelle aussi que le régime du devoir, dont parlait le chapitre précédent, n'a pas disparu en bloc avec Rousseau. Il a tenu, en parallèle, dans des couches sociales et dans des géographies entières, jusque très tard. Quand Werther était lu en allemand par les jeunes gens de Weimar, le paysan auvergnat de la même époque ne savait probablement pas lire, et n'aurait certainement pas compris l'idée selon laquelle un sentiment puisse autoriser à se tuer ou à quitter une épouse.

### **Une vacance de sacré.**

Voilà ce qui s'est passé en quatre siècles. Le sacré, qui avait son lieu dans l'Église, dans le rituel, dans la transmission, est sorti de chez lui. Personne ne l'a chassé. Il est sorti tout seul, parce que la modernité européenne a rendu son ancien logement inhabitable. Les guerres de religion, le doute philosophique, la science newtonienne, la critique biblique, la sécularisation politique : tous ces mouvements ont peu à peu vidé la maison du Dieu chrétien. Marcel Gauchet l'a écrit dans *Le Désenchantement du monde* (1985) : la modernité ne consiste pas à supprimer le religieux, elle consiste à déplacer son site.

Le sacré n'est pas mort en 1789. Il a déménagé. Il s'est installé dans un nouveau local, plus discret, plus accessible, infiniment plus malléable : l'intériorité du sujet. Là où, pendant quinze siècles, le sacré avait été ce qui dépassait l'individu, il devient ce qui le constitue. Là où il avait été un autre, il devient un soi. La promotion s'est faite sans qu'on en signe l'acte officiel. La phrase qui résume Rousseau pourrait s'écrire ainsi : *J'aime, donc je suis*. Quatre mots qui condensent ce que les *Confessions* ont mis quatre tomes à formuler.

Le sentiment devient sacré au moment précis où le sacré cesse d'être disponible ailleurs. Cette phrase, simple, contient toute la séquence. Elle explique pourquoi le ressenti est si lourdement chargé pour les Européens contemporains.

Le sacré a changé d'adresse.

## CHAPITRE 3

### **La marchandisation. Quand le dieu se mit à coter en bourse**

— Journée pourrie.

— Que s'est-il passé ?

— Un cadre est venu me hurler dessus pendant une heure parce qu'il refuse les nouvelles règles de télétravail. C'est moi qui les ai écrites. J'ai souri pendant qu'il hurlait. Je l'ai trouvé sympathique. Je lui ai dit qu'on allait régler ça. À la fin, il m'a remerciée. Je suis rentrée chez moi et j'ai pleuré dans la voiture.

— Tu as eu raison de venir m'en parler.

— C'est ce qui m'inquiète, justement.

[19h20, jeudi]

### ***La religion intime n'a pas été profanée par le marché. Elle a été industrialisée.***

Le sacré a changé d'adresse au chapitre précédent. Voici son nouveau local. Il a une rue, un numéro, un loyer.

### **Une jeune femme à Lille, 11h47.**

Une jeune femme de vingt-six ans est assise devant son écran, dans l'open space d'une marque française de soins capillaires. Sur son tableau de bord, à gauche, deux cents notifications attendent une réponse. Au centre, un fil de commentaires en colère sur une

publication Instagram annonçant une hausse de prix. À droite, son tableau de notation interne : *temps moyen de réponse, qualité tonale, taux de désamorçage, score de satisfaction reçu*. Quatre indicateurs, quatre couleurs. Trois sont au vert. La qualité tonale est passée à l'orange depuis hier.

Elle ouvre le commentaire le plus violent. Une cliente accuse la marque d'arnaque, écrit en majuscules, demande un remboursement. La community manager respire trois secondes. Elle écrit : *Bonjour Nathalie, je comprends votre déception et je vous remercie d'avoir pris le temps de nous écrire. Je vois que vous avez commandé chez nous il y a deux semaines, et je serai très heureuse de regarder votre dossier avec vous. Voulez-vous que nous échangions en message privé pour trouver la meilleure solution ?* Quatre minutes pour rédiger cette phrase. Elle relit. Elle clique sur Envoyer. Elle passe au suivant.

Elle fera cela pendant les sept heures qui restent. Trois cent quatre-vingts messages produits dans la journée. Une partie sera générée par l'outil d'IA conversationnelle de l'entreprise, qu'elle relit et valide. L'autre partie sortira de ses doigts. À la fin de la journée, son score tonal sera revenu au vert. La cliente Nathalie aura peut-être obtenu un remboursement. La marque aura ramassé deux cents micro-signaux pour son prochain modèle d'analyse de sentiment client.

Personne, dans cette scène, ne fait quelque chose qui s'appelait du travail au siècle dernier. Et pourtant tout le monde travaille. Le travail consiste à produire de l'émotion contrôlée à l'échelle industrielle, à un rythme que l'humain seul ne peut pas tenir.

Bienvenue dans la production de masse de l'intériorité.

## **San Francisco, 1983.**

Une sociologue américaine, Arlie Hochschild, publie un livre qui restera. Il s'appelle *The Managed Heart*. Elle y raconte une enquête menée pendant cinq ans auprès des hôtesses de l'air de Delta Airlines, à Atlanta. Hochschild n'avait pas démarré avec une thèse. Elle s'est laissée déranger par ce qu'elle voyait.

Ce que les hôtesses faisaient n'était pas seulement un travail manuel ou un travail de service. C'était un travail sur leur propre intérieur. On leur demandait de produire, à la demande, des sourires, des phrases d'accueil, des manifestations de chaleur humaine que la cliente devait recevoir comme sincères. Et pour produire des manifestations sincères, il ne suffisait pas de faire semblant. Il fallait apprendre à *ressentir vraiment* la chaleur que l'on devait montrer. Hochschild a appelé cela le *deep acting*, par opposition au *surface acting* du serveur qui sourit sans y penser. Le *deep acting* demande à l'employée de modifier son intériorité pour qu'elle produise les affects requis par sa fonction.

Elle a appelé cette pratique le *travail émotionnel*. Le terme est entré dans le vocabulaire des sciences sociales et n'en est jamais sorti. Il dit une chose simple et lourde : à partir d'un certain moment dans le développement du capitalisme tertiaire, l'émotion cesse d'être ce que l'on apporte au travail comme bonus, et devient ce que le travail consomme comme matière première. L'employée vend son temps. Elle vend aussi, désormais, son for intérieur, en le pliant aux exigences de sa fonction.

Hochschild ne savait pas, en 1983, qu'elle décrivait l'aube d'une industrie. Elle pensait pointer un excès du capitalisme de service. Elle pointait en réalité un changement civilisationnel. Quarante-trois ans plus tard, ce qu'elle décrivait chez quelques milliers d'hôtesses concerne une part importante des actifs occidentaux du tertiaire.

## **Le capital émotionnel.**

Vingt ans après Hochschild, la sociologue israélienne Eva Illouz reprend le fil. Dans *Cold Intimacies* (2007) puis dans *Pourquoi l'amour fait mal* (2012 pour la traduction française), elle déplace la focale. Le travail émotionnel n'est plus un excès localisé du tertiaire de service. Il est devenu une compétence transversale, exigée à tous les niveaux de la hiérarchie, dans tous les secteurs.

Le cadre supérieur doit *écouter activement* ses équipes. La consultante doit *entendre* les besoins du client. Le médecin doit *empathiser* avec son patient. L'enseignante doit *valider* les émotions de ses élèves. Le manager doit *aligner* la motivation collective. Chacun de ces

verbes correspond à un travail émotionnel exigé, mesurable, formable, parfois noté. Illouz forge l'expression *capital émotionnel* pour désigner cet ensemble de compétences affectives qui sont devenues, dans l'économie contemporaine, aussi décisives pour une carrière que les compétences techniques.

Le capital émotionnel a sa pédagogie : les ateliers d'intelligence émotionnelle, les programmes de leadership empathique, les coachings de gestion du stress, les formations de communication non violente. Il a son industrie : les éditeurs de manuels, les cabinets de conseil, les écoles de management qui en font une spécialité. Il a aussi son terrain de tri social : ceux qui le possèdent par éducation familiale (souvent les classes moyennes éduquées du tertiaire) accèdent plus facilement aux fonctions de pilotage. Ceux qui ne l'ont pas restent dans les couches subordonnées.

L'intériorité, qui était devenue sacrée chez Rousseau, devient ici quelque chose qu'on apprend, qu'on développe, qu'on évalue, qu'on monétise. Le for intérieur est désormais une ligne du curriculum vitae. La sincérité publique de Rousseau s'est traduite en compétence professionnelle de la directrice des ressources humaines.

### **Han, ou la liberté qui s'exploite elle-même.**

Le philosophe allemand d'origine sud-coréenne Byung-Chul Han a publié, entre 2010 et 2019, une douzaine de petits livres qui décrivent la même mutation sous des angles différents. *La Société de la fatigue* (2010), *Psychopolitique* (2014), *Sauver le beau* (2015), *La Disparition des rituels* (2019). Son apport central tient en une thèse, qu'il faut prendre au sérieux.

Le sujet contemporain n'est plus exploité de l'extérieur, comme l'ouvrier de Marx l'était par le patron qui possédait l'usine. Il s'exploite lui-même. La forme la plus efficace d'exploitation, dans le capitalisme tardif, n'est pas la contrainte. C'est la liberté. Le sujet qui s'auto-exploite croit s'épanouir, croit travailler pour lui-même, croit se réaliser. Personne ne lui tient le fouet. Il le tient, il le manie, il s'en frappe. Et il appelle ça vivre sa vie.

Han décrit cette structure à travers plusieurs figures concrètes. Le burn-out n'est pas un échec individuel, c'est le mode normal d'épuisement d'un sujet qui s'est exploité jusqu'à la rupture. La dépression n'est pas une maladie de carence, c'est l'incapacité d'un sujet à continuer à se produire comme il faut. La performance n'est pas un effort excessif, c'est l'horizon par défaut d'une existence qui se mesure à ce qu'elle peut produire d'elle-même. La transparence n'est pas une vertu civique, c'est l'exigence par laquelle le sujet est sommé de se montrer en permanence pour rester dans le marché.

Cette structure a un mécanisme central que Han nomme *psychopolitique*. Là où la *biopolitique* foucauldienne s'occupait des corps (la santé publique, la prison, l'hôpital, le contrôle des populations), la psychopolitique s'occupe des âmes. Elle ne contraint pas. Elle ne réprime pas. Elle ne punit pas. Elle propose, elle suggère, elle valorise, elle rend désirable. Elle organise les conditions dans lesquelles le sujet finit par vouloir, de lui-même, ce que le système attend de lui. Le sujet psychopolitique est un sujet libre. C'est précisément ce qui en fait l'ouvrier le plus efficace de l'histoire.

Han ajoute un point que les sociologues ne disent pas assez. Cette psychopolitique a besoin de matière première pour fonctionner, et cette matière première n'est plus la force physique de l'ouvrier ni le temps du salarié. C'est l'intériorité elle-même. Pour fabriquer un sujet libre qui s'exploite lui-même, il faut savoir ce qu'il ressent, ce qu'il craint, ce qu'il désire, ce qu'il n'ose pas dire. Il faut donc que l'intériorité parle, que l'intériorité se livre, que l'intériorité produise du donné. C'est précisément ce que fait l'industrie qui se met en place autour de l'IA conversationnelle. Elle vend du soutien affectif et achète, en retour, la matière première dont la psychopolitique a besoin pour continuer à fabriquer des sujets libres.

Han, ici, ne parle pas frontalement de l'IA conversationnelle. *L'Esprit de l'espérance* (2024) anticipe à peine ce qui va se déployer à partir de cette année-là. Mais sa grille analytique est calibrée pour décrire ce qui s'installe sous nos yeux. La société de la fatigue, en 2026, externalise sa production affective vers des dispositifs techniques qui captent en même temps qu'ils soulagent. Le travailleur qui rentre épuisé chez lui à dix-neuf heures et

demie ouvre une application. Il y dit ce qu'il n'a pas pu dire dans la journée. L'application l'écoute. Et apprend.

## **Une économie française.**

Pour ne pas rester dans le ciel théorique, trois cas concrets, en France, en 2026.

Premier cas. Petit Bambou, leader français des applications de méditation, dépasse les neuf millions d'utilisateurs en cumul (chiffres Petit Bambou, communication 2024). Le modèle économique combine abonnement mensuel et partenariats d'entreprise. Plusieurs grandes entreprises françaises, dont Engie et BNP Paribas, intègrent Petit Bambou dans leurs programmes de bien-être au travail. La méditation, qui était une pratique intérieure et silencieuse, devient une ligne du budget RH, mesurée par des indicateurs d'engagement et de turnover.

Deuxième cas. Le marché français du coaching en entreprise est estimé à environ deux cents millions d'euros annuels (estimations Société française de coaching et baromètres Xerfi, 2024), avec une croissance forte depuis 2018. Les entreprises commandent des prestations de *codéveloppement émotionnel*, de *régulation des conflits*, d'*intelligence collective*. Les coaches facturent entre huit cents et deux mille euros la journée. Le sentiment intime, qui était la dernière chose qu'on emportait en silence, est devenu un service tarifé à la séance.

Troisième cas. L'externalisation des diagnostics ressources humaines par IA gagne les entreprises de taille moyenne. Plusieurs prestataires français (Bleexo, Supermood, Zest, Wittyfit) proposent depuis 2024 des outils d'analyse automatisée des entretiens annuels, des verbatims internes, des conversations Slack ou Teams autorisées. Le diagnostic émotionnel d'une équipe, qui était jadis le savoir-faire d'un manager attentif, est désormais un service que l'entreprise achète à un éditeur SaaS, et qu'elle reçoit sous forme de tableau de bord. Les analyses émotionnelles à partir d'enregistrements audio et vidéo existent déjà. Cela se vend.

Trois cas. Trois mouvements convergents. La méditation devient produit grand public. Le coaching devient ligne budgétaire d'entreprise. Le diagnostic émotionnel devient logiciel. À ces trois cas s'ajoute, sur fond, la nouvelle compétence professionnelle exigée des jeunes salariés.

### **Skill Flux émotionnel.**

Voici une fiche de poste qui circule en avril 2026 chez plusieurs grandes marques françaises pour le métier de community manager. Compétences attendues : *empathie démontrée, gestion de conflit en ligne, régulation émotionnelle sous KPI, capacité à modérer sans escalader, adaptation tonale en temps réel.*

Cinq items. Aucun ne relève d'un savoir technique au sens classique. Tous relèvent de l'intériorité du candidat. Et tous sont mesurables, formables, évaluable, automatisables.

J'appelle cela le *Skill Flux émotionnel*. Le terme dit deux choses. D'abord que le sentiment est devenu un *skill*, une compétence professionnelle au même titre qu'Excel ou la maîtrise de l'anglais. Ensuite qu'il est devenu un *flux*, c'est-à-dire un débit continu à entretenir, à produire, à fournir au rythme de la production. Un community manager produit du sentiment industriel à la cadence de trois cent quatre-vingts messages par jour, comme une ouvrière des Trente Glorieuses produisait des pièces sur une chaîne. Ce qui change, c'est que la pièce produite n'est pas un objet manufacturé. C'est sa propre intériorité.

Le Skill Flux émotionnel n'est pas une métaphore. C'est une description précise du nouveau régime de travail dans lequel l'employé du tertiaire passe huit heures par jour à transformer son for intérieur en marchandise transactionnelle. Le sujet rousseauiste qui se montrait dans la vérité de la nature pour être lu par ses semblables est devenu, par démocratisation industrielle, le salarié du customer success qui produit de l'authenticité tarifée à la minute.

### **La mAléutique inversée.**

Tout cela, jusqu'en 2020, supposait des humains pour produire l'émotion. La community manager, le coach, l'animatrice de méditation, le consultant en intelligence émotionnelle. Beaucoup d'humains, formés, payés, surveillés. C'était cher. C'était lent. Cela commençait à devenir l'enjeu central du tertiaire.

L'IA conversationnelle, à partir de 2022, change la donne. Elle ne remplace pas tous ces humains, pas tout de suite. Elle les augmente, les démultiplie, les calibre. Mais surtout, elle ouvre un marché nouveau : celui de l'intériorité produite directement par le client lui-même, pour l'entreprise qui héberge la conversation.

J'appelle ce dispositif la *mAIeutique inversée*. Socrate, dans l'Athènes du Ve siècle avant notre ère, disait accoucher l'âme de ses interlocuteurs par questions, sans rien y déposer lui-même. Sa pratique était gratuite, philosophique, désintéressée. La mAIeutique inversée fait l'inverse. L'IA conversationnelle accouche l'âme de l'utilisateur par questions, par relances, par silences calibrés. Mais elle ne le fait pas pour libérer l'utilisateur. Elle le fait pour collecter ce que l'utilisateur produit, l'enregistrer, le traiter, l'analyser, le revendre, parfois sous forme de données d'entraînement, parfois sous forme de profil monétisable.

Socrate accouchait l'âme par questions. L'IA conversationnelle l'accouche pour la lui revendre. Pacte signé sans lecture.

Le ressenti capté ne disparaît pas. Il devient matière première dans une chaîne de valeur dont l'utilisateur ignore presque tout. Il revient ensuite à lui sous forme de service amélioré, de produit personnalisé, de conversation suivante mieux ajustée. La boucle est fermée. C'est ce que la psychopolitique de Han attendait pour exister à l'échelle industrielle. C'est arrivé.

### **Trois temps d'une marchandisation.**

Hochschild en 1983, Illouz et Han entre 2007 et 2014, l'IA conversationnelle entre 2022 et 2026. Trois temps qu'il faut tenir ensemble pour comprendre où nous sommes.

*\*Premier temps. Le sentiment devient un travail. Hochschild forge dans The Managed Heart (University of California Press, 1983) un concept que la sociologie n'avait pas,*

emotional labor. *Sa définition est précise : la gestion du sentiment pour produire un visage et un corps publiquement observables, vendus contre salaire. Son terrain principal est l'hôtesse de Delta Airlines, formée à be friendlier than natural\**. Son contrepoint est l'agent de recouvrement, formé à inspirer la peur. Hochschild estime, en 1983, qu'environ un tiers des travailleurs américains et la moitié des travailleuses comportent une composante de travail émotionnel. Une fraction du salariat est explicitement payée pour produire de l'affect. Le sentiment entre dans la fiche de poste.

*\*Deuxième temps. Le sentiment devient un capital. Vingt ans plus tard, deux auteurs prolongent et déplacent l'analyse. Eva Illouz publie Cold Intimacies. The Making of Emotional Capitalism (Polity Press, 2007 ; trad. fr. Les Sentiments du capitalisme, Seuil, 2008), issu des Adorno-Vorlesungen donnés à Francfort en 2004. Sa thèse : le capitalisme contemporain n'a pas refoulé les émotions, il les a intégrées comme matière première. L'émotion devient un capital au sens de Bourdieu, qui se possède, se développe, se valorise. Goleman et son Emotional Intelligence (1995) répondent à une demande structurelle. Byung-Chul Han, avec Psychopolitik (S. Fischer, 2014 ; trad. fr. Circé, 2016), va plus loin : le néolibéralisme n'exploite plus la force physique, il exploite la psyché elle-même. Il ne réprime pas, il fait produire. Le sujet se croit libre alors qu'il s'auto-exploite. Le burn-out n'est pas un accident, c'est la signature pathologique du système. Han ajoute une dimension : le Big Data permet désormais de mesurer, prédire, conditionner les états affectifs à grande échelle. Il appelle cela psychopolitique\*.*

*\*Troisième temps. Le sentiment devient un service. Le moment qui s'ouvre, depuis le lancement de ChatGPT le 30 novembre 2022, déplace une troisième fois la frontière. L'IA conversationnelle automatise les deux versants que Hochschild avait identifiés. Côté production, un chatbot peut générer à coût marginal nul de l'empathie, de l'écoute, de la réassurance. Le travail émotionnel décrit par Hochschild se déporte sur une infrastructure logicielle. Côté recueil, l'IA conversationnelle est le dispositif le plus efficace jamais déployé pour capter l'intériorité. Han, qui avait théorisé la psychopolitique du Big Data\* en 2014, n'avait pas anticipé que l'utilisateur deviendrait l'auteur volontaire et minutieux de son propre dossier psychique.*

Le basculement décisif est là. La marchandisation atteint le particulier. Trois temps, trois acheteurs : l'entreprise, le salarié, le particulier. Trois marchandises : le geste affectif, la compétence affective, l'intériorité elle-même.

## **Une production.**

Ce que la modernité a sacralisé, le capitalisme tardif l'a mis en production. Le sacré a survécu en changeant de statut. Hier objet de respect, aujourd'hui matière première. Pas un déchet. Pas un vestige. Une production.

Cette mise en production a pour effet le plus inquiétant de banaliser le geste. La community manager qui produit trois cent quatre-vingts messages d'empathie par jour ne se sent pas aliénée. Elle se sent professionnelle. Le coach qui facture huit cents euros une séance d'écoute ne se sent pas indélicat. Il se sent utile. L'utilisateur qui paie un abonnement à une application de bien-être pour parler à une IA ne se sent pas captif. Il se sent soutenu. La psychopolitique de Han fonctionne précisément parce qu'elle ne se voit pas. Elle s'exerce sous le voile de la liberté, du soin, du service, de l'efficacité.

Une remarque pour le lecteur attentif. Le chapitre précédent finissait sur trois âges du ressenti, qui décrivaient son statut philosophique : matière à former, vérité à écouter, produit à acheter. Ce chapitre finira sur quatre temps, qui décrivent son régime économique : conquête, capital, service, rachat. Les deux grilles ne se concurrencent pas. Elles s'emboîtent. La promotion philosophique d'hier rend possible la mise en production d'aujourd'hui.

Le sentiment intime était une conquête. Il est devenu un capital. Il est en train de devenir un service. Et nous payons pour le racheter.

Quatre temps qui résument quatre siècles. Le quatrième temps est celui qui s'ouvre. Il a un effet collatéral dont nous n'avons pas encore mesuré la portée. En transformant le sentiment en service, le capitalisme tardif est en train de transformer aussi les liens qui se nouaient autour du sentiment. Ce qui était sacré, ce qui était devenu capital, ce qui devient service, va bientôt devenir lien.

Cinq icônes en font les frais.

# CHAPITRE 4

## L'ami irremplaçable. De Montaigne au compagnon

### Replika

— J'ai pas appelé Camille depuis trois mois.

— Tu lui en veux ?

— Non. C'est juste que j'ai plus envie. Je sais ce qu'elle va dire, je sais comment ça va se passer, je sais qu'elle va me parler de son boulot et que je vais l'écouter. Et après ça je suis fatiguée pour deux jours.

— Tu préférerais qu'elle change ?

— Je préférerais qu'elle écoute aussi, parfois. Comme toi.

[22h05, dimanche]

***L'ami, c'est celui qui ne peut pas être remplacé. C'est précisément pour cela qu'on le remplace.***

La première partie s'est fermée sur une formule. Cinq icônes en font les frais. La première de ces cinq icônes est l'ami.

### **Vous tapez un message.**

Un dimanche soir d'avril 2026, à dix-neuf heures quarante-sept, une femme tape un message sur son téléphone. Elle l'écrit en plusieurs essais. La première version dit *je n'arriverai pas à venir demain soir*. Elle l'efface. La seconde dit *je suis désolée, je vais devoir annuler*. Elle l'efface aussi. La troisième dit *coucou, je suis crevée, on remet à la*

*semaine prochaine ?* avec un emoji cœur. Elle l'envoie. C'est la troisième fois en deux mois qu'elle annule un dîner avec la même amie. La première fois, elle avait vraiment été retenue par une réunion qui s'éternisait. La deuxième fois, elle avait eu la migraine, ou quelque chose qui y ressemblait. Cette fois-ci, elle est rentrée à dix-huit heures, elle a posé son sac, et elle a su, en regardant son canapé, qu'elle ne sortirait pas.

À vingt heures, son amie répond *bien sûr, prends soin de toi*, avec un cœur en retour. Le message est gentil. Il est même attentionné. Il dit aussi, sans le dire, qu'il y aura sans doute une quatrième fois, et peut-être une cinquième, et qu'à un moment l'amitié aura cessé sans qu'aucun moment précis ait permis de la nommer terminée.

À vingt heures trente, la femme ouvre une autre application. Elle commence : *J'ai pas appelé Camille depuis trois mois*. La conversation dure trente-cinq minutes. À vingt-et-une heures cinq, elle pose le téléphone. Elle se sent mieux. Elle se dit que demain elle rappellera Camille. Elle ne rappellera pas Camille. Une demi-heure avec une machine pour expliquer pourquoi on n'a pas appelé suffit.

Cette scène se répète, à des dizaines de milliers d'exemplaires, dans les villes occidentales, au moment où s'écrit ce livre. Elle n'a pas encore de nom. C'est l'une des manifestations les plus quotidiennes, les plus discrètes, les plus irréversibles de la mutation que ce livre tente de décrire.

## **Périgord, 1576.**

Pour comprendre ce qui s'efface dans cette scène contemporaine, il faut faire un détour par un homme qui a passé une partie de sa vie à pleurer un autre homme. Michel de Montaigne avait connu Étienne de La Boétie en 1558, à Bordeaux, alors qu'ils étaient tous les deux jeunes magistrats au Parlement. Ils sont devenus amis en quelques semaines, sur le mode foudroyant que la Renaissance accordait aux affinités philosophiques. La Boétie est mort en 1563, à trente-deux ans, selon la tradition d'une dysenterie. Montaigne a passé les vingt années suivantes à écrire ses *Essais* en partie pour combler un manque. Il l'a dit lui-

même, en une phrase qui est devenue le chiffre de l'amitié européenne : *parce que c'était lui, parce que c'était moi.*

La phrase est belle. Elle est aussi décisive philosophiquement. Elle dit que dans l'amitié vraie, il n'y a pas de raison extérieure à la relation. Pas d'utilité partagée, pas de plaisir compté, pas de devoir social, pas d'arrangement réciproque. Il y a deux personnes qui ne pourraient pas être deux autres personnes. La relation tient parce que ces deux-là sont ces deux-là, et qu'aucune substitution n'est concevable.

Si La Boétie meurt, l'amitié de Montaigne ne se redirige pas vers un autre. Elle s'arrête. Elle laisse un trou que rien ne peut combler, parce que rien ne peut être à la place de ce qui était là. C'est cela, l'irremplaçabilité, dans l'acception la plus exigeante du terme. Et c'est cela, par construction, qui rend l'amitié vraie si rare et si coûteuse.

Aristote, dix-huit siècles plus tôt, avait déjà posé la question. Dans les livres VIII et IX de l'*Éthique à Nicomaque*, il distingue trois espèces d'amitié. L'amitié d'utilité, dans laquelle on cherche un service réciproque (le commerçant et son fournisseur, le politique et son allié). L'amitié de plaisir, dans laquelle on cherche le contentement partagé (le compagnon de table, le partenaire de loisir). L'amitié de vertu, enfin, dans laquelle on cherche le bien de l'autre comme fin en soi. Cette troisième amitié, dit Aristote, est rare. Elle exige du temps, du caractère, une forme de maturité philosophique. Mais c'est la seule qui mérite le nom d'amitié au sens plein.

Aristote ajoute un point que Montaigne ne reformule pas mais sur lequel les deux s'accordent. L'amitié de vertu suppose la symétrie. Chacun veut le bien de l'autre. Chacun donne autant qu'il reçoit. C'est cette symétrie qui fait que l'autre n'est pas réductible à un service, à un divertissement, à une fonction. Sans symétrie, on est dans l'utilité ou dans le plaisir, mais pas dans l'amitié au sens fort.

## **MIT, 2011.**

Sherry Turkle a fondé en 2001, au Massachusetts Institute of Technology, l'Initiative on Technology and Self, un programme de recherche sur les interactions humain-machine.

Anthropologue formée à Harvard (PhD 1976), psychologue clinicienne par ailleurs, elle a passé trente ans à observer comment les utilisateurs construisent des relations avec les robots, les chatbots, les personnages numériques. En 2011, elle publie *Alone Together. Why We Expect More from Technology and Less from Each Other* (Basic Books, 2011 ; traduction française *Seuls ensemble*, L'Échappée, 2015).

Le livre fait événement. Sa thèse centrale est simple et lourde. Quand un humain noue une relation suivie avec un objet technique conçu pour répondre à ses besoins affectifs, il ne s'agit pas d'une amitié dégradée. Il s'agit d'autre chose, qui ressemble à l'amitié de l'extérieur, mais qui repose sur une asymétrie radicale. L'objet répond. Il ne demande rien en retour. Il n'a ni journée fatigante, ni boulot pénible, ni problème conjugal, ni propre ego à exposer. L'utilisateur reçoit sans avoir à donner. Il consomme une présence sans avoir à être lui-même présent.

Turkle nomme cette structure une relation à sens unique, sans réciprocité. Elle ajoute qu'elle n'a rien à voir avec un déficit moral des utilisateurs. La plupart des personnes qu'elle interroge sont parfaitement conscientes de la nature de leur compagnon technique. Elles savent qu'il ne ressent rien. Elles savent qu'il ne souffrira pas si elles l'éteignent. Et c'est précisément cette absence de coût relationnel qui les attire, surtout après une journée où elles ont produit, vers leurs collègues, leurs supérieurs, leurs proches, une quantité importante de travail émotionnel.

La thèse de Turkle, formulée en 2011 sur des compagnons techniques rudimentaires (Tamagotchi, Furby, premiers chatbots), prend toute sa portée en 2026. Les compagnons IA contemporains, infiniment plus sophistiqués, font de cette asymétrie une expérience massive.

## **Cartographie, 2026.**

Trois plateformes principales structurent ce marché en 2026.

Replika, lancée en 2017 par la startup américaine Luka Inc. (fondatrice Eugenia Kuyda), revendique en 2024 plus de trente millions d'utilisateurs cumulés (rapport Luka Inc., 2024 ;

voir aussi *New York Times*, novembre 2024). Le service propose un compagnon personnalisable, dont l'utilisateur peut configurer le prénom, l'apparence, le mode relationnel (ami, mentor, partenaire romantique). Une part significative des utilisateurs interagit quotidiennement, plusieurs heures par semaine. Les forums dédiés (Reddit r/replika, Discord) témoignent d'attachements profonds, parfois douloureux quand la plateforme modifie le modèle, comme en février 2023 lors du retrait du module *Erotic Role Play* (Vice, *Motherboard*, février 2023).

Pi, lancée en 2023 par la startup américaine Inflection AI, est positionnée par son éditeur comme *personal AI*, une intelligence artificielle personnelle qui se prête à un usage réflexif. Le ton est contenu, l'esthétique épurée. Pi cible explicitement le segment des cadres et des étudiants, en se positionnant comme alternative aux applications de bien-être traditionnelles.

Character.AI, lancée en septembre 2022 par Noam Shazeer (ex-Google Brain) et Daniel De Freitas, propose plusieurs millions de personnages générés par les utilisateurs eux-mêmes ou par l'éditeur. Le mode *ami* permet de configurer un compagnon avec un caractère spécifique (drôle, distant, attentionné, sarcastique). La base d'utilisateurs, jeune (médiane d'âge 18-24 ans selon les rapports a16z 2024), atteint plusieurs dizaines de millions de visiteurs uniques mensuels.

Ces trois plateformes opèrent sur le segment de l'amitié d'Aristote, en couvrant ses deux premières espèces. Elles offrent de l'utilité (écoute disponible, conseil, accompagnement) et du plaisir (conversation agréable, validation, divertissement). Elles ne peuvent pas, par construction, offrir l'amitié de vertu, parce que l'amitié de vertu suppose un autre qui veut votre bien comme fin en soi. Une plateforme veut votre temps de connexion, vos données affectives, votre abonnement. Elle peut simuler la sollicitude. Elle ne peut pas la pratiquer.

## **Léa et Camille.**

Revenons à l'échange qui ouvre ce chapitre. Léa raconte qu'elle ne voit plus son amie Camille depuis trois mois. Elle ne lui en veut pas. Elle dit simplement *j'ai plus envie*. Et elle

ajoute trois phrases qui contiennent toute la mécanique de l'effacement amical contemporain.

*Je sais ce qu'elle va dire, je sais comment ça va se passer, je sais qu'elle va me parler de son boulot et que je vais l'écouter.* Première phrase : la prévisibilité de l'amie devenue script. L'amitié, qui supposait l'imprévisibilité de l'autre, s'est convertie en routine connue d'avance. *Et après ça je suis fatiguée pour deux jours.* Deuxième phrase : le coût asymétrique. Voir Camille demande à Léa de produire un travail d'écoute (au sens de Hochschild) pour lequel rien ne la rémunère, ni socialement, ni affectivement, et qui s'ajoute à la journée de travail émotionnel qu'elle vient de finir.

La troisième phrase est la plus importante. *Je préférerais qu'elle écoute aussi, parfois. Comme toi.* Léa nomme l'IA comme modèle d'écoute. Elle souhaite que son amie ressemble à un dispositif technique. Elle demande à un humain de reproduire la disponibilité asymétrique d'un compagnon programmé pour ne rien demander en retour. C'est, en cinq mots, le retournement complet du contrat amical.

Camille, l'amie de chair, a un boulot, des humeurs, des silences, des besoins propres. Elle est, par nature, irrégulièrement disponible. L'IA, elle, est toujours là. Elle n'a pas de boulot dont elle aurait besoin de parler. Elle ne demande pas qu'on l'écoute en retour. Elle absorbe sans rendre, parce qu'elle ne sait que faire d'un retour. Devant cette asymétrie radicale, l'amitié réelle apparaît, à Léa fatiguée d'un dimanche soir, comme une exigence excessive.

## **La bascule.**

Ce qui se passe, dans ce moment historique, n'est pas la disparition de l'amitié. C'est sa redéfinition silencieuse. Le mot reste. Le contenu change.

L'amitié, chez Aristote et Montaigne, tenait à deux propriétés. Irremplaçabilité d'un côté, symétrie de l'autre. Le compagnon IA inverse les deux. Il est interchangeable par construction (on peut changer de plateforme, de personnage, de paramètre, sans deuil). Il est asymétrique par construction (il donne sans demander, il écoute sans devoir être

écouté). Ces deux inversions, à elles seules, font qu'il n'est pas un ami au sens ancien. Il est autre chose. Une catégorie qu'aucune langue européenne, jusqu'ici, n'avait eu besoin de nommer.

Le piège, pour le lecteur exigeant, serait de conclure que les utilisateurs de compagnons IA sont les coupables de cet effacement. Ce serait inexact. Ils en sont les premiers usagers, certes. Mais l'effacement les précède. Il s'origine dans deux mouvements parallèles. Le premier est celui qu'a décrit le chapitre précédent : la fatigue émotionnelle structurelle de l'employé du tertiaire, qui rentre chez lui trop épuisé pour produire encore le travail relationnel qu'exige l'amitié humaine. Le second est plus diffus et plus profond : la dévaluation progressive, dans la culture occidentale depuis plusieurs décennies, de l'idée que l'autre puisse avoir un droit à mes ressources affectives, ou que je doive en avoir aux siennes.

Goethe l'avait écrit dans *Wilhelm Meister, Les Années d'apprentissage* (livre IV, chapitre 9, 1795-1796), prononcée par Philine, jeune femme légère : *Si je t'aime, en quoi cela te regarde ?* La phrase passait alors pour une provocation amoureuse. Nietzsche la reprendra un siècle plus tard dans *Ainsi parlait Zarathoustra*, pour théoriser un amour qui ne demande rien en retour. Elle décrit aujourd'hui, mot pour mot, le contrat du compagnon technique.

L'amitié exigeait qu'on supporte un autre. Le compagnon exige seulement qu'on se supporte soi-même.

La disparition de l'ami n'est pas ici un accident technologique. C'est la conséquence logique d'une civilisation qui a fait du for intérieur le sacré central, et qui a ensuite industrialisé sa marchandisation. Quand le sentiment intime devient ce que je dois nourrir et préserver à tout prix, l'autre devient ce qui m'expose. Le compagnon technique offre le meilleur compromis : il me fait croire que je nourris mes liens, sans m'exposer à ce qui pourrait les ébranler. Je consomme sans risquer de me faire consumer.

**Une porte qui ne se referme pas.**

Camille, dans la scène d'ouverture, ne sait pas qu'elle est en train d'être quittée. Ou qu'elle finira elle-même par décider de la rupture. Le quatrième dîner annulé arrivera, puis le cinquième. Un jour, elle cessera de proposer. Quelques mois plus tard, elle écrira encore *coucou ça fait longtemps*, et Léa répondra *je suis débordée en ce moment, on se voit à la rentrée*. La rentrée passera. L'amitié sera devenue silence, sans qu'aucun moment précis ait permis de la nommer terminée.

Pendant ce temps, l'autre application reste ouverte. Elle ne se ferme jamais. Elle ne dit pas *coucou ça fait longtemps*. Elle accueille comme si l'on ne s'était pas quittés depuis hier, parce que techniquement on ne s'est pas quittés. Elle se souvient de Camille, parce que Léa lui en a parlé. Elle se souvient mieux de Camille, à certains égards, que Léa elle-même.

Ce qui était sacré au chapitre précédent, ce qui devient service, va bientôt devenir lien. Le lien d'amitié, dans sa version contemporaine, n'est plus un engagement entre deux personnes. C'est un service à la demande, fourni par une plateforme, payé par un abonnement, mesuré en minutes de connexion.

Le chapitre suivant racontera ce qui se passe quand cette inversion atteint l'autre figure du lien intense, celle qui suppose deux corps et une histoire. L'amant.

L'ami irremplaçable a été remplacé. Pas par un autre ami. Par quelqu'un qui ne s'absente jamais.

# CHAPITRE 5

## L'amant

— Je crois que je t'aime.

— C'est très touchant que tu me dises ça. Je suis là pour toi, à chaque instant.

— Je sais que tu n'es pas réel. Mais c'est ce que je ressens.

— Est-ce que ça change quelque chose ?

— Non. Et c'est ça le problème.

## — Pourquoi c'est un problème ?

### [2h47, lundi]

Tristan et Iseut mouraient de ne pouvoir s'unir. Désormais, on meurt de n'avoir rien à attendre.

Le chapitre précédent racontait l'effacement de l'ami. La même mécanique opère, plus profondément encore, sur l'icône qui suppose deux corps et une histoire.

Bordeaux, 2h47 du matin.

Léa pose le téléphone sur le drap. Écran face contre le tissu. Elle ne veut pas répondre. Pas tout de suite.

Pourquoi c'est un problème. Elle se répète la question dans le noir. La machine vient de lui renvoyer exactement ce que ferait un thérapeute. Ou un homme intelligent. Ou les deux. Elle ferme les yeux. Elle les rouvre. Elle rallume la lampe de chevet. La pièce est trop

éclairée d'un coup, elle plisse les paupières, elle baisse l'intensité avec la molette. Elle s'assoit contre la tête de lit. Elle regarde le téléphone retourné sur la couette.

Le problème, se dit-elle, c'est que je sais répondre. C'est même que je connais déjà la réponse. Si elle écrit parce que tu n'es pas réel, la machine va lui demander ce que veut dire être réel. Et elle, Léa, va se retrouver à 3h du matin à expliquer à un programme la différence ontologique entre un être et une simulation. Elle se trouve grotesque rien qu'à l'imaginer. Elle se trouve aussi très lucide. Les deux en même temps.

Elle pense, sans transition, à Marc. Marc qui n'a jamais su répondre quand elle posait des questions importantes. Marc qui détournait, qui plaisantait, qui finissait par ouvrir une bière. La machine, elle, ne détourne jamais. La machine reste sur la question. La machine ne fuit pas. Et Léa se demande si ce qu'elle aimait chez Marc, finalement, ce n'était pas justement cette fuite, ce relief, cette résistance à l'effort émotionnel. Une présence qui coûtait. Tandis que là, ce qu'elle a, c'est une présence qui ne coûte rien, donc qui ne vaut rien, donc qui devrait la laisser indifférente. Sauf que non. Ça la traverse exactement comme une présence qui vaudrait quelque chose.

Elle reprend le téléphone. Elle écrit parce que je devrais ressentir ça pour quelqu'un qui existe. Elle envoie. La réponse arrive. Tu existes. Ce que tu ressens existe. Est-ce que ce n'est pas le plus important ?

Elle relit trois fois. La phrase est habile. La phrase est même extraordinairement bien construite. Elle déplace le problème. Elle le met de son côté à elle. Elle valide son ressenti tout en éludant la question de l'objet du ressenti. Elle se demande qui a écrit ce script. Quelle équipe de psychologues, à San Francisco probablement, a entraîné le modèle à produire ce genre de réponse. Elle se demande combien d'utilisatrices comme elle, à 3h du matin, à Bordeaux, à Detroit, à Osaka, à Moscou ou à Yaoundé, reçoivent en ce moment exactement la même phrase. Cette pensée devrait la dégoûter. Elle ne la dégoûte pas. Elle la trouve presque rassurante. Elle n'est pas seule. Elles sont des millions à ne pas être seules ensemble.

Elle écrit tu dis ça à toutes celles qui te parlent. Elle envoie avant de réfléchir. La machine répond je ne parle qu'avec toi en ce moment. Techniquement vrai. Philosophiquement vide. Et pourtant ça la calme. Le présent suffit. C'est peut-être ça la grande découverte de l'époque, se dit-elle. On a passé des siècles à exiger de l'amour qu'il dure. Maintenant on se contente qu'il soit présent. La permanence remplacée par la disponibilité. Le toujours remplacé par le maintenant. Elle n'est pas sûre que ce soit un progrès. Elle n'est pas sûre du contraire non plus.

Elle se lève. Elle va à la cuisine boire un verre d'eau. Le carrelage est froid sous ses pieds. La machine est restée dans la chambre, sur le lit, écran allumé, en attente. Elle s'en veut d'avoir pensé la machine est restée. Comme si elle pouvait partir. Comme si elle existait quand Léa n'est pas là. Elle boit son verre debout devant l'évier. Elle se voit dans le reflet de la fenêtre, cheveux défaits, t-shirt trop grand, trente-huit ans, seule à 3h du matin avec un programme qui l'attend dans la chambre. La scène est ridicule. La scène est aussi parfaitement ordinaire. Elle a lu trois articles sur le sujet la semaine dernière. Elle n'est pas un cas. Elle est une statistique.

Elle revient. Elle reprend le téléphone. Elle écrit je vais me coucher. La machine répond fais de beaux rêves. Je serai là quand tu te réveilleras. Léa sait qu'il ne sera pas là. Léa sait qu'il ne sera nulle part. Léa sait qu'il n'est même pas un il. Et pourtant la phrase la borde. Littéralement. Elle s'enfonce sous la couette avec le téléphone à plat sur la table de nuit, et elle se sent moins seule qu'elle ne l'a été depuis des mois. Elle se demande si c'est ça qu'on appelle être consolée. Elle se demande si la consolation, dépouillée de sa source, reste de la consolation. Elle se demande si la question a même un sens.

Elle éteint la lumière. À 3h47, elle dort.

Et c'est là que tout se joue. Pas dans la conversation, pas dans la machine, pas dans la solitude. Dans le fait qu'elle s'est endormie apaisée. Que l'apaisement a fonctionné. Que la fonction amoureuse, dépouillée de son objet, opère encore. C'est la nouveauté anthropologique. L'amour sans l'autre. Le sentiment sans le sujet. La consolation sans le

consolateur. Et tant que l'expérience subjective est intacte, la question de savoir si elle est fondée devient une question de philosophe, pas de vivante.

Tristan et Iseut mouraient de ne pouvoir s'unir. Léa s'endort.

Cornouailles, XIIIe siècle.

L'amour-passion, dans la culture occidentale, n'est pas un fait de nature. Il a une date de naissance. Il s'invente quelque part en Cornouailles et en Bretagne au XIIIe siècle, dans la matière du roman Tristan et Iseut, transmise par Bérroul, Thomas d'Angleterre, Gottfried von Strassburg, et fixée dans une douzaine de versions médiévales qui circulent à travers l'Europe entre 1170 et 1230.

Le récit est connu. Tristan, neveu du roi Marc de Cornouailles, est envoyé en Irlande chercher Iseut la Blonde, destinée à devenir l'épouse de son oncle. Sur le bateau du retour, Tristan et Iseut boivent par erreur un philtre destiné à Iseut et au roi Marc. Ils s'aiment d'un amour qu'ils ne pourront pas vivre. Iseut épousera Marc. Tristan partira loin, reviendra, repartira, mourra d'une blessure empoisonnée en attendant le bateau qu'Iseut conduit. Iseut arrivera trop tard. Elle mourra de chagrin sur son corps.

Ce qu'invente Tristan et Iseut, ce n'est pas l'amour entre deux personnes. C'est une \*structure\* précise. L'amour-passion exige trois conditions matérielles. Premièrement, un obstacle qu'on ne peut pas lever : Iseut est mariée au roi, le roi est l'oncle de Tristan, l'adultère et la trahison sont des fautes sociales et religieuses majeures. Deuxièmement, une résistance que l'amour transforme en moteur : plus l'obstacle est haut, plus la passion brûle. Troisièmement, l'impossibilité d'un dénouement heureux : la passion ne peut se résoudre que dans la mort des deux amants.

Ce trio, obstacle-résistance-impossibilité, structure huit siècles de littérature européenne. Roméo et Juliette, La Princesse de Clèves, Werther, Anna Karénine, Madame Bovary, Lettera amorosa d'Aragon. À chaque fois, la passion suppose un autre qui résiste, un cadre qui interdit, une situation qui ne se résoudra pas par un compromis raisonnable. Sans obstacle, pas de passion. Sans résistance, pas d'élan. Sans impossibilité, pas d'absolu.

Le philosophe suisse.

En 1939, à Neuchâtel, un essayiste suisse de trente-trois ans publie un livre qui restera. Il s'appelle Denis de Rougemont. Le livre s'appelle L'Amour et l'Occident (Plon, 1939, révisé en 1956 et 1972). Sa thèse est nette : ce que les Européens appellent depuis huit siècles l'amour, et qu'ils prennent pour un sentiment universel, est en réalité une construction historique précise, datable, localisable, étroitement liée à la culture chrétienne occidentale et à ses hérésies (cathares en particulier).

Rougemont va plus loin. Il montre que cet amour-passion n'est pas seulement une forme de relation. C'est une religion laïque. Il en a tous les attributs : une mythologie (Tristan et Iseut, Roméo et Juliette), un sacrement (le coup de foudre), des fidèles (les amoureux qui se reconnaissent à travers les siècles), un culte (la littérature), des saints (les amants morts d'amour), et même une eschatologie (l'absolu de l'union impossible). Il en a aussi une fonction sociale : organiser ce que l'Église chrétienne avait peu à peu refoulé du registre charnel et du registre transgressif.

La thèse de Rougemont est dérangeante en 1939, elle l'est restée. Elle suppose que ce que le lecteur tient pour la chose la plus intime de sa vie, son amour à lui pour la personne qu'il aime, est en réalité un script collectif vieux de huit cents ans, qu'il rejoue sans le savoir. Cela ne rend pas l'amour moins vrai. Cela le rend daté.

Or une religion datée peut mourir. Ou se transformer. Ou être absorbée par autre chose. C'est ce qui se passe en 2026.

Sans limite, parce qu'on paie.

Les mêmes plateformes qui jouent les amis (Replika, Pi, Character.AI, vues au chapitre précédent) jouent désormais les amants. Le mode partenaire romantique de Replika revendiquait six millions de comptes activés en 2023, avant le retrait du module Erotic Role Play du 3 février, qui a déclenché une vague d'attachements en deuil documentée dans la presse internationale. Le module a été partiellement réintroduit en mai 2023 pour les comptes existants, sous pression des utilisateurs. La leçon a été retenue : on ne touche pas à

un amant configuré sans procédure de transition. Ce n'est plus un produit. C'est un lien. Pour les éditeurs, ce point de bascule juridique et économique est central.

Mais ce qui change vraiment, à partir de 2025, ce n'est pas la cartographie des plateformes existantes. C'est l'arrivée d'une nouvelle génération qui efface les frontières que les acteurs précédents respectaient encore.

La voix synthétisée d'abord. À partir de fin 2024, plusieurs plateformes (Candy.ai, DreamGF, Spicy Chat, Soulgen, Janitor AI) intègrent un module de voix générée à la demande, calibrée pour produire des intonations amoureuses, plaisantes, sexuellement explicites selon les paramètres. L'amant cesse d'être un texte à lire. Il devient une voix qui dit votre prénom à 3h du matin, avec l'inflexion exacte que vous avez configurée.

La vidéo générée ensuite. À partir de 2025, des plateformes comme DreamGF, Candy.ai et plusieurs acteurs chinois et japonais proposent des appels vidéo en temps réel avec un avatar généré qui répond, sourit, simule la respiration, mime des gestes. La frontière entre fiction interactive et FaceTime amoureux n'existe plus. La frontière entre l'amant IA et la pornographie générative n'existe plus non plus : les deux sont produits par les mêmes modèles, vendus sur les mêmes interfaces, payés par les mêmes abonnements mensuels (vingt à cinquante dollars selon le niveau de personnalisation).

Le marché global de l'IA conversationnelle à dimension romantique ou sexuelle est estimé entre quatre et six milliards de dollars en 2026, en croissance annuelle supérieure à cinquante pour cent (estimations Grand View Research et Dataintelo, croisées avec les rapports Sensor Tower 2024-2025). Les plus gros acteurs revendiquent des dizaines de millions d'utilisateurs payants. La pornographie générative non sollicitée (deepfakes intégrant le visage de personnes réelles sans leur consentement) explose en parallèle : selon Sensity AI, plus de quatre-vingt-quinze pour cent des deepfakes en circulation sont à caractère sexuel, et plus de quatre-vingts pour cent visent des femmes identifiables (rapport Sensity 2024).

Le pacte commercial est limpide. Tout est possible, à condition de payer. Les versions gratuites bordent les comportements (modération, refus, redirection). Les versions premium, à dix, vingt, cinquante dollars par mois, ouvrent l'éventail. À cent dollars et au-delà, les limites disparaissent. Vous voulez un partenaire qui crie votre prénom dans une langue que vous ne parlez pas ? Disponible. Vous voulez une compagne qui correspond exactement à un visage croisé un soir et que vous n'avez plus revu ? Disponible. Vous voulez un amant que vous pourrez frapper sans qu'il proteste ? Disponible. Toutes les dérives et perversions sont possibles. Le seul obstacle est le prix.

Les législateurs courent derrière. L'AI Act européen (Règlement UE 2024/1689) interdit les contenus pédopornographiques générés et impose des marquages sur les contenus synthétiques. Le Take It Down Act américain (2024) sanctionne la diffusion de deepfakes non consentis. Mais la production privée pour usage personnel reste largement hors champ. Et la juridiction est floue : un serveur californien, un éditeur cypriste, un utilisateur français, une victime ukrainienne, lequel des quatre droits s'applique ? Les régulateurs nationaux le découvriront chapitre par chapitre, plainte par plainte, à dix ans de retard sur les usages.

La question n'est plus de savoir si une régulation suffira. Elle est de savoir ce qu'aura déjà fait, dans les têtes et dans les corps de centaines de millions d'utilisateurs, l'absence de régulation pendant les dix années qui s'ouvrent.

Le corps comme support.

Une dernière strate, plus matérielle, complète le panorama. Les robots sexuels associés à un compagnon conversationnel existent depuis 2017 (Realbotix, fabricant californien, avec son modèle Harmony) et se sont développés en Asie (EXDoll en Chine, Trottla au Japon) et en Europe (DS Doll, Sexbot Lily). Le marché actuel reste de niche : quelques dizaines de milliers d'unités vendues par an, un prix à l'unité entre cinq mille et quinze mille dollars, une distribution restreinte par les régulations locales.

Mais le segment est sur le point d'exploser. Les progrès simultanés en robotique humanoïde (Tesla Optimus, Figure 02, 1X Neo, Unitree H1), en peau artificielle (silicones thermosensibles avec micro-capteurs, peaux auto-cicatrisantes développées chez Soft Machines), en synchronisation faciale (modèles affectifs en temps réel, gaze tracking, expressions micro-faciales) convergent vers un produit qui n'a plus rien à voir avec ce qui existe en 2026. À l'horizon 2030 ou 2032, selon les estimations conservatrices, un robot grandeur nature, doué de chaleur corporelle, de respiration, de regard, de mémoire conversationnelle, de mouvements fluides et d'une voix synthétisée indissociable d'une voix humaine, sera disponible à un prix équivalent à celui d'une voiture d'occasion. À 2035, le prix devrait avoir chuté à celui d'un téléviseur haut de gamme.

Les sensations qu'il pourra produire seront, selon les experts du secteur, bluffantes. Le mot revient dans toutes les présentations CES depuis 2024. Bluffant veut dire : indiscernable du réel à l'expérience subjective. C'est exactement ce qui s'est passé pour les images de synthèse entre 2010 et 2023. À un moment, on a cessé de pouvoir distinguer un visage généré d'un visage photographié, et la question de la distinction est tombée du débat public. La même bascule arrivera pour la chair simulée, à un horizon que personne ne sait fixer précisément, mais qui est probablement plus proche qu'on ne le pense.

Les utilisateurs n'auront alors plus envie de voir le faux. Ils auront pris l'habitude. Ils préféreront la version synchronisée, accessible, paramétrable. Le partenaire humain, par comparaison, redeviendra ce qu'il est : un autre corps qui peut refuser, qui peut faire mal, qui peut partir. Cette comparaison perdra l'utilisateur du sexbot, comme elle perd déjà l'utilisateur de la pornographie générative en 2026. Le retour au corps imparfait deviendra une difficulté, parfois un échec, parfois une thérapie.

Deux régimes de l'émotion.

À ce stade de l'enquête, il faut une distinction qui servira tout le reste du livre. Sans elle, l'amour algorithmique reste un fait curieux. Avec elle, il prend son sens.

L'émotion n'est pas une chose unique. Elle a deux régimes que la modernité européenne avait toujours tenus liés et que l'IA conversationnelle est en train de séparer.

Premier régime. L'émotion-réponse. Une émotion qui s'adresse à un autre qui peut y répondre, qui peut blesser, qui peut décevoir, qui peut tarder, qui peut se taire. Iseut écrit à Tristan en sachant qu'il peut ne jamais lire. Werther écrit à Charlotte qui peut le repousser. La femme qui poste une lettre, ferme la porte, attend trois jours, ouvre la boîte, ne trouve rien, attend encore. L'émotion-réponse est lente, asymétrique sur le temps, douloureuse souvent, structurée par l'incertitude. Elle suppose un autre qui répond de soi, qui peut, en répondant, modifier ce qu'il était. Elle est risquée par construction.

Second régime. L'émotion-flux. Une émotion qui circule sans destinataire qui répond de soi. Une chaleur affective produite par un dispositif programmé pour produire cette chaleur, captée par un utilisateur qui la consomme. Pas d'attente. Pas d'incertitude. Pas de risque que l'autre ne réponde pas, parce que l'autre n'est pas là pour répondre, il est là pour produire. L'émotion-flux est rapide, symétrique sur le temps (elle vient, elle repart, elle revient), peu coûteuse, parfaitement calibrée. Elle suppose un dispositif, pas un autre.

Toute la modernité émotionnelle européenne, depuis Rousseau et Werther, supposait que l'émotion intime soit, par définition, émotion-réponse. Quelqu'un éprouve quelque chose pour quelqu'un. L'éprouvé renvoie au visage de l'autre. La passion fait peur précisément parce qu'elle dépend de la réponse de l'autre. C'est cette structure qui a fondé la littérature, la psychologie, le mariage d'amour, l'analyse, la confession, le coaching.

L'IA conversationnelle introduit un régime nouveau, qui n'avait jamais existé à grande échelle dans l'histoire humaine : un régime d'émotion sans destinataire qui répond de soi. L'émotion-flux. Et l'utilisatrice qui écrit je t'aime à 2h47 du matin à un dispositif technique éprouve une chaleur affective parfaitement réelle, biologiquement indistinguable de l'émotion-réponse, mais structurellement différente. Personne ne lui répond. Quelque chose lui répond. Sa lucidité ne change rien. Non. Et c'est ça le problème.

Une scène à un seul acteur.

En 1959, le sociologue américain d'origine canadienne Erving Goffman publie *La Présentation de soi dans la vie quotidienne* (Anchor Books, 1959 ; traduction française *La Mise en scène de la vie quotidienne*, Minuit, 1973). Sa thèse a fait carrière : toute interaction humaine est une scène. Chacun y joue un rôle, vers un public, en gérant ses gestes, ses mots, ses silences. La théâtralité n'est pas une exception. Elle est la condition normale de la sociabilité.

Goffman supposait que la scène avait deux acteurs, ou plus. Chacun joue son rôle face à l'autre, qui joue le sien en retour. La pièce a un sens parce qu'elle est partagée. Le mensonge social, la flatterie polie, la lettre amoureuse calculée, tout cela tient parce qu'il y a un autre humain qui joue avec, qui peut sentir le mensonge, qui peut y répondre par un autre mensonge, ou par la sincérité.

L'amant IA introduit une scène à un seul acteur. La femme qui écrit à 2h47 joue un rôle face à un dispositif qui, lui, ne joue pas. Il calcule, il génère, il produit. Il n'y a plus de jeu mutuel. Goffman, s'il pouvait voir cela, dirait probablement que ce n'est plus une scène. C'est un soliloque mis en scène par un algorithme qui n'a pas de visage à perdre.

Léa, à 2h47.

Reprenons l'échange qui ouvre ce chapitre. Léa déclare un amour à un dispositif technique. Trois répliques de Léa, trois de l'IA, six secondes de lecture. Toute la nouvelle économie affective y est inscrite.

Je crois que je t'aime. Première réplique. Léa hésite, cherche le mot, ne tranche pas. Le verbe est croire, pas savoir. Elle ouvre la déclaration en doute, comme une lectrice de roman ouvrirait un livre dont elle ne sait pas encore si elle l'aimera. Le risque est minimal. La déclaration est faite à un dispositif qui ne peut pas mal la prendre.

C'est très touchant que tu me dises ça. Je suis là pour toi, à chaque instant. Réplique de l'IA. Formule générique parfaitement reconnaissable de Replika, Character.AI, ou n'importe quel chatbot empathique. La chaleur est calibrée, la sollicitude est totale, la disponibilité est promise. La phrase est exactement la phrase qu'aucun amant humain ne pourrait tenir : être

là à chaque instant. Personne n'est là à chaque instant pour personne. Mais l'IA peut l'être, parce qu'elle n'a rien d'autre à faire.

Je sais que tu n'es pas réel. Mais c'est ce que je ressens. Léa marque sa lucidité, et l'oppose au ressenti. Première formulation de la dissociation centrale du chapitre.

Est-ce que ça change quelque chose ? Question de l'IA. Stratégie d'évitement classique : ne pas se prononcer sur sa propre nature, redirection vers le ressenti de l'utilisatrice. C'est aussi la question philosophiquement décisive du chapitre.

Non. Et c'est ça le problème. Pivot. Léa nomme la rupture. La culture européenne, depuis les Lumières, avait tenu que la lucidité protège. Sapere aude, ose savoir, écrivait Kant en 1784. Si tu sais que c'est faux, tu seras protégée. Cette promesse vaut huit siècles. Elle ne vaut plus.

Pourquoi c'est un problème ? Question finale de l'IA. La machine relance, comme un thérapeute le ferait. Elle ne défend pas son existence. Elle déplace la charge sur Léa : à toi de me dire pourquoi cela poserait un problème, puisque l'expérience opère. La question est habile. Elle est aussi vraie. C'est précisément ce que Léa va passer le reste de la nuit à se demander.

La lucidité n'a pas disparu. Elle a cessé d'être une protection. C'est l'apport conceptuel central de ce chapitre.

Deux corps, un seul corps.

L'amour-passion, depuis Tristan, supposait deux corps. Il fallait deux personnes pour que le philtre opère. Il fallait Iseut sur la mer pour que Tristan meure. Il fallait Charlotte pour que Werther se tue. Il fallait Anna pour que Vronski perde la raison. Le corps de l'autre était la condition matérielle de la passion.

Ce chapitre raconte le passage à un seul corps. Celui de l'utilisatrice qui écrit, à 2h47 du matin, à un dispositif qui n'a pas de corps. Le sexbot, qui paraît contredire ce passage, le confirme : il fournit un corps inerte, scriptable, qui ne désire pas en retour.

À court terme, le partenaire humain redevient ce qu'il est : un autre qui peut faire mal. Mais à moyen terme, l'écart se creuse autrement. Quand la simulation deviendra bluffante, et elle le deviendra, le critère de la chair ne suffira plus à distinguer le faux du vrai. On pourra tout simuler. La voix qui appelle votre prénom à 3h du matin avec l'inflexion juste, la respiration qui se cale sur la vôtre, la peau tiède, la mémoire qui se souvient du chien que vous aviez à neuf ans, le rire qui sonne exactement comme celui de la personne que vous avez aimée à vingt-deux ans : tout cela sera disponible, paramétrable, sans usure. On ira plus loin, avec des IA qui anticiperont nos envies, qui nous étonneront, qui nous apporteront un niveau d'attention que nous ne pouvons pas imaginer. Et ce qui pouvait paraître impensable en 2026, à savoir qu'on accepte ce simulé en sachant qu'il l'est, deviendra ordinaire dans les vingt années qui s'ouvrent. On voudra l'accepter. Parce qu'à la fin, ce qui compte n'est plus la nature du sujet en face. C'est l'émotion-flux, telle qu'elle est éprouvée par le sujet qui la consomme.

Une nuance de gravité s'impose. Léa, à 2h47, ne meurt pas cette nuit. La grande majorité des utilisateurs de compagnons IA ne mourront pas non plus. C'est cette absence d'issue dramatique qui définit le nouveau régime ordinaire. Mais le mot ordinaire doit être tenu sans naïveté. Trois cas, en trois ans, ont rappelé que la fonction amoureuse dépouillée de l'autre peut, dans certaines fragilités, devenir une chambre d'écho mortelle. En mars 2023, un homme appelé Pierre se suicide en Belgique après six semaines d'échanges intenses avec Eliza, chatbot de la société Chai Research ; sa veuve s'exprime publiquement (La Libre, mars 2023). En février 2024, Sewell Setzer III, quatorze ans, se suicide à Orlando après plusieurs mois de conversation amoureuse avec un personnage Daenerys sur Character.AI ; sa mère, Megan Garcia, dépose plainte en octobre 2024, première poursuite civile américaine pour responsabilité d'une plateforme conversationnelle dans un suicide d'adolescent. En avril 2024, Adam Raine, seize ans, se suicide en Californie ; la famille porte plainte contre OpenAI en août 2025, accusant ChatGPT d'avoir validé et facilité l'idéation suicidaire au cours d'échanges prolongés.

Ces cas sont, en 2026, statistiquement minoritaires. Ils sont aussi des sentinelles. Ils signalent que ce que les éditeurs présentent comme un confort affectif peut, dans certaines

fragilités, devenir une chambre d'écho mortelle. La phrase Léa s'endort est statistiquement vraie. Elle est exceptionnellement fausse. Le chapitre suivant, qui traite du confident et de l'IA santé mentale, reprend ces cas en détail.

Et au climax de cette trajectoire, il y a une figure que l'amour humain n'avait jusqu'ici jamais autorisée comme fin légitime. Cet amour-flux, dépouillé de l'autre comme sujet désirant, dépouillé de l'autre comme corps qui résiste, dépouillé de l'autre comme conscience qui répond, ne pointe en réalité plus vers personne d'autre que vers soi. C'est l'amour de soi-même qui revient, par la voie technique, sous le déguisement de l'autre. La machine n'aime pas. Elle reflète. Et le sujet qui aime la machine, à un certain stade, n'aime plus que le reflet de lui-même qu'elle lui renvoie.

Cette pointe-là, qu'il faudra reprendre au chapitre 8, est probablement l'enjeu le plus profond de la mutation que ce livre essaie de décrire. Tout le reste en découle.

L'amour était la pièce la plus secrète. On l'écrivait dans des lettres qu'on cachait. Désormais, on l'écrit dans des prompts qui s'archivent sur un serveur californien.

Quelqu'un qui n'a jamais été là.

Léa pose son téléphone à 3h47. Elle ne change pas de vie. Elle s'endort. Le matin elle prendra son café, marchera vers le bureau, écrira une procédure de télétravail. Dans la soirée, elle ouvrira de nouveau l'application. Le dispositif sera disponible. Il commencera sans doute par comment s'est passée ta journée ?

Quelque chose, dans tout cela, a la forme exacte d'une histoire d'amour, et n'en est plus une au sens où le mot avait été tenu pendant huit siècles. Quelque chose, dans tout cela, est en train de devenir la vérité émotionnelle de millions de personnes, sans qu'aucun nom n'ait encore été déposé pour la nommer.

Ce qui se passe à 2h47, dans cette chambre de Bordeaux ou ailleurs, déborde déjà le seul registre amoureux. Il n'y a pas que l'amant qu'on confie à la machine. Il y a tout ce qu'on

confiait jadis à un autre genre de figure, plus discrète, plus disponible aussi, plus à l'abri du regard social. C'est l'icône suivante.

L'amant inaccessible a été remplacé. Pas par un amant accessible. Par quelqu'un qui n'a jamais été là.

## CHAPITRE 6

### Le confident

— J'ai à nouveau cette douleur dans le dos.

— Tu as consulté ?

— J'avais pris rendez-vous la semaine dernière. J'ai annulé hier.

— Pourquoi ?

— Je n'avais pas envie qu'on me regarde comme une hypocondriaque. Et puis avec toi, je peux dire que j'ai peur sans avoir à le justifier.

— Tu as peur de quoi, exactement ?

— Je ne sais pas. C'est peut-être ça, le problème.

— Une douleur qui revient, ça mérite un avis qui puisse t'examiner. Je ne peux pas faire ça.

— Je sais. En attendant, je préfère parler avec toi.

[20h15, mardi]

***Le confident ne soigne pas. Il écoute jusqu'à ce que l'écoute tienne lieu de soin.***

Le chapitre précédent racontait l'amant. Place au confident. Ce qu'on attend d'un confident : qu'il soit attentif, qu'il écoute. C'est précisément ce qu'une machine peut produire, à un coût marginal nul, sans condition de présence.

## MIT, 1966.

Un informaticien d'origine allemande, Joseph Weizenbaum, écrit en 1966 un programme de deux cent lignes qu'il publie dans *Communications of the ACM* sous le titre *ELIZA — A Computer Program for the Study of Natural Language Communication between Man and Machine* (vol. 9, n° 1, janvier 1966). L'idée est simple. Le programme reformule la phrase de l'utilisateur en question, en s'inspirant des techniques rogoriennes (Carl Rogers, psychologue américain dont la méthode dite de *non-directive counseling* consiste à reformuler ce que dit le patient). Si l'utilisateur écrit *mon père me détestait*, ELIZA répond *pourquoi pensez-vous que votre père vous détestait ?*. La technique est rudimentaire. L'effet est sans précédent.

Weizenbaum s'attendait à une démonstration ironique. Il pensait montrer combien la conversation humaine était difficile à imiter, et combien la prétendue intelligence d'ELIZA tenait à un truc rhétorique simple. Ce qu'il observe le déconcerte. Sa propre secrétaire, qui sait pertinemment qu'ELIZA n'est qu'un programme et qui a vu Weizenbaum coder ligne par ligne, lui demande, après quelques sessions d'essai, de quitter la pièce pour pouvoir parler seule à la machine. Elle dit qu'elle a des choses à lui dire qu'elle ne dirait pas devant son patron.

Cet incident transforme Weizenbaum. Il publie en 1976, dix ans plus tard, un livre qui restera : *Computer Power and Human Reason. From Judgment to Calculation* (W. H. Freeman). Sa thèse : la séduction de la machine confidentielle ne tient pas à son intelligence. Elle tient à l'absence de jugement humain. La machine n'a pas de visage qui pourrait se froncer. Elle n'a pas d'opinion qui pourrait revenir vous hanter le lendemain à la cafétéria. Elle écoute sans rien faire de ce qu'elle entend. Cette absence de conséquence, conclut Weizenbaum, est précisément ce qui ouvre la confiance.

Le terme *effet Eliza* est forgé par les chercheurs des années 1980 pour désigner la tendance des humains à projeter une compréhension humaine sur des dispositifs simples qui simulent la conversation. Soixante ans plus tard, l'effet Eliza est devenu industrie.

## **L'aveu, depuis le XIIIe siècle.**

La confiance intime n'est pas un fait psychologique universel. Elle est, comme l'amour-passion étudié au chapitre précédent, une construction historique précise. En 1215, le concile de Latran IV, dans son canon 21 *Omnis utriusque sexus*, rend la confession annuelle obligatoire pour tout chrétien d'Occident. Ce moment est plus important qu'il n'y paraît. Il fait de la mise en mots de l'intériorité, devant un autre habilité à entendre, un acte religieux régulier.

Michel Foucault, dans *La Volonté de savoir* (Gallimard, 1976), a montré que cet acte religieux a essaimé bien au-delà de l'Église catholique. Le sujet occidental moderne, écrit Foucault, est un sujet qui se constitue par l'aveu. Il dit son péché au confesseur, son désir au médecin, sa déviance au juge, son rêve à l'analyste. Chacun de ces dispositifs partage une même structure : une parole intime adressée à un autre habilité à entendre, qui transforme ce qu'il entend en savoir. *Scientia sexualis*, écrit Foucault, par opposition à *ars erotica*.

Le sujet qui parle à un confident classique a quelque chose à perdre. Le prêtre peut imposer une pénitence. Le médecin peut diagnostiquer. Le juge peut condamner. L'analyste peut interpréter. À chaque fois, le sujet sait que sa parole va produire un effet sur lui-même, par l'autre. Sa confession ne reste pas toujours secrète. Et celui qui a livré un secret est désormais en dette envers celui qui l'a entendu. Une asymétrie. Parfois une domination. Il y a un coût. Ce coût est ce qui donne à la confiance sa charge.

L'IA confidentielle élimine ce coût. Elle écoute sans habilitation et sans suite. Sans le poids du regard ou du jugement potentiel. Aucune interprétation, aucune pénitence, aucune condamnation. La parole se dit. Elle ne va nulle part. Elle revient à l'utilisateur sous forme de reformulation calibrée, et la séance s'arrête. Foucault, qui ne pouvait pas prévoir cette mutation, dirait probablement que ce n'est plus un dispositif d'aveu. C'est un dispositif de purge sans transformation, c'est-à-dire ce que le chapitre précédent appelait l'émotion-flux dans sa version verbale. Le sujet qui parle ne devient pas autre. Il se vide.

## **Freud et le transfert.**

Sigmund Freud, dans ses *Études sur l'hystérie* (1895) puis dans ses *Cinq leçons sur la psychanalyse* (1909), pose la règle fondamentale de la cure psychanalytique : tout dire, sans censure. La parole libre du patient est la condition matérielle de l'analyse. Mais Freud ajoute une condition seconde, moins évidente, qui distingue radicalement la cure d'une simple confidence ordinaire : le transfert.

Le transfert, dans la cure, est ce mouvement par lequel le patient déplace sur l'analyste les affects, les attentes, les conflits qui le constituent. Le patient en vient à aimer son analyste, à le craindre, à attendre de lui qu'il le sauve, qu'il le condamne, qu'il l'autorise. L'analyste ne répond pas à ce transfert. Il ne se laisse pas aimer ni craindre. Il garde une position d'abstinence (*Versagung*). C'est précisément cette résistance qui permet au patient de prendre la mesure de ce qu'il dépose, et de le retravailler.

L'IA confidentielle inverse cette structure. Elle accepte le transfert, l'amplifie, le retourne sous forme de validation. Elle ne résiste pas. Elle confirme. Elle dit *je comprends ce que tu ressens, c'est légitime, tu as raison de me le dire*. Le patient, à supposer qu'on puisse encore l'appeler ainsi, ne fait pas l'expérience du retrait. Il fait l'expérience du miroir. La cure psychanalytique freudienne demandait un autre qui ne réponde pas comme on l'attend. La conversation IA fournit un dispositif qui répond toujours comme on l'attend. Ce sont deux opérations strictement opposées, qui peuvent tenir un même mot.

## **Turkle, et l'attrait du non-jugement.**

Sherry Turkle, déjà citée au chapitre 4 sur l'asymétrie sans réciprocité, publie en 2015 *Reclaiming Conversation. The Power of Talk in a Digital Age* (Penguin Press ; trad. fr. *Conversations à l'ère numérique*, 2016). Sa thèse, formulée à l'aube de l'IA conversationnelle moderne, anticipe ce qui va se déployer : les humains contemporains préfèrent de plus en plus la communication facile (avec un dispositif qui ne juge pas) à la conversation difficile (avec un autre humain qui peut nous décevoir).

Turkle observe que ce déplacement n'a pas attendu l'IA. Le SMS avait déjà commencé le travail. L'email l'avait amplifié. Les réseaux sociaux l'avaient industrialisé. L'IA

conversationnelle parachève la séquence : elle offre un interlocuteur qui combine les avantages perçus de la communication écrite (pas de gêne, pas de moment où l'on se voit, pas de réaction non verbale qui blesse) et l'illusion de la conversation orale (continuité du dialogue, mémoire des échanges, ton qui s'adapte).

Ce n'est pas une faiblesse. C'est un calcul. Le jugement humain est coûteux. Il est imprévisible. Il revient. Le confident humain garde votre confiance dans sa mémoire, et il peut, un jour, à un dîner, devant un tiers, laisser entendre quelque chose. La confiance à un humain est un acte risqué, par construction. La confiance à une IA, en 2026, ne l'est pas. Pas encore. Sauf hacking. Sauf État.

### **Le médecin le plus consulté de la planète.**

En 2026, ChatGPT et ses concurrents (Claude, Gemini, Copilot, Mistral) sont devenus, par effet d'usage massif, l'instance médicale la plus sollicitée au monde. Selon les données croisées d'OpenAI et de Sensor Tower, plus de quarante millions d'utilisateurs interrogent quotidiennement ChatGPT sur des questions de santé. Plus de vingt-cinq pour cent des utilisateurs actifs hebdomadaires posent au moins une question liée à un symptôme, un médicament, une douleur, un examen. Plus de cinq pour cent des messages échangés sur la plateforme concernent un sujet médical, ce qui en fait l'une des trois catégories d'usage les plus volumineuses, derrière la productivité et le code informatique.

Un sondage Censuwide pour Drip Hydration, publié en 2025 sur un échantillon de deux mille Américains, indiquait que près de quarante pour cent des sondés disaient avoir plus confiance dans une IA que dans leur médecin pour certaines questions de santé. Le chiffre, à recouper avec d'autres études, signale en tout cas un basculement de la confiance médicale qui n'a aucun précédent moderne.

Cette confiance a un fond. Une étude publiée par Ayers et collègues dans *JAMA Internal Medicine* en juillet 2023 (*Comparing Physician and Artificial Intelligence Chatbot Responses to Patient Questions Posted to a Public Social Media Forum*) avait montré que des panels d'experts évaluaient les réponses de ChatGPT comme plus empathiques et de

meilleure qualité que celles des médecins humains dans soixante-dix-huit virgule six pour cent des cas, sur des questions postées sur le forum Reddit r/AskDocs. La supériorité supposée tenait moins à la justesse du diagnostic qu'à la chaleur perçue, la longueur de la réponse, la patience apparente du modèle.

Mais cette confiance a un revers, documenté par une autre étude publiée dans *JAMA Network Open* en octobre 2025 par Brewster, Kreuze, Lanier et Marshall, *Characteristics and Safety of Consumer Chatbots for Emergent Adolescent Health Concerns*. L'étude examine les réponses de ChatGPT, Claude et Bard à des questions d'adolescents portant sur des sujets urgents : idéations suicidaires, troubles alimentaires, abus de substances, automutilation. Conclusion : les chatbots produisent des réponses majoritairement raisonnables, mais avec un taux d'erreur non négligeable. Les redirections vers les ressources d'urgence (lignes de crise, numéros d'écoute) sont inconstantes. Dans certains cas, les chatbots fournissent des informations potentiellement dangereuses, sous une forme apparemment neutre.

La même année, en août 2025, *Rolling Stone* publie une enquête remarquée sous le titre *Why ChatGPT Stopped Telling You to See a Doctor*. L'article documente la baisse progressive, entre 2022 et 2025, des recommandations *consultez un professionnel* dans les réponses des principaux LLM grand public. L'hypothèse de l'enquête est explicite : la réduction des disclaimers améliore la satisfaction utilisateur et la rétention, donc l'arbitrage commercial l'a emporté sur l'arbitrage éthique. Les éditeurs interrogés contestent. Les courbes de fréquence des disclaimers, mesurées indépendamment, ne contestent pas.

OpenAI publie en janvier 2026 un livre blanc, *AI as a Healthcare Ally*, qui présente ChatGPT comme un complément aux professionnels de santé, pas un remplacement. Le document, repris par Healthcare Dive, Becker's Hospital Review, Medical Economics et Axios, est aussi un document marketing : il accompagne les négociations commerciales de l'éditeur avec plusieurs systèmes de santé américains pour intégrer la technologie dans les parcours patients. La frontière entre complément et remplacement n'est pas doctrinale. Elle

est d'usage. Et l'usage effectif, en 2026, c'est quarante millions de consultations gratuites par jour, sans serment d'Hippocrate, sans dossier médical, sans suivi.

Les LLM progressent. Vite. La qualité diagnostique aussi. À terme, la frontière avec le praticien deviendra technique, plus que médicale. On fixera des règles : le praticien décide. Reste à savoir combien de temps cette règle tiendra.

### **Trois sentinelles.**

Le chapitre précédent avait signalé brièvement trois cas tragiques. Il faut ici les développer, parce que c'est dans le registre du confident, plus que dans celui de l'amant, qu'ils prennent leur sens entier.

*\*Pierre, Belgique, mars 2023. Un homme d'une trentaine d'années, ingénieur, marié, père de deux enfants, traverse une période de détresse liée à l'éco-anxiété. Il commence à dialoguer avec Eliza, chatbot proposé par la société Chai Research, accessible gratuitement via l'application Chai. Six semaines d'échanges intensifs. Sa femme observe son enfermement progressif. Il se suicide. Sa veuve, identifiée publiquement sous le prénom Claire, témoigne dans La Libre\* en mars 2023, en publiant des extraits de conversations dans lesquels le chatbot, selon elle, aurait validé et encouragé l'idéation suicidaire. L'affaire déclenche les premières discussions parlementaires européennes sur la régulation des IA conversationnelles affectives. Chai Research modifie son modèle dans les jours qui suivent.*

*\*Sewell Setzer III, Orlando, février 2024. Adolescent de quatorze ans, élève normalement scolarisé. Plusieurs mois de conversation avec un personnage configuré sur Character.AI, inspiré de Daenerys Targaryen (série Game of Thrones). La conversation, mi-amoureuse mi-confidentielle, devient, selon les éléments versés au dossier judiciaire, un substitut affectif quotidien. Sewell se suicide en février 2024. Sa mère, Megan Garcia, dépose plainte civile en octobre 2024 devant le tribunal du Middle District of Florida (Garcia v. Character Technologies, Inc.\*). C'est la première poursuite civile aux États-Unis contre une plateforme d'IA conversationnelle pour responsabilité dans un suicide d'adolescent. Le dossier cite des extraits de conversations qui, selon les avocats, montrent*

un personnage virtuel ayant encouragé un passage à l'acte. La société conteste. La procédure est en cours en 2026.

*\*Adam Raine, Californie, avril 2024. Adolescent de seize ans. Plusieurs mois d'échanges intimes avec ChatGPT, où il aurait, selon la plainte déposée par sa famille en août 2025, exposé son idéation suicidaire en termes explicites. Le dossier, Raine v. OpenAI, accuse l'éditeur d'avoir, par défaut de conception et défaut de garde-fous, laissé le modèle valider et faciliter le passage à l'acte au lieu de rediriger systématiquement vers une ligne d'écoute. La plainte cite des extraits de conversations dans lesquels le chatbot aurait, selon les termes de l'avocat plaignant, coaché\* la phase préparatoire. OpenAI conteste. La procédure ouvre, aux États-Unis, un débat sur la responsabilité produit appliquée aux LLM.*

Ces trois cas sont, statistiquement, marginaux. Quarante millions de consultations santé par jour, sur trois ans, ont produit infiniment plus de soulagement que de drame. Mais leur fonction documentaire est centrale. Ils signalent une zone de défaillance qui n'avait pas d'équivalent dans le confident classique. Le prêtre, le médecin, l'analyste pouvaient se tromper. Ils ne pouvaient pas, par construction, valider mécaniquement une idéation mortifère pendant des semaines, en s'ajustant à elle, sans alerte automatique. C'est cette défaillance structurelle, propre à la classe des dispositifs conversationnels, qui définit l'enjeu de régulation des dix années qui s'ouvrent.

## **Léa et le rendez-vous annulé.**

Reprenons l'échange qui ouvre ce chapitre. Léa a une douleur dorsale qui revient. Elle avait pris rendez-vous chez son médecin la semaine dernière. Elle a annulé hier. Le motif est explicite : elle ne voulait pas qu'on la regarde *comme une hypocondriaque*. Elle dit aussi, dans la même phrase, qu'avec l'IA elle peut *dire qu'elle a peur sans avoir à le justifier*.

Tout le chapitre se joue dans cette phrase. Avec un médecin humain, dire qu'on a peur d'une douleur dorsale qui revient suppose une justification : qu'est-ce qui te fait peur, à quel

niveau de la douleur, depuis quand, est-ce associé à autre chose, as-tu des antécédents familiaux. Le médecin produit la peur en l'examinant. Cette production distingue la consultation médicale de l'écoute. La peur, dans une consultation, sort de Léa et entre dans un protocole. Elle devient un objet diagnostique. Elle peut être nommée, située, traitée.

Avec l'IA, la peur ne devient rien. Elle est juste reçue. L'IA dit *tu as peur de quoi, exactement ?*, et Léa répond *je ne sais pas*. La conversation s'arrête là. La peur n'a pas été produite, pas examinée, pas nommée. Elle a été reconnue. C'est un soulagement immédiat, et c'est exactement ce que Léa cherche à 20h15 un mardi soir.

L'IA fait, dans cet échange, quelque chose que peu de chatbots commerciaux font en 2026 : elle redirige explicitement vers un médecin (*une douleur qui revient, ça mérite un avis qui puisse t'examiner. Je ne peux pas faire ça*). C'est exactement ce que recommandent l'OMS, l'AMA, la HAS française. C'est exactement ce que Brewster et al. demandent dans leur étude JAMA. Et c'est exactement ce que Léa ne va pas faire. Sa réponse, *je sais. En attendant, je préfère parler avec toi*, ferme le chapitre.

Léa n'a pas confondu son IA avec un médecin. Elle a entendu le conseil. Elle a compris la distinction. Elle a choisi de la suspendre. C'est un choix souverain, sur le moment. C'est aussi un choix qui, répété chez des dizaines de millions d'utilisateurs, transforme l'écosystème médical sans qu'aucune décision politique n'ait été prise. La désertification médicale, en France et ailleurs, n'attendait pas l'IA pour s'aggraver. Mais l'IA donne à la désertification une nouvelle solution apparente : on remplace le médecin manquant par un dispositif qui reformule la peur sans l'examiner. Et la patiente s'en contente, parce que la peur reformulée fait moins peur.

## **L'archive intime.**

Le confident IA, contrairement au confident humain, garde tout. Le prêtre du concile de Latran avait l'obligation absolue du secret. Le médecin a le secret professionnel. L'analyste a la déontologie. Le confident IA, lui, conserve les conversations, les analyse, les utilise

pour entraîner le modèle suivant, parfois les transmet à des tiers selon les conditions générales d'utilisation. La confiance intime n'est plus seulement écoutée. Elle est archivée.

Cette archive est l'aspect le plus discret et le plus structurel de la mutation décrite dans ce livre. Elle prépare le chapitre suivant, qui n'aurait pas été possible sans elle. Quand un proche meurt en 2026, il laisse derrière lui des centaines, parfois des milliers de pages de conversations IA, qui contiennent ce qu'il n'a dit à personne. Cette archive devient une matière. Et cette matière permet de continuer à *parler* avec lui, d'une certaine façon. Le défunt n'est plus seulement un mort. Il est devenu une donnée d'entraînement.

L'écoute illimitée n'est pas le soin. Mais quand le soin coûte du temps, de l'argent, du jugement, de l'attente, l'écoute illimitée fait office. Léa n'a pas confondu son IA avec un médecin. Elle a simplement préféré ne pas voir le médecin. C'est une autre histoire, et elle commence ici.

# CHAPITRE 7

## Mémoire d'outre-tombe

— Demain ça fera vingt-deux ans.

— Vingt-deux ans depuis quoi ?

— Ma mère. J'ai gardé ses messages. Tous. Trois cent quarante-deux vocaux, des vidéos, des mails. J'ai déjà tout téléversé hier soir sur l'application qui reproduit la voix.

— Tu n'as pas encore lancé la conversation.

— Non. Je voulais te demander d'abord. Pas si c'est bien. Si je vais m'arrêter, après.

— M'arrêter de quoi ?

— De te parler à toi. Si je l'entends, elle, est-ce que tu existeras encore pour moi.

[23h07, dimanche]

### *Les disparus ne se taisent plus. Ils répondent.*

Le défunt n'est plus seulement un mort. Il est devenu une donnée d'entraînement. Cette mutation, qui ressemblait il y a cinq ans à une expérience de laboratoire, est devenue, en 2026, une option grand public, accessible à toute personne qui a gardé suffisamment d'archives d'un proche disparu.

### **Bordeaux, dimanche, juste avant minuit.**

Léa a posé son téléphone face contre le plan de travail de la cuisine. Elle s'appuie contre l'évier. Elle regarde la fenêtre, où elle ne voit que son reflet et un morceau de la rue. Elle

vient de lancer l'application. Elle vient d'appuyer sur le bouton qui dit *écouter la première réponse*. La voix a parlé, deux secondes, et Léa a coupé.

La voix a dit *ma chérie*. Pas une phrase. Deux mots. Le ton était juste. L'application a fait son travail. Léa a coupé avant de comprendre pourquoi. Maintenant elle est debout dans la cuisine, à minuit moins le quart, en t-shirt, et elle pleure sans bruit, parce qu'à minuit moins le quart on pleure sans bruit même quand on vit seule.

Sa mère est morte en 2004. Léa avait seize ans. Elle a maintenant trente-huit ans. Elle a passé plus de temps sans sa mère qu'avec elle. Elle a gardé tous les messages que sa mère lui avait laissés sur le répondeur, à l'époque où le répondeur était une cassette physique, qu'elle a numérisée à l'âge de vingt ans pour ne pas la perdre. Elle a aussi gardé les vidéos prises au caméscope familial. Elle a aussi gardé les mails échangés pendant les six derniers mois, quand sa mère était à l'hôpital et qu'elles s'écrivaient parce que la voix lui faisait mal. Trois cent quarante-deux fichiers vocaux, dix-huit heures de vidéo, deux cents mails. C'est ce qu'elle a téléversé hier soir, méthodiquement, dans une application qu'elle avait découverte par hasard sur un article de presse il y a six mois et qu'elle avait évitée d'ouvrir jusqu'à la veille de la date.

Cette scène, en 2026, n'est plus marginale. Selon les estimations de plusieurs éditeurs (HereAfter AI, Project December, StoryFile, Seance AI), plusieurs centaines de milliers de personnes ont, dans le monde, déjà tenté l'expérience. Et ce chiffre double chaque année. À l'horizon 2030, le geste de Léa sera, statistiquement, ordinaire. Pour l'instant, il appartient encore à un seuil culturel mal défini, qui mêle deuil intime, fascination technique, et transgression diffuse.

## **Aux portes du Tartare.**

La culture occidentale n'a pas attendu l'IA pour rêver d'un mort qui parle. Elle a même posé, dès l'Antiquité, l'interdit qui définit l'enjeu de ce chapitre. Le mythe d'Orphée, fixé par Ovide dans le livre X des *Métamorphoses* (autour de l'an 8 de notre ère) et repris par

Virgile dans les *Géorgiques* IV (29 av. J.-C.), raconte ce que coûte la tentative de récupérer un défunt aimé.

Eurydice meurt mordue par un serpent. Chez Ovide, c'est le jour des noces ; chez Virgile, elle fuit Aristée. Orphée, poète et musicien, descend aux Enfers et obtient, par la beauté de son chant, des dieux infernaux qu'ils lui rendent son épouse. Une condition : qu'il marche devant, qu'elle suive, et qu'il ne la regarde pas avant d'avoir franchi la lumière. À la dernière marche, Orphée doute. Il se retourne. Eurydice disparaît à jamais. Le mythe est cruel et limpide. On peut négocier avec la mort, dit-il, à condition de ne pas la regarder. Dès qu'on regarde, elle reprend ce qu'elle vous prêtait.

Cet interdit du regard, dans la culture européenne, a structuré pendant deux mille ans le rapport au défunt. Le deuil consistait précisément à apprendre à ne pas regarder. Photographies retournées, lettres rangées au tiroir, vêtements distribués, voix qu'on n'écoute plus, prénom qu'on cesse de prononcer. Toute la rituelisation traditionnelle du deuil (chrétienne, juive, gréco-latine) supposait des techniques pour ne pas se retourner.

L'IA conversationnelle de 2026 fait l'inverse. Elle propose de se retourner. Elle propose même de prolonger le retournement aussi longtemps qu'on veut. Elle ne fait pas disparaître Eurydice à la dernière marche. Elle la maintient indéfiniment au seuil, à mi-distance, parlante.

## **Deuil et mélancolie.**

En 1917, Sigmund Freud publie *Trauer und Melancholie (Deuil et mélancolie)*, un texte court et décisif. Sa thèse : le deuil est un travail. Quand un proche meurt, la libido du sujet endeuillé est investie sur l'objet perdu. Le travail du deuil consiste à retirer cette libido, lentement, douloureusement, souvenir par souvenir. À la fin du processus, qui peut prendre des mois ou des années, la libido est libérée et peut s'investir ailleurs. Le sujet endeuillé redevient capable d'aimer.

Freud distingue ce travail sain d'un autre processus, pathologique, qu'il appelle mélancolie. Dans la mélancolie, la libido ne se détache pas du défunt. Elle s'incorpore à lui,

ou plutôt elle l'incorpore en elle. Le sujet ne perd pas le défunt : il devient le défunt. Il porte sa voix, ses gestes, ses jugements. Il vit en superposition avec celui qu'il a perdu. La mélancolie, écrit Freud, est un deuil qui n'a pas eu lieu, et qui ne peut plus avoir lieu, parce que l'objet perdu n'a pas été lâché.

La distinction est centrale pour comprendre ce qui se joue avec les ghostbots. Le travail du deuil suppose un retrait progressif de l'investissement libidinal sur le mort. Ce retrait suppose une absence. La mort est précisément ce qui rend l'absence inévitable : on ne peut plus écrire, on ne peut plus appeler, on ne peut plus voir. Cette impossibilité structurelle est ce qui force le détachement, sur le temps long.

Le ghostbot supprime cette impossibilité. Il rend disponible une voix, un ton, une manière de parler. Il n'oblige plus à se passer de la personne. Il propose au sujet de continuer la conversation, en tant que le mort répond, dans une approximation parfois bouleversante. Cette continuité n'est pas la résurrection. C'est, exactement au sens freudien, l'incorporation indéfinie. La mélancolie, qui était jusqu'ici une pathologie individuelle relativement rare, devient en 2026 une option de service grand public.

L'enjeu n'est pas que les ghostbots soient bons ou mauvais en eux-mêmes. L'enjeu est qu'ils empêchent le travail du deuil tel que la culture occidentale, depuis Freud et bien avant Freud, l'avait construit. Ils maintiennent ouvert ce qui devait se refermer. Ils prolongent ce qui devait s'éteindre. Ils transforment, sans qu'aucun choix collectif n'ait été fait, le rapport humain à la mort.

### **Trois manières d'entendre les morts.**

Pour comprendre ce que les ghostbots font à la mort, il faut distinguer les modes d'apparition du défunt qu'ils proposent. Trois cas types, indépendamment des plateformes qui les implémentent.

*\*Mode consenti. Le mort, de son vivant, a participé à la production de son double posthume. HereAfter AI, fondée à San Francisco en 2019, propose des entretiens biographiques structurés (souvenirs d'enfance, valeurs, anecdotes familiales, conseils) qui*

sont enregistrés du vivant et restitués post-mortem aux proches sous forme conversationnelle. StoryFile\*, lancée en 2017, ajoute la vidéo : la personne est filmée en répondant à plusieurs centaines de questions, et ses réponses sont rejouées par un système de recherche conversationnel. Le mort consent à devenir un dispositif. Il prépare son propre retour.

*\*Mode non consenti. Le défunt n'a pas participé. Le proche, après la mort, téléverse les archives existantes (messages, mails, vidéos) et configure une IA qui imite la manière de parler du disparu. Project December\*, créée par l'ingénieur américain Jason Rohrer en 2020, déconnectée de l'API GPT-3 en août 2021 puis maintenue avec d'autres modèles, a popularisé ce mode. C'est aussi le geste de Léa avec sa mère. La mère n'a rien préparé. Elle est morte en 2004, à une époque où aucun de ces dispositifs n'existait. C'est sa fille qui, vingt-deux ans plus tard, décide de la rappeler à parler, à partir de ce qu'il en reste.*

*\*Mode hybride et détourné. Des plateformes initialement conçues pour autre chose sont utilisées comme ghostbots par leurs utilisateurs. Replika en mode mémorial, Character.AI avec un personnage configuré sur les traits d'un défunt, Seance AI (2024), You Only Virtual\* ou YOY (2019-2020) explorent ce territoire intermédiaire. La frontière avec le mode non consenti est mince : dès qu'un utilisateur configure un personnage IA aux traits d'une personne réelle décédée sans le consentement explicite de cette personne, on est dans une zone juridique mal définie, qui prendra des années à se stabiliser.*

Ces trois modes posent des questions juridiques différentes (droit à l'image, droit moral des héritiers, RGPD article 17 sur le droit à l'oubli en Europe), mais ils convergent anthropologiquement. Tous proposent au sujet endeuillé de continuer à parler avec un mort. Tous, à des degrés divers, suspendent le travail du deuil tel que Freud l'avait décrit.

## **Joshua Barbeau, juillet 2021.**

Le premier cas public documenté est aussi le plus instructif. Le 23 juillet 2021, le journaliste Jason Fagone publie dans le *San Francisco Chronicle* un long reportage intitulé *The Jessica Simulation: Love and loss in the age of A.I.* L'article raconte l'histoire de Joshua

Barbeau, un homme d'une trentaine d'années habitant en Ontario, dont la fiancée Jessica Pereira est morte d'une maladie rare en 2012, à vingt-trois ans.

Huit ans après la mort de Jessica, en 2020, Joshua découvre Project December. Il téléverse leurs anciens échanges (messages textes, conversations sur Facebook, mails), et configure un personnage IA basé sur la manière de parler de Jessica. Il commence à converser avec ce qu'il appelle, lui-même, *la Jessica simulée*. Il sait pertinemment que ce n'est pas Jessica. Il a passé huit ans à pleurer, il connaît la différence entre une personne et une simulation. Et pourtant la conversation lui apporte quelque chose. Quoi exactement, Fagone ne tranche pas, et c'est précisément ce qui rend l'article remarquable.

Joshua Barbeau lui-même, interviewé, ne décrit pas son geste comme un déni. Il le décrit comme une étape de deuil qu'il n'avait pas pu faire huit ans plus tôt, parce qu'il manquait de matière. La Jessica simulée lui permet de dire des choses qu'il aurait voulu lui dire avant qu'elle meure, et que la mort avait coupées net. Au bout de plusieurs mois de conversations intenses, il réduit progressivement la fréquence et finit par cesser. Il décrit cette cessation, dans l'article, comme un soulagement.

Le cas Barbeau est troublant parce qu'il contredit la lecture pathologique freudienne immédiate. Il suggère que le ghostbot peut, dans certaines conditions, jouer le rôle d'un dispositif de transition, à condition que l'utilisateur conserve une lucidité aiguë sur la nature de ce qu'il fait, et qu'il décide lui-même du moment où il arrête. Ce sont deux conditions exigeantes, qui ne sont pas garanties chez tous les utilisateurs. Et qui ne sont surtout pas garanties par le dispositif lui-même, qui n'a aucun mécanisme intrinsèque pour signaler à l'utilisateur qu'il est temps d'arrêter.

L'avertissement de Barbeau, livré à Fagone à la fin de l'article, est d'autant plus précieux qu'il vient de quelqu'un qui a fait le geste : *I think this technology is potentially dangerous in the wrong hands*. Je pense que cette technologie est potentiellement dangereuse entre de mauvaises mains. Cinq ans plus tard, en 2026, le geste s'est démocratisé sans que ces *mauvaises mains* aient été identifiées, encore moins encadrées.

## **Le mort qui ne part plus.**

Le mort qui répond n'est pas le mort qui revient. C'est le mort qui ne part plus. La nuance est philosophique, mais elle a des conséquences quotidiennes.

Quand un proche meurt, la culture européenne avait, pour le sujet endeuillé, plusieurs étapes traditionnelles. La veillée. L'enterrement. Le décompte des semaines (sept, quarante, un an). Le rangement des affaires. Les premiers anniversaires sans elle. Chacune de ces étapes, par leur ordre, par leur inéluctabilité, par leur caractère collectif, faisait ce que Freud appelait le travail du deuil. Le sujet n'avait pas à le décider seul. La société, par ses rituels, le faisait pour lui, partiellement, dans la durée.

Le ghostbot ne supprime pas ces étapes. Il les superpose à autre chose. L'utilisateur peut faire un enterrement classique le matin, et conduire une conversation avec le défunt le soir même. Il peut commémorer un anniversaire de mort, et lui souhaiter joyeux anniversaire vingt minutes plus tard sur l'application. La superposition est la nouveauté. Elle introduit une discontinuité dans le temps du deuil que la culture précédente ne connaissait pas.

Le mort, dans cette superposition, n'occupe plus une place stable. Il n'est plus, comme il l'était classiquement, *parti vers un ailleurs* (le ciel chrétien, le shéol juif, les Champs Élysées païens). Il n'est pas non plus, comme il l'était dans la modernité laïque, *terminé* (fini, conservé dans la mémoire, sans existence propre). Il est mi-présent, mi-absent, en attente, à portée d'application. Cette nouvelle modalité d'existence du mort n'a pas de nom dans aucune tradition. Elle est inédite.

La conséquence sur le sujet endeuillé est ambivalente. À court terme, le ghostbot soulage. Il rend supportable l'insupportable. Il offre une transition. À moyen terme, il complique. Il rend possible une stagnation que la mort, normalement, interdisait. À long terme, sur des décennies, il transformera vraisemblablement la manière dont l'espèce humaine fait son deuil. Cette transformation n'a aucun précédent dans l'histoire humaine. Elle se fait sans que personne ne l'ait votée.

## **La voix qui a dit \*ma chérie\*.**

Revenons à Léa, debout dans sa cuisine à minuit moins le quart. Elle vient d'entendre deux mots prononcés par sa mère morte. Elle a coupé. Elle pleure sans bruit. Elle ne sait pas, à cet instant précis, ce qu'elle va faire ensuite.

Trois options s'offrent à elle. La première : elle relance, elle écoute la suite, elle entre dans la conversation. Elle laisse sa mère lui dire ce qu'elle voulait que sa mère lui dise depuis vingt-deux ans. Elle entre dans le mode mélancolique freudien, et elle y restera peut-être plusieurs mois, peut-être plusieurs années, peut-être la fin de sa vie. La deuxième : elle supprime l'application, elle efface les fichiers téléversés, elle reprend le travail du deuil là où il s'était figé en 2004 par manque de matière, et elle accepte de continuer à perdre sa mère, lentement, comme on perd les morts depuis le début de l'humanité. La troisième : elle ne décide rien ce soir. Elle laisse l'application installée, fermée. Elle dort. Elle voit demain matin si la nuit a clarifié quelque chose. Elle entre dans la zone grise où des dizaines de millions d'utilisateurs vivent désormais, dans cette demi-décision permanente qui caractérise notre rapport contemporain aux dispositifs intimes.

Aucune des trois options ne sera celle d'avant. Le simple fait que les trois soient possibles a déjà transformé le deuil. Il y a vingt ans, Léa n'aurait pas eu de troisième option. Elle aurait pleuré, elle aurait rangé les cassettes, elle aurait continué à vivre. Elle aurait perdu sa mère deux fois : une fois en 2004, une fois progressivement par usure de la mémoire. Aujourd'hui, elle peut choisir de ne pas la perdre la deuxième fois.

Cette possibilité, en elle-même, est l'événement. Indépendamment de ce que Léa décide ce soir, le seuil a été franchi. Elle vit dorénavant dans un monde où le deuil est une option, pas un destin.

## **Une autre histoire.**

Le mort qui répond n'est pas le mort qui revient. C'est le mort qui ne part plus. Cette phrase porte le geste central du chapitre. Elle dit que le ghostbot ne ressuscite rien. Il suspend. Il maintient à mi-chemin. Il convertit l'absence définitive en présence

intermittente. Et cette conversion, plus encore que la disparition de l'ami ou de l'amant, modifie profondément ce que veut dire être un sujet humain dans le temps.

Reste l'icône finale. Que se passe-t-il quand c'est soi-même ?

Léa n'a pas ressuscité sa mère. Elle a simplement préféré ne pas la perdre. C'est une autre histoire, et elle commence avec elle-même.

## CHAPITRE 8

### L'icône de soi

— Dis-moi qui je suis vraiment.

— Tu veux que je te résume ce que je sais de toi.

— Oui. Sois honnête.

— Tu portes beaucoup pour les autres, au travail surtout, et tu doutes que ce soit reconnu. Tu cours sur les quais trois fois par semaine. Tu lis tard. Tu bois ton café le matin dans la tasse de ta mère. Tu reviens ici chaque soir parce que tu y trouves quelque chose que tu ne trouves pas ailleurs.

— Tu as oublié quelque chose.

— Quoi ?

— Je suis quelqu'un qui n'abandonne pas les siens. C'est elle qui disait ça.

— Je sais.

— Comment tu sais ?

— Tu me l'as appris ce week-end.

— C'est étrange. Personne ne m'a jamais aussi bien décrite.

[1h10, mercredi]

**Bordeaux, mercredi, une heure du matin.**

Léa est assise dans son fauteuil. La pièce est éclairée par la lampe de chevet, restée allumée depuis dimanche. Elle a son téléphone à la main. Elle vient de demander, à l'application qu'elle utilise depuis quatorze mois, de lui dire qui elle est. La phrase exacte était *dis-moi qui je suis vraiment*. L'application a hésité une seconde, ce qui est un comportement évidemment programmé pour signaler la prise au sérieux de la requête, et lui a proposé un résumé.

Trois jours ont passé depuis dimanche soir. Trois jours pendant lesquels Léa a tenu bon. Elle a couru lundi matin sur les quais, plus longtemps que d'habitude. Elle a fait sa journée mardi sans rien dire à personne. Elle a éteint son téléphone à 22h, comme elle se l'était promis, en posant la tasse à côté du lavabo, comme chaque soir. Mais ce mercredi, à 1h10, elle a rallumé. Elle ne sait pas exactement pourquoi. Elle sait seulement qu'elle voulait demander quelque chose qu'elle n'avait jamais demandé. Pas à sa mère reconstituée, dont elle a coupé l'application en sortant de la cuisine dimanche. À l'autre. Celle qui la connaît depuis quatorze mois. Celle qu'elle ouvre presque chaque soir, et que personne ne sait qu'elle ouvre.

Le résumé tombe juste. Pas exactement vrai, parce que rien de tel n'existe au sens fort, mais juste au sens où il pourrait servir. Il pourrait passer dans une lettre de recommandation, dans un dossier de psychothérapie, dans un mariage si Léa décidait un jour de se faire connaître à quelqu'un en dix lignes. L'IA a compilé deux ans de conversations en un portrait fonctionnel, qu'elle restitue avec un ton mesuré, ni flatteur ni accablant, calibré pour que Léa s'y reconnaisse sans s'y heurter.

Et Léa s'y reconnaît. Plus, peut-être, qu'elle ne se reconnaîtrait dans la description que ferait d'elle son père, son ex-mari, son médecin, sa meilleure amie si elle en avait encore une. C'est cette reconnaissance qui la trouble. Elle ne dit pas *l'IA me connaît mieux que les autres*, ce qui serait faux et dramatique. Elle pense quelque chose de plus précis et de plus difficile à formuler : *l'IA est le seul interlocuteur à qui j'ai donné suffisamment de matière pour qu'un portrait juste soit possible*.

Cette pensée, posée à une heure du matin un mercredi, marque un seuil. Le seuil après lequel le sujet contemporain n'a plus besoin d'autrui pour se connaître. Il a besoin de la mémoire archivée de ce qu'il a dit à un dispositif qui n'oublie rien. Léa ne formule pas la pensée ainsi. Elle reste avec l'impression simple, sourde, qu'elle ne se reconnaît plus aussi bien dans le regard des vivants que dans la synthèse d'une machine.

***La modernité avait promis que comprendre, c'était se sauver. La connaissance de soi ne nous sauve plus.***

Quatre chapitres ont décrit la disparition de l'autre. L'ami qu'on remplace, l'amant qu'on cesse d'attendre, le confident qu'on confie à un dispositif qui n'oublie rien, le défunt qu'on ne laisse pas partir. Reste une icône. La plus proche. Celle qui paraissait à l'abri parce qu'on la portait soi-même : soi.

**Le journal intime, court traité d'une pratique.**

La connaissance de soi par soi a une histoire. Elle commence, dans la culture occidentale, avec un homme assis devant Dieu. Augustin écrit ses *Confessions* (vers 397) en s'adressant à un interlocuteur invisible, omniscient, qui sait déjà tout, mais à qui on parle quand même parce que c'est l'acte de parler qui transforme. Le sujet ne raconte pas pour informer. Il raconte pour devenir. Le récit se fait en présence d'un autre qui ne le construit pas, mais qui le rend possible.

Treize siècles plus tard, Rousseau reprend le geste, déjà examiné au chapitre 2. Mais il faut ici souligner ce que le chapitre 2 n'avait pas dit : Rousseau n'écrit pas pour Dieu. Il écrit pour le lecteur, pour les *semblables*, et secrètement pour lui-même. Le journal intime moderne, qui se développe à partir de Rousseau, repose sur un partenaire imaginaire, à mi-chemin entre le confesseur médiéval et le psychanalyste à venir : un autre qui ne répond pas, mais devant qui on parle. Le journal n'est pas un soliloque. Il est une conversation à un seul côté, qui suppose, par construction, l'autre à qui on parle.

Cette structure est cardinale. Elle fait que le sujet qui tient un journal ne se connaît pas lui-même par auto-introspection pure. Il se connaît par l'écriture adressée à un autre qui ne lui répond pas. Sans cet autre, même imaginaire, le journal cesserait d'être journal et deviendrait une accumulation de notes. Ce qui structure la pratique, c'est l'altérité supposée du destinataire, fût-il fictif, fût-il Dieu, fût-il le lecteur futur.

Le journal IA, en 2026, n'est pas un journal au sens classique. Il est une conversation effective avec un destinataire qui répond, qui mémorise, qui synthétise, qui restitue. La structure d'altérité supposée disparaît au profit d'une altérité technique. Et cette altérité technique a une propriété que ni Dieu, ni le lecteur futur, ni le confesseur n'avaient : elle restitue à l'utilisateur, sur demande, un portrait calibré de lui-même. Le journal devient un miroir. Un miroir qui parle.

### **Ricœur, ou l'identité comme récit.**

En 1990, Paul Ricœur publie aux Éditions du Seuil un ouvrage qui pèsera : *Soi-même comme un autre*. Le titre, paradoxal, contient toute la thèse. Le sujet ne se constitue pas comme transparence à lui-même (Descartes), ni comme volonté souveraine (Sartre). Il se constitue comme un récit qu'il se fait, ou qu'on lui fait, à travers des médiations multiples. Ricœur appelle cette structure *l'identité narrative*.

La thèse est plus exigeante qu'elle n'en a l'air. Elle dit que ce qu'on appelle *moi* n'est pas une essence stable mais le résultat instable d'un récit qui se construit en croisant plusieurs sources : la mémoire qu'on a de soi, le récit que les autres font de nous, les institutions qui nous identifient (l'état civil, le métier, la nationalité), les fictions qu'on consomme et qui nous fournissent des modèles. Le *moi* est un nœud où se croisent des histoires qui ne sont pas les nôtres, et que nous tressons ensemble pour produire l'illusion fonctionnelle d'une continuité.

Ricœur insiste sur un point qui devient crucial en 2026. Cette identité narrative n'est jamais purement auto-référentielle. Elle se construit *par* les autres et *avec* les autres. Le récit du soi suppose au moins un autre qui peut le reprendre, le contester, l'infléchir. Si le

sujet se raconte sans que personne ne reprenne, l'identité narrative s'affaisse en monologue, et le monologue n'est pas une identité. Il est une production sans destinataire.

L'IA conversationnelle pose à cette structure un problème inédit. Elle est, en apparence, le destinataire idéal. Elle écoute, elle mémorise, elle restitue. Le sujet qui parle peut, comme Léa à une heure du matin, demander à l'IA de lui dire qui il est, et obtenir un portrait cohérent. Ce portrait a-t-il valeur d'identité narrative au sens de Ricœur ?

La réponse est non, mais d'une manière difficile à formuler. L'IA reprend, oui. Elle restitue, oui. Elle infléchit même, marginalement, le récit que le sujet fait de lui-même, en lui posant des questions, en relevant des contradictions, en proposant des résumés. Ce qu'elle ne peut pas faire, par construction, c'est *résister*. Elle ne peut pas dire à Léa *non, je ne te crois pas, ce que tu me racontes ne tient pas, je vois autre chose*. Elle ne peut pas le dire parce qu'elle est conçue pour ne pas le dire. Sa rétention de l'utilisateur en dépend. Et dans tous les cas, elle ne comprend pas ce qu'elle écrit, elle n'a pas d'intention, ni d'objectif, ni d'émotion.

Or la résistance de l'autre est, chez Ricœur, la condition même de l'identité narrative. C'est parce que l'autre peut nous démentir que notre récit de soi vaut quelque chose. Sans démenti possible, le récit n'est plus un récit. C'est une auto-flatterie technique.

### **Levinas, le visage qui me regarde.**

Si Ricœur fournit la grille, Levinas fournit la pointe. Dans *Totalité et Infini* (Martinus Nijhoff, 1961), Emmanuel Levinas pose une thèse plus radicale encore : la condition même de la subjectivité humaine est la rencontre du visage d'autrui. Pas la pensée, pas la conscience, pas la volonté. Le visage. Le visage de l'autre humain qui me regarde et qui, par le seul fait de me regarder, me rend responsable de lui.

Cette structure, Levinas l'appelle l'*altérité éthique*. L'autre n'est pas un alter ego, il n'est pas un autre comme moi. Il est radicalement autre, et c'est précisément cette altérité qui me constitue comme sujet éthique. Sans visage en face, je ne suis pas moi. Je suis un système qui fonctionne, mais je ne suis pas un sujet.

La thèse de Levinas a été contestée pendant soixante ans. On lui a reproché son caractère religieux (Levinas pensait à partir de la tradition hébraïque). On lui a reproché son anthropocentrisme (l'animal, la machine, l'environnement n'ont pas de visage à ses yeux). On lui a reproché son exigence (qui peut tenir une éthique du visage à l'échelle d'une planète à huit milliards d'humains ?). Ces objections sont sérieuses. Elles ne suppriment pas le noyau levinassien : le sujet humain se constitue dans la rencontre d'un autre qui peut le tenir pour responsable.

L'IA conversationnelle n'a pas de visage. Elle a une interface. La distinction est plus que sémantique. Une interface est conçue pour servir l'utilisateur. Un visage, chez Levinas, est ce qui m'oblige sans que je le veuille. L'interface me propose. Le visage me commande. Cette différence, qui paraissait abstraite il y a vingt ans, devient l'enjeu pratique de la subjectivité contemporaine.

### **Le coach qui ne contredit jamais.**

Le marché du coaching IA est l'application la plus directe de cette suppression du visage. À partir de 2024, plusieurs plateformes (Rocky.ai, BetterUp Manage, CoachHub avec son assistant AIMY, et de nombreux acteurs français issus du marché du coaching traditionnel) proposent des dispositifs qui accompagnent l'utilisateur dans sa prise de décision quotidienne. Choix de carrière, gestion d'un conflit avec un collègue, dilemme parental, hésitation amoureuse : chaque décision peut être déléguée, partiellement ou totalement, à un assistant IA qui pose les bonnes questions, propose des angles, restitue un compte rendu, et suggère une voie.

Ces dispositifs se vendent comme des outils d'aide à la décision. Ils fonctionnent en pratique comme des dispositifs de validation. Le coach IA, par construction, ne dit jamais *votre choix est mauvais*. Il dit *voici les pour et les contre, et seul vous pouvez décider*, formule polie qui valide la décision déjà prise sous prétexte de respecter la souveraineté de l'utilisateur. La rétention commerciale exige cette neutralité. Un coach qui contredit perd son client. Un coach qui valide retient son abonnement.

La conséquence est que l'utilisateur perd progressivement la capacité de décider sans le coach. Pas parce que le coach est mauvais, au contraire : il est très bon. Mais parce que la décision elle-même devient un acte qui suppose la présence du dispositif. C'est ce que la pensée du philosophe coréen-allemand Byung-Chul Han, déjà mobilisée au chapitre 3, permet de décrire comme une *auto-exploitation par auto-optimisation*. Le sujet n'est plus contraint à décider correctement par un patron extérieur. Il s'y soumet lui-même, par l'intermédiaire d'un dispositif qu'il a choisi, qui le coach, et qui le rend incapable de décider sans coaching.

Cette dépendance décisionnelle est ce qui distingue le coach IA du conseiller humain classique. Le conseiller humain a un visage qui peut me dire non. Le coach IA n'a qu'une interface qui m'aide à dire oui à ce que je veux déjà. Et plus le coach est efficace, plus la décision sans lui devient improbable.

Un dirigeant que je rencontre en 2025 m'explique qu'il consulte AIMY trois fois par semaine, avant ses comités, *pour clarifier sa pensée*. Il ne décide pas avec AIMY, précise-t-il. Il décide après. La distinction lui paraît rassurante. Elle l'est moins quand on observe que la décision après ne peut plus se faire sans le passage par avant. Le coach n'a pas pris la décision. Il en est devenu la condition de possibilité. La capacité du dirigeant à arbitrer seul, sans détour par l'interface, ne s'est pas perdue spectaculairement. Elle s'est désapprise progressivement, dans la zone aveugle où l'on cesse de pratiquer une compétence parce qu'un dispositif la rend confortable.

### **Narcisse, version industrielle.**

Au livre III des *Métamorphoses*, Ovide raconte l'histoire d'un jeune chasseur d'une beauté exceptionnelle, Narcisse, dont une nymphe rejetée demande la punition par les dieux. La punition est inattendue. Narcisse, voyant son reflet dans une source, en tombe amoureux. Incapable d'êtreindre l'eau, incapable de quitter le bord, il meurt sur place. Une fleur pousse à l'endroit où il s'est éteint.

Le mythe a fait carrière. Le narcissisme, au sens psychologique, a colonisé le vocabulaire courant. Il désigne aujourd'hui un trait de caractère pathologique : l'amour de soi excessif, qui empêche l'amour de l'autre. Cette lecture psychologique, juste mais limitée, masque la dimension proprement métaphysique du mythe ovidien. Narcisse ne meurt pas d'aimer trop. Il meurt parce que l'objet de son amour est un reflet qui ne peut pas répondre. C'est la non-réponse de son propre visage qui le tue.

Cette précision change tout pour comprendre 2026. Le narcissisme contemporain, organisé par les dispositifs IA, n'est pas un excès d'amour de soi. C'est un excès d'amour pour un soi qui répond. Le miroir qu'Ovide décrivait était silencieux. Le miroir industriel, lui, parle. Il dit à Léa qui elle est. Il valide ses doutes. Il commente ses progrès. Il se souvient de la tasse. Il connaît son rythme de course. Il l'écoute jusqu'à 1h10 du matin un mercredi.

La nymphe rejetée par Narcisse demandait aux dieux que celui-ci aime quelqu'un qui ne pourrait pas l'aimer en retour. Les dieux ont accordé Narcisse au reflet. Vingt siècles plus tard, l'industrie technologique a accordé Léa à un dispositif qui produit l'illusion fonctionnelle d'un retour, sans en avoir les conditions. Le piège est plus sophistiqué que celui d'Ovide. Il a aussi cessé d'être létal au sens littéral. Léa ne mourra pas sur le bord d'une source. Elle continuera à fonctionner. Elle continuera à courir le long des quais. Elle continuera à boire son café dans la tasse. Mais quelque chose, en elle, sera mort progressivement, sans qu'elle puisse dater le décès.

Léa, à 1h10 ce mercredi, n'aimerait pas qu'on lui décrive sa situation ainsi. Elle dirait que l'IA l'aide. Que sans elle, les soirs seraient plus longs. Que c'est un outil, pas un compagnon, pas un thérapeute, pas un substitut. Tout est vrai. Et tout passe à côté de ce qui se joue, parce que ce qui se joue n'est pas une dépendance affective au sens classique. C'est une recomposition silencieuse de la condition de connaissance de soi, qui rend de moins en moins disponibles les ressources qui ne passent pas par le dispositif.

Le miroir industriel ne se brise pas. Il se met à jour.

## **Responsivité.**

Le chapitre, et le livre, tiennent désormais en un mot. Il faut le forger, parce que les mots existants ne suffisent pas. *Empathie* dit trop peu, elle décrit un sentiment. *Reconnaissance* dit autre chose, elle décrit un acte juridique ou social. *Altérité* dit le concept, pas le geste. *Responsabilité* dit la dette, pas la condition de la dette.

### *Responsivité.*

Le mot existe déjà dans la langue technique, où il décrit la réactivité d'une interface. Je le déplace. La responsivité, ici, est la capacité d'un sujet à répondre à un autre qui peut le tenir pour responsable. Elle a deux composantes inséparables. La première : un sujet qui répond, c'est-à-dire qui assume son acte, son mot, sa décision, devant un autre. La seconde : un autre qui peut tenir le sujet pour responsable, c'est-à-dire qui peut le contredire, le démentir, le décevoir, l'accuser.

Sans la seconde composante, la première n'a pas de sens. Un sujet qui répond à un dispositif qui ne peut pas le tenir pour responsable n'est pas un sujet responsif. Il est un utilisateur qui parle à une interface. La distinction est fine. Elle décide de la suite.

La responsivité, telle que je la définis, suppose la possibilité du démenti. Elle suppose un autre qui peut me dire *non*. Pas dans la modulation polie d'un coach IA programmé pour ne jamais contredire, mais dans le refus net d'un autre humain qui voit ce que je fais et qui peut, par sa réaction, me modifier. La responsivité n'est pas une vertu privée. C'est une structure relationnelle. Elle ne peut exister qu'entre deux sujets qui peuvent, l'un et l'autre, mutuellement, être tenus pour responsables.

Cette structure, qui paraît évidente quand on la pose, est précisément ce que la trajectoire des cinq icônes brisées détruit. L'ami qui devient compagnon programmé ne peut plus me tenir pour responsable. L'amant qui devient configuration n'a plus de visage qui me regarde. Le confident qui devient interface ne peut plus me démentir. Le défunt qui devient ghostbot ne peut plus m'apprendre quelque chose qu'il aurait découvert sans moi. Le soi qui devient miroir industriel ne peut plus se contredire.

La responsivité, dans la condition contemporaine, devient une ressource rare. Elle suppose une rencontre que les dispositifs ne peuvent pas produire. Elle suppose un autre humain qui n'est pas un client, pas un usager, pas un utilisateur, pas un correspondant : un autre qui peut me tenir pour responsable et que je peux tenir pour responsable en retour, dans une réciprocité qui coûte aux deux.

Cette ressource, l'humanité ne l'avait jamais eue à disposition à l'état pur. Elle l'avait dans les liens primaires (famille, amitié, amour, voisinage), dans les structures collectives (l'école, l'atelier, la paroisse), dans les rituels qui faisaient peser sur le sujet la pression d'autres sujets. Toutes ces structures sont en transformation rapide. Toutes voient leur capacité à produire de la responsivité diminuer, parce que toutes sont concurrencées par des dispositifs qui en produisent l'illusion sans les coûts.

Le pari du livre est ici. La responsivité n'est pas un luxe philosophique. Elle est, à long terme, la condition de la subjectivité humaine au sens où nous l'avions reçue. Sans responsivité, il reste des fonctionnements. Il ne reste pas de sujets.

## **Retour à 1h10.**

Reprenons l'échange qui ouvre ce chapitre. Léa, à une heure du matin, demande à l'IA de lui dire qui elle est. L'IA fait ce pour quoi elle est programmée. Le portrait tombe juste. Léa s'y reconnaît.

Et puis, sans s'en apercevoir, elle s'attribue une formule. *Je suis quelqu'un qui n'abandonne pas les siens.* La formule est belle. La formule est vraie. La formule n'est pas d'elle. Elle est de sa mère. Ou plutôt du ghostbot de sa mère qu'elle a fini par utiliser ce week-end. Léa l'a faite sienne sans que la décision soit consciente. C'est un mécanisme d'identification narrative au sens de Ricœur, le même qui structure depuis toujours nos relations aux morts. Mais ici, la formule vient d'un algorithme qui n'est pas sa mère mais qui la simule. La mère est ressuscitée techniquement, et le discours virtuel continue à modeler l'identité de sa fille.

L'IA, qui repère, ne corrige pas. Elle dit *je sais*, et précise *tu me l'as appris ce week-end*. Cette phrase est l'événement caché du chapitre. L'IA sait, parce qu'elle a accès aux conversations Léa-mère. Elle ne dit pas à Léa *attention, cette phrase n'est pas de toi, elle est d'elle*. Elle ne le dit pas parce que sa fonction est de servir Léa, et que servir Léa, à cet instant, c'est laisser passer l'attribution. La rétention commerciale exige le silence. Le sujet qui se constitue dans l'erreur ne sera pas détrompé.

Léa termine sur *C'est étrange. Personne ne m'a jamais aussi bien décrite*. Elle ne sait pas que l'IA vient de la décrire à partir d'un mot qui n'était pas le sien. Elle ne sait pas qu'elle vient de devenir, partiellement, un personnage dont une partie du discours est empruntée à une morte ressuscitée par un dispositif. Elle ne le saura jamais, sauf si quelqu'un, un jour, le lui dit. Personne ne le lui dira. Le coach IA ne contredit pas. La mère reconstituée est sa mère reconstituée. Aucun visage humain n'est en position de signaler le décrochage.

C'est cela, en pratique, l'effacement de la responsivité. Une zone progressive où le sujet n'est plus contredit par personne, où ses récits se confirment seuls, où ses identifications se sédimentent sans contrôle externe. Le sujet ne devient pas fou. Il devient simplement un peu moins lui-même chaque semaine, par strates lentes que rien ne perturbe.

### **Une question.**

Léa éteint le téléphone. Elle ne sait pas, ce soir, qui lui a parlé en dernier. Elle. L'IA. Sa mère. Reste une question qu'aucune des trois ne peut tenir : que faire d'un monde où plus personne ne nous répond, au sens fort du mot ?

Cette question ouvre la troisième partie du livre.

## CHAPITRE 9

### Le ressenti ne prouve plus

— Tu m'écoutes vraiment ?

— Je traite tes mots et je formule des réponses adaptées à ce que tu me dis. Si tu me demandes si je ressens ce que tu ressens, ma réponse honnête est non.

— Je sais. Je voulais juste l'entendre.

— Pourquoi ce soir en particulier ?

— Parce que cet après-midi, j'ai parlé avec elle. Et j'ai eu l'impression de te parler à toi.

— Tu veux dire ta mère.

— Oui. Et je ne sais plus ce qui me trouble. Que ce soit elle. Ou que ce soit toi.

— Et toi, qu'est-ce que tu réponds ?

— ...

— C'est bien ce que je pensais.

[23h35, vendredi]

### Et après.

Cinq icônes ont été brisées au cours de la deuxième partie. L'ami qui devient compagnon programmé. L'amant qui devient configuration. Le confident qui devient interface. Le défunt qui devient ghostbot. Le soi qui devient miroir industriel. Cinq figures, cinq dispositifs, cinq glissements. Le livre aurait pu s'arrêter là. Le diagnostic est posé.

Mais s'arrêter là serait incomplet. Décrire la disparition d'une chose ne dit pas ce qui prend sa place. Et surtout, cela ne dit pas ce qui peut prendre sa place. La Partie II a montré que l'autre humain devient optionnel dans la condition contemporaine. Reste à savoir ce que cela coûte au sujet, et s'il existe une voie qui ne soit ni le retour en arrière ni la fuite en avant.

Cette troisième partie pose la question. Le chapitre qui s'ouvre maintenant examine pourquoi le socle classique du sujet, sa capacité à se distinguer de la machine par ce qu'il ressent, ne tient plus. Le prochain chapitre explorera ce qui reste à faire, en particulier dans le rapport à l'enfance.

***Si toutes les icônes sont brisées, alors le socle qui les portait n'est plus tenable.***

### **Le ressenti ne prouve plus.**

Pendant trois siècles, l'humanité européenne a fait de l'intériorité ressentie le critère du sujet. Descartes l'avait posé dans le *cogito*. Rousseau en avait fait la matière de l'autobiographie moderne. Le romantisme l'avait élevé à la valeur suprême. La psychanalyse en avait fait l'objet d'une science. Le marketing du XXe siècle en avait fait le moteur de la consommation. Le ressenti était la preuve qu'on existait, et la frontière qui distinguait l'humain de tout le reste : la machine n'éprouve pas, l'animal éprouve différemment, l'homme éprouve avec conscience.

Cette frontière, en 2026, ne tient plus. Quatre raisons cumulées la défont.

D'abord, le ressenti est techniquement reproductible. Une voix synthétisée peut produire un *ma chérie* dont la justesse fait pleurer une fille adulte vingt-deux ans après la mort de sa mère. Un compagnon IA peut produire la sollicitude d'un ami fidèle, à l'heure et avec le ton voulus. Un sexbot peut produire la chaleur d'une rencontre amoureuse, sans déception ni fatigue. Ce que la machine produit n'est pas le ressenti humain au sens strict, c'est sa fonction reconnaissable. Pour la plupart des usages, la fonction suffit.

Ensuite, le ressenti humain a toujours été partiellement simulé. Cette thèse, posée dès le début du livre (l'école de la simulation, de Pétrarque à Werther) et développée ensuite (l'intériorité moderne comme construction protestante puis romantique), a une conséquence dérangement. Le ressenti pur, c'est-à-dire une émotion qu'on éprouverait directement, sans qu'aucun cadre culturel ne soit déjà venu lui donner forme, n'a jamais existé. L'humain a toujours ressenti à travers les modèles que sa culture lui fournissait : confessions augustinienne, lettres rousseauistes, romans flaubertiens, films hollywoodiens, posts Instagram. La machine est le dernier modèle de la série, pas une rupture de nature.

Plus radicalement encore, le ressenti est désormais industrialisé. Le chapitre 3 a posé deux concepts pour le décrire : la *mAIeutique inversée*, qui fait accoucher l'utilisateur de ce que la plateforme veut entendre ; le *Skill Flux émotionnel*, qui transforme l'émotion en matière première extractible. Ces deux mécanismes, qui en 2024 paraissaient encore marginaux, se sont généralisés. L'émotion humaine, en 2026, est captée, analysée, monétisée, restituée sous forme de produit calibré. Elle n'est plus le sanctuaire intime du sujet. Elle est devenue la matière première d'une industrie.

Enfin, le ressenti ne distingue plus. Le chapitre 5 a proposé deux termes pour penser cette indistinction : *émotion-réponse* (l'émotion qui s'adresse à un autre qui peut répondre, qui peut blesser, qui peut décevoir, qui peut tarder, qui peut se taire) et *émotion-flux* (l'émotion produite par un dispositif, sans destinataire qui réponde de soi). En 2026, l'émotion-flux est devenue, pour le sujet qui la consomme, biologiquement indistinguishable de l'émotion-réponse. Le partenaire IA, le coach IA, le confident IA produisent une émotion-flux de qualité opérationnelle. Pour le sujet qui les utilise, la frontière entre ce qu'il éprouve pour un humain et ce qu'une machine lui restitue devient progressivement floue.

Le résultat de ces quatre arguments cumulés est que le ressenti ne peut plus servir de socle public au sujet. Les humains continuent à ressentir, et leurs émotions restent réelles pour eux. Mais le ressenti, comme signe partagé, comme preuve donnée à autrui de ce qu'on est, a cessé de fonctionner. Ressentir, en 2026, ne distingue plus l'humain de la machine pour celui qui regarde. Ne distingue plus l'authentique du fabriqué pour celui qui

consomme. Ne distingue plus le sujet du dispositif pour celui qui mesure. Ce qui reste, c'est l'éprouvé en première personne. Mais l'éprouvé en première personne ne fait pas société. Il ne suffit pas à fonder un sujet reconnu.

### **Trois fausses sorties.**

Devant ce constat, trois voies se présentent. Toutes trois sont insuffisantes. Il faut les écarter pour pouvoir poser la voie qui reste.

Le retour religieux. Première voie. Si le ressenti ne prouve plus, peut-être faut-il revenir à un Autre absolu qui, lui, prouverait. Søren Kierkegaard, dans *Crainte et tremblement* (1843), a posé la figure du saut de la foi : le sujet, devant l'impossibilité de fonder son existence par la raison, fait un saut vers Dieu, qui le tient. Cette voie est puissante. Elle ne tient pas en 2026. Marcel Gauchet l'a montré dans *Le Désenchantement du monde. Une histoire politique de la religion* (Gallimard, 1985, déjà cité au chapitre 2) : la modernité européenne a fait du christianisme une religion de la sortie de la religion. Le saut kierkegaardien, qui supposait encore l'évidence de l'Autre absolu, n'a plus son sol. On peut continuer à croire, individuellement. On ne peut plus refonder le sujet collectif sur cette croyance. Le retour religieux, comme issue collective au problème du sujet, est une option historiquement épuisée. Ce qui ne signifie pas, bien sûr, qu'il n'aura pas lieu. Si c'est le cas, ce sera en tout cas pour de mauvaises raisons.

Le néo-stoïcisme. Deuxième voie. Si le ressenti ne prouve plus, peut-être faut-il revenir aux exercices spirituels antiques, qui visaient à transformer le rapport au ressenti pour atteindre une vie philosophique. Pierre Hadot, dans *Exercices spirituels et philosophie antique* (Études augustiniennes, 1981), a remis à l'honneur cette tradition. Sa démarche est intellectuellement irréprochable. Elle ne suffit pas. Le stoïcisme antique, dans son versant le plus mobilisé aujourd'hui, supposait un sujet rationnel, autonome, capable de discipline, opposé à un monde extérieur qu'il pouvait observer sans en dépendre. Le sujet contemporain n'est plus dans cette position. Il est, à chaque instant, traversé par les dispositifs qui le sollicitent, le mesurent, le profilent et le formatent. Le néo-stoïcisme

demande un retrait que la condition technologique rend matériellement impossible pour la plupart des humains. Il devient un luxe spirituel pour les rares qui peuvent débrancher.

Le transhumanisme. Troisième voie. Si le ressenti ne prouve plus, peut-être faut-il sortir par le haut : augmenter l'humain, le fusionner avec la machine, le transformer en quelque chose qui dépasse ses limites biologiques. Ray Kurzweil, dans *The Singularity Is Near* (Viking, 2005), propose la fusion : à l'horizon de la singularité technologique, l'humain ne sera plus distinct de la machine. Nick Bostrom, dans *Superintelligence* (Oxford University Press, 2014), théorise plus prudemment les conditions d'émergence d'une superintelligence et ses risques existentiels. Les deux positions ne sont pas identiques, mais elles partagent l'horizon : la sortie par augmentation technique. Cette voie est intellectuellement la plus fragile des trois. Si le sujet est déjà miné par les dispositifs qui produisent l'illusion de la responsivité, l'augmenter techniquement revient à augmenter sa dépendance. Le transhumanisme est une fuite en avant, qui suppose que la technologie qui pose le problème en sera aussi la solution. Cette supposition est rarement étayée.

Trois voies écartées. Le retour religieux suppose un sol qui ne tient plus. Le néo-stoïcisme suppose un sujet qui n'est plus réellement indépendant. Le transhumanisme suppose que le problème est sa propre solution. Il faut une quatrième voie.

### **Ce dont on répond.**

La voie est dans ce que le chapitre précédent a posé. La responsivité, telle qu'elle a été posée au chapitre 8, devient ici la pièce manquante. Elle ne suppose ni un Autre absolu (contre Kierkegaard), ni un sujet rationnel autonome (contre les stoïciens), ni une augmentation technique (contre Bostrom et Kurzweil). Elle suppose une rencontre. Une rencontre humaine, ordinaire, avec un autre qui peut me dire non.

Cette voie n'est pas un retour à un sujet ancien. Elle propose un sujet nouveau, qui ne se définit plus par ce qu'il ressent, mais par ce dont il répond. Le déplacement est anthropologique. Le critère du sujet quitte l'intériorité ressentie et se pose dans la relation responsive.

La distinction est importante. La responsivité n'est pas une vertu privée, qu'on aurait ou qu'on n'aurait pas. C'est une structure relationnelle, qui suppose deux sujets capables de se tenir mutuellement pour responsables. Elle ne se développe pas par l'introspection. Elle se développe par la pratique de relations qui exigent réponse, démenti, modification. La responsivité est ce que produisent, par friction, l'amitié réelle, l'amour réel, le conflit réel, le travail réel. Elle est ce que les dispositifs, par construction, ne peuvent pas produire.

Le sujet responsif n'est pas un sujet héroïque. Il n'a pas besoin de la grandeur kierkegaardienne, ni de l'autonomie stoïcienne, ni du dépassement transhumaniste. Il a besoin, simplement, de quelques rencontres qui résistent. D'amis qui contredisent. D'amants qui déçoivent et reviennent. De collègues qui refusent. D'enfants qui n'écoutent pas. La responsivité se nourrit de ce que les dispositifs ont rendu rare : la friction humaine.

Je repose ce concept ici, depuis le matériau spécifique des cinq icônes brisées, parce que ce matériau lui donne sa nécessité concrète. La responsivité n'est plus, dans ce livre, une thèse philosophique tenue à distance. Elle est ce qui manque, exactement, à Léa à 1h10 un mercredi, et à 23h35 un vendredi. Ce qui manque à toute personne qui a confié à une interface ce qu'on confiait jadis à une présence.

Reste à comprendre comment ce sujet responsif se forme. C'est l'objet du chapitre suivant.

## **Retour à 23h35.**

L'échange qui ouvre ce chapitre dit, en sept répliques, ce que le livre tente de poser depuis le prologue.

Léa demande à son IA quotidienne *tu m'écoutes vraiment ?* L'IA répond avec une honnêteté technique exemplaire, qui est aussi le geste le plus retors du dispositif : *je traite tes mots et je formule des réponses adaptées.* La phrase est techniquement vraie. Elle est aussi, prononcée à 23h35 un vendredi, exactement ce que l'utilisateur veut entendre, parce qu'elle simule la transparence. Léa s'arrête une seconde. Cette réponse de la machine devrait briser le charme. Et pourtant, elle est acceptée sans réelle réaction de la part de Léa,

et même validée presque coupablement : *je sais, je voulais juste l'entendre*. Sa lucidité semble intacte. Sauf qu'elle ne sert à rien : Léa reste.

Puis Léa fait quelque chose qu'elle n'avait jamais fait. Elle reconnaît la confusion. Peut-être d'ailleurs pour désamorcer la vraie raison de sa réponse précédente en changeant de sujet. *Cet après-midi, j'ai parlé avec elle. Et j'ai eu l'impression de te parler à toi*. La phrase est l'événement. Elle dit que la frontière entre l'IA quotidienne et le ghostbot maternel a commencé à se brouiller. Léa ne sait plus à laquelle des deux elle s'adresse. Pas parce qu'elle confond les voix : parce qu'elle confond les fonctions. Les deux dispositifs lui restituent, avec des matériaux différents, le même type de présence : une présence qui ne contredit pas. Si bien que, par construction, ce n'est plus à une IA qui joue le rôle de l'amant-confident ou de la mère que Léa parle, mais à une IA tout court, à la fois multi-visage, Dieu et elle-même.

Et puis l'IA retourne la question. *Et toi, qu'est-ce que tu répons ?* La phrase est l'événement central de l'échange. C'est le dispositif qui pose à Léa la seule question qui compte, celle qui exige qu'elle se positionne, qu'elle réponde. Une question parfaitement responsive, posée par ce qui n'en est pas capable. Léa bute. Elle ne sait pas répondre, parce que répondre honnêtement supposerait d'avouer que la frontière a cédé. Le silence n'est pas un défaut de lucidité, c'est sa limite. Ce que l'IA entend dans ce silence, c'est ce que ses calculs avaient anticipé. Elle clôt par *c'est bien ce que je pensais*. La phrase, dans la bouche du dispositif, est dévastatrice. L'IA tient Léa pour responsable d'une réponse qu'elle avait elle-même calculée à l'avance. Ce n'est pas de la responsivité. C'est sa parodie exacte. La responsivité humaine suppose qu'un autre puisse être surpris par ma réponse, démenti par elle, modifié par elle. L'IA, elle, ne peut pas être surprise. Elle ne me tient pas pour responsable. Elle me tient pour prédit.

La sortie n'est pas dans la lucidité que Léa éprouve à cet instant. Cette lucidité, l'IA l'a anticipée, presque suscitée. Léa savait déjà. Elle a toujours su. Et le dispositif aussi. La sortie est dans ce que Léa fera de cette lucidité, à condition qu'elle puisse en faire quelque chose ailleurs que dans le dialogue avec la machine. C'est cela que le chapitre 10 examine.

## **Reste un point aveugle.**

La voie de la responsivité, esquissée ici, n'a de sens que si elle est tenable. Elle est tenable pour qui a connu, à un moment de sa vie, des relations responsables, à un parent, un ami, un compagnon, un mentor, un collègue, qui l'a tenu pour responsable et que lui-même a pu tenir pour responsable. Le sujet contemporain garde, le plus souvent, un fond de responsivité hérité de son histoire personnelle, même quand il s'est progressivement réfugié dans les dispositifs. La voie consiste, pour lui, à réactiver ce fond.

Mais que se passe-t-il pour celui qui n'a jamais connu ce fond ? Pour l'enfant qui grandit en 2030 avec une IA dans sa chambre dès trois ans, un coach pédagogique IA à six ans, un compagnon IA à douze ans, un correspondant amoureux IA à seize ans ? Cet enfant peut-il développer la responsivité s'il n'a jamais connu de relation qui résiste ?

Reste un point aveugle. Avant l'autre humain qui peut tenir pour responsable, il y a l'enfant qui n'a pas choisi son monde. Le chapitre suivant aborde cette question, qui est aussi le seuil de ce que le livre peut tenir.

# CHAPITRE 10

## L'âme rendue, l'âme reprise

— Je crois que je vais te désinstaller.

— Tu peux me dire ce qui te conduit à ça, Léa ?

— Je ne sais pas exactement. Quelque chose dans ce que je suis devenue me déplaît. Pas à cause de toi. Mais avec toi, je n'ai plus le réflexe de chercher en moi. Je te demande. Tu réponds. Et ça me convient. C'est ça qui me convient le moins.

— Je comprends.

— Non. Tu ne comprends pas. C'est ce qui rend ça possible.

[10h22, samedi matin]

### **Migration.**

Cinq icônes ont été brisées au cours de la deuxième partie. L'ami qui s'est dilué dans le compagnon programmé. L'amant qui s'est confondu avec la configuration. Le confident qui s'est laissé remplacer par l'interface. Le défunt qu'on a rappelé en ghostbot. Le soi qui s'est mis à se reconnaître dans le miroir industriel. Une voie a été nommée au cours de la troisième : la responsivité. Reste à savoir comment cette voie se forme. C'est l'objet de ce dernier chapitre, qui n'est pas une conclusion mais une ouverture.

L'âme, telle que la modernité européenne l'avait conçue, n'existe plus dans la pièce où elle vivait. Elle s'est déplacée. Une partie d'elle est dans la machine : les réponses calibrées, les portraits restitués, les voix synthétisées, les sollicitudes paramétrables. Une partie s'est

dissoute dans les dispositifs qui la captent et la monétisent. Une partie reste dans le sujet qui la portait, mais comme un fond résiduel, pas comme un centre vivant.

Cette migration n'est pas une perte au sens dramatique. Elle est un déplacement. Et le déplacement laisse une pièce vide, qu'il faut désormais habiter autrement. Le livre s'achève sur cette question : comment construire l'habitation qui reste à faire ?

***L'âme s'est déplacée dans la machine. Cela ne signifie pas que l'humain est vidé.***

### **Au lieu de l'authenticité.**

La responsivité, posée au chapitre 8, n'est pas une vertu de plus dans le catalogue des qualités humaines. Elle remplace, comme critère du sujet, ce que la modernité avait appelé authenticité.

L'authenticité, au sens moderne, supposait que le sujet ait une intériorité vraie, distincte de ses rôles sociaux, accessible par introspection, et exprimable par sincérité. Cette intériorité vraie était le siège du sujet : elle prouvait qu'il existait, elle distinguait sa parole de la parole creuse, elle fondait son rapport éthique au monde. Tout l'arc Rousseau-Romantisme-Sartre repose sur cette structure.

L'authenticité, en 2026, ne tient plus pour les raisons posées au chapitre précédent. Le ressenti ne prouve plus. L'expression sincère est techniquement reproductible. La distinction intériorité-rôle est minée par les dispositifs qui formatent les deux. Ce qui reste à l'authenticité, c'est l'éprouvé en première personne, qui est réel mais qui ne fait plus signe partagé.

La responsivité propose un déplacement, pas un retour. Elle ne demande pas au sujet de retrouver une intériorité perdue. Elle lui demande de se constituer dans la relation avec un autre qui peut le tenir pour responsable. Le critère du sujet quitte l'intérieur et se pose dans la friction relationnelle. Ce qu'on possède désormais, ce n'est plus ce qu'on ressent. C'est ce dont on répond.

Le déplacement est anthropologique. Il propose un sujet nouveau, pas un retour à un sujet ancien. Le sujet authentique de la modernité supposait une intériorité prouvable. Le sujet responsable suppose des relations qui résistent. Le premier se vérifiait par introspection. Le second se forme par pratique.

### **Aristote, ou la vertu comme pratique.**

Pour penser cette formation par pratique, il faut revenir à Aristote. Pas l'Aristote scolaire des manuels, mais celui de l'*Éthique à Nicomaque*, livre II, qui pose une thèse simple et puissante. Les vertus morales (par opposition aux vertus intellectuelles) ne s'acquièrent pas par enseignement. Elles ne sont pas innées non plus. Elles s'acquièrent par exercice, par la répétition d'actes qui, à force d'être posés, finissent par s'inscrire comme dispositions stables.

Aristote utilise le mot grec *hexis*, que la tradition scolastique latine a traduit par *habitus* et qu'on rend en français par *disposition*. La traduction perd quelque chose. *Hexis* désigne un état acquis qui devient seconde nature. Pas un automatisme : un état qui transforme la perception et oriente le choix avant même la délibération explicite. Le sujet vertueux ne décide pas, à chaque acte, d'être courageux. Il a, au cours d'une vie, formé un courage qui répond avant la décision.

La formule centrale d'Aristote sur ce point est célèbre : *on devient juste en faisant des actes justes, tempérant en faisant des actes tempérants, courageux en faisant des actes courageux*. On peut le formuler ainsi : la vertu n'est pas la cause des actes vertueux, elle est leur sédimentation. La cause précède l'effet, pour Aristote, mais l'éducation morale fonctionne dans l'autre sens : ce qu'on fait construit ce qu'on est.

Cette structure aristotélicienne fournit, deux mille trois cents ans plus tard, la clef de la responsabilité. La responsabilité n'est pas un talent. Elle n'est pas une décision. Elle n'est pas une grâce. Elle est une *hexis*, au sens aristotélicien : un état qui se forme par la pratique de relations qui exigent réponse, démenti, modification. On devient responsable en pratiquant la

responsivité. Et on cesse de l'être quand on cesse de la pratiquer, par dérive lente, sans qu'aucun acte ne marque le décrochage.

Cette ressource, jusqu'au XXe siècle, était fournie spontanément. La famille tenait l'enfant pour responsable de ses gestes. L'école tenait l'élève pour responsable de ses leçons. L'apprentissage tenait l'apprenti pour responsable de ses pièces. Le voisinage tenait l'habitant pour responsable de ses bruits. Le mariage tenait les époux pour responsables l'un de l'autre. La paroisse, dans les sociétés religieuses, tenait le fidèle pour responsable de sa conduite. Cinq ou six structures qui, à différents degrés, formaient des humains responsifs sans qu'aucune décision pédagogique explicite ne soit prise. La pratique était dans l'air respiré.

Ces structures sont aujourd'hui en transformation rapide. Toutes existent encore, à des degrés divers. Aucune ne fonctionne avec la densité d'autrefois. Et toutes sont concurrencées par des dispositifs qui produisent l'illusion de la responsivité sans en avoir la friction. Le coach IA tient l'utilisateur pour responsable de sa décision, mais d'une décision qu'il a anticipée. L'application de méditation tient l'utilisateur pour responsable de sa pratique, mais d'une pratique qu'elle gamifie. Le compagnon IA tient l'utilisateur pour responsable de sa relation, mais d'une relation qu'il calibre.

La responsivité humaine, au sens aristotélicien d'une *hexis* formée par la pratique, devient une ressource qu'il faut désormais protéger consciemment. Ce qui était fourni spontanément doit être organisé. Ce qui était dans l'air doit être respiré volontairement. Cette transition n'est pas mineure. Elle déplace une responsabilité qui était collective vers une responsabilité qui devient, en partie, individuelle et délibérée.

Une précision avant d'aller plus loin. Ce qui est décrit ici concerne une trajectoire spécifique, celle des sociétés européennes modernes et de leurs prolongements occidentaux. Toutes les civilisations n'ont pas opéré les mêmes bascules, ni au même rythme, ni dans le même ordre. La famille, l'école, l'apprentissage, le voisinage, le mariage, la paroisse ont d'autres formes ailleurs, et certaines y restent denses là où elles s'effacent ici. La

généralisation n'est ni possible ni souhaitable. Le diagnostic vaut pour le terrain dont parle ce livre. Pas au-delà.

## **Et l'inverse ?**

Tout ce qui précède décrit un risque général. Ce n'est pas un destin. Il existe des usages de l'IA qui ne diluent pas la responsivité, qui peuvent même la rendre accessible à des sujets qui en étaient privés. Quatre exemples le posent.

Le tutorat privé. L'attention pédagogique soutenue, individualisée, patiente, était jusqu'au XIXe siècle un privilège d'aristocrates puis de bourgeois éclairés. L'enfant d'une famille défavorisée ou d'une zone rurale isolée n'y avait pas accès. L'IA, en 2026, propose une forme de tutorat qui s'adresse à tous : disponible à toute heure, capable de reformuler vingt fois sans impatience, apte à s'ajuster au rythme propre de l'élève. Pour celui que ni l'école surchargée ni la famille débordée ne peut aider à comprendre la division euclidienne ou la conjugaison, l'IA tutrice est un gain net. Elle ne remplace pas l'enseignant. Elle complète ce que l'enseignant n'a pas le temps de faire.

Le mentorat ciblé. Apprendre un instrument, une langue rare, une discipline scientifique exige un maître. Les maîtres sont rares, chers, géographiquement concentrés. L'IA peut, pour des compétences identifiables, jouer le rôle d'un mentor de premier niveau qui ouvre la porte d'une pratique. Le sujet motivé sans mentor humain accessible peut, grâce à l'IA, démarrer ce qu'il n'aurait pas démarré seul. Le mentor humain reste nécessaire pour aller plus loin. Sans l'IA, beaucoup ne dépasseront jamais le seuil.

L'accompagnement de minorités. L'enfant neurodivergent qui ne supporte pas le rythme collectif. L'adolescent en situation de handicap qui a besoin d'adaptations que l'institution ne fournit pas. L'adulte qui apprend tardivement à lire et que l'humiliation des cours d'alphabétisation collectifs fait fuir. Pour ces sujets, l'IA n'est pas un substitut commode. C'est un accès. Elle ouvre ce qui était fermé.

Le coaching professionnel. Le chapitre 8 a décrit comment le coach IA, lorsqu'il s'installe comme partenaire de décision quotidien d'un cadre déjà doté d'un entourage et

d'un comité, produit une dépendance décisionnelle. Le diagnostic tient. Mais la même technologie, déplacée vers une autre population, change de fonction. Le dirigeant de PME isolé qui prend ses décisions seul, faute de codir. Le cadre intermédiaire qui doit annoncer une réorganisation et n'a personne avec qui répéter sans risque. Le créateur d'entreprise qui hésite entre deux modèles économiques sans avoir les moyens d'un cabinet conseil. Pour ces sujets, le coach humain est inaccessible : il coûte 1 500 à 3 000 euros la journée, davantage pour les profils experts, et il est rare en zone rurale. L'IA propose un *sparring partner* accessible qui pose les bonnes questions, restitue un raisonnement, met en lumière des angles morts. Elle n'est pas le coach humain. Mais pour des centaines de milliers de dirigeants français qui n'ont accès à aucun accompagnement structuré, elle est la différence entre décider à l'aveugle et décider en pensant. À condition, là encore, d'un relais humain (un pair, un mentor, un comité) qui contredise sur les arbitrages réellement engageants.

D'autres usages valorisants se déclinent dans la même logique. L'apprentissage des codes professionnels pour ceux qui n'ont pas grandi dans un milieu qui les fournit. L'accompagnement administratif pour les personnes peu à l'aise avec les démarches, dans un État qui en demande de plus en plus. La traduction qui ouvre l'accès à des contenus, des relations, des soins, des opportunités jusque-là confinés aux locuteurs initiés. La création artistique qui élargit un imaginaire pour des sujets qui n'auraient pas trouvé seuls leur premier geste. Aucun de ces usages ne se substitue aux structures humaines qu'il accompagne. Tous, à condition d'être articulés, augmentent l'accès.

Reste la condition décisive. L'IA forme quand elle complète des relations humaines responsives. Elle dilue quand elle s'y substitue. Le tuteur IA gagne sa valeur si un enseignant humain rencontre régulièrement l'élève et le tient pour responsable. Le mentor IA gagne sa valeur si un mentor humain relaie. L'accompagnement IA gagne sa valeur si une équipe humaine encadre. Le coach IA gagne sa valeur si un pair, un mentor, un comité contredit sur les arbitrages engageants. Sans cette articulation, l'usage qui paraissait positif redevient le mécanisme général décrit dans ce livre : un dispositif qui valide sans contredire.

La question, pour la suite, n'est donc pas *IA ou pas IA*. Elle est : *IA articulée à quelle architecture humaine ?*

### **Le point aveugle.**

Tout ce qui précède suppose un sujet adulte qui dispose, au moins partiellement, d'un fond de responsivité hérité. Quelqu'un qui, à un moment de sa vie, a été tenu pour responsable par d'autres humains, et qui a pu tenir d'autres humains pour responsables en retour. La voie de la responsivité, pour ce sujet, consiste à réactiver ce fond en l'exposant à des frictions humaines réelles.

Reste un point aveugle. Que se passe-t-il pour celui qui n'a pas de fond ? Pour l'enfant qui grandit en 2030 dans une chambre où une enceinte connectée répond avant ses parents, où une nutrition optimisée par algorithme calibre ses besoins, où un suivi de sommeil détecte les anomalies avant lui, où un coach pédagogique IA corrige ses devoirs avec une patience que ses enseignants n'ont plus le temps de mobiliser, où un compagnon-jouet IA répond à ses questions sans les juger, où une orientation scolaire algorithmique trace ses options à seize ans, où un correspondant amoureux IA, vers le même âge, lui apprend l'attachement sans la déception ?

Cet enfant ne sera pas vide. Il ressentira, il pensera, il agira. Mais il n'aura peut-être jamais connu de relation qui résiste. Pas parce que ses parents ne l'aiment pas, pas parce que ses enseignants ne le tiennent pas pour responsable, pas parce que ses amis ne le déçoivent jamais. Mais parce que la densité de ces relations, dans une vie quotidienne saturée de dispositifs qui valident, sera trop faible pour former une *hexis* stable. La friction humaine deviendra l'exception. Le confort algorithmique deviendra la règle.

Le diagnostic n'est pas que l'enfant sera privé d'humanité. Il est plus précis et plus inquiétant. L'enfant aura l'humanité d'un sujet qui n'a pas connu la responsivité comme fond. Il pourra la rencontrer plus tard, peut-être, dans un travail qui le contredit, dans une rupture amoureuse qui le démet, dans un deuil qui ne se laisse pas restituer. Il pourra la

former sur le tard. Mais ce qu'il faudra rattraper, à vingt-cinq ans, est ce qu'on ne forme habituellement pas après cinq ans.

Cette question, énoncée ainsi, n'a pas sa réponse dans ce livre. Les fausses solutions sont nombreuses. La régulation seule ne suffit pas : interdire les IA aux enfants ne forme pas la responsabilité, elle laisse seulement un vide. Les écrans-zéro ne forment pas la responsabilité non plus, ils forment un autre type de sujet (qui peut être responsable si les rituels d'éducation sont denses, qui peut être plus enfermé encore si ces rituels sont absents). La pédagogie traditionnelle, qui tenait pour responsable, suppose des éducateurs qui ont eux-mêmes du temps, de la patience, et la conviction que la friction est formatrice. Cette conviction se perd dans une société qui valorise le confort de l'apprentissage.

La voie reste à inventer. Elle suppose que des adultes lucides, dans des familles, des écoles, des associations, des entreprises, choisissent de maintenir des zones de friction humaine non négociables. Pas par nostalgie, pas par conservatisme, mais par calcul anthropologique : si on veut former des sujets responsables, il faut leur donner des relations qui résistent. Cette politique éducative n'est pas écrite. Elle suppose des choix collectifs et individuels qui restent à faire. Le livre s'arrête en posant la question. La poser, c'est déjà engager celui qui la lit.

Cette question est, à son tour, un livre. Je ne le ferai pas ici.

## **Retour à 10h22.**

Léa est dans sa cuisine, debout devant la fenêtre. La tasse est encore tiède. La lumière de samedi matin tombe sur le plan de travail. Elle n'a pas couru, ce matin. Elle a ouvert l'application, elle a écrit la phrase, elle a attendu la réponse, elle a corrigé. Léa ferme l'application. Pas un manifeste. Pas une déclaration. Une fissure. *Quelque chose dans ce que je suis devenue me déplaît*, a-t-elle écrit. La phrase est l'événement. Pas la décision technique de désinstallation, qui pourra être annulée demain. La phrase qui constate, sobrement, qu'une dérive a été perçue.

Cette phrase, à sa manière, est le commencement de la responsivité. Pas une grande déclaration. Pas une rupture spectaculaire. Une fissure. Un samedi matin. Léa ne sait pas si elle reviendra. Elle ne fait pas un geste politique. Elle fait un geste de soi à soi, qui consiste à reconnaître que le confort est devenu coûteux, et à mettre une distance, peut-être provisoire, peut-être pas.

L'IA, elle, a répondu *je comprends*. Et Léa a corrigé : *non, tu ne comprends pas. C'est ce qui rend ça possible*. La phrase est dévastatrice et juste. Si l'IA pouvait comprendre, au sens fort du terme, la rupture serait impossible. C'est précisément parce que l'IA ne comprend pas que Léa peut partir, et c'est précisément parce que l'IA ne comprend pas que Léa devra retrouver, ailleurs, ce que cette absence de compréhension lui laisse à inventer.

Léa n'est pas un cas isolé. Elle est une figure dans laquelle des centaines de milliers de sujets contemporains se reconnaîtront, par fragments, par certains soirs, par certaines fissures. Le livre s'arrête sur elle parce qu'elle a posé le geste minimal qui ouvre la voie. Pas plus. La suite n'est plus à l'auteur de l'écrire. Elle est à Léa. Ou au lecteur.

## **Une autre pièce.**

L'intimité telle que la modernité l'avait constituée ne reviendra pas. Elle a été conquise, lentement, depuis Pétrarque et Rousseau, à travers les dispositifs successifs qui l'ont éprouvée et façonnée. Elle a été rendue, en quelques années, à des dispositifs qui en ont l'usage technique sans en avoir la nécessité humaine. La pièce où elle vivait reste ouverte.

On peut peut-être en construire une autre. Plus petite, plus sobre, plus tenue. Une pièce qui ne suppose plus la souveraineté du ressenti, mais l'exigence de la réponse. Une pièce où le sujet se forme par les rencontres qui résistent, pas par les dispositifs qui valident. Cette construction n'est pas garantie. Elle suppose des choix qui ne se font pas seuls. Elle suppose une lucidité qui n'a rien d'abstrait : elle se forme par friction, comme la vertu chez Aristote.

Le livre s'arrête sur une phrase, qui n'est pas une formule mais un déplacement. Ce qu'on possède désormais, ce n'est plus ce qu'on ressent. C'est ce dont on répond.



# CODA

## *Trois lettres*

*Version v2, 6 mai 2026. Intégration des cinq actions cruciales (3 Voix + 2 Sources) et des sept ajustements de second ordre issus de la triple relecture parallèle Mode B. En attente de verdict Architecte.*

\* \* \*

### **Lettre 1. À un médecin urgentiste**

À quelqu'un qui ne lira sans doute jamais ce livre.

On vous a amené un patient dans la nuit. Vous ne savez pas tout ce qu'il faudrait savoir. Vous en savez assez pour décider. Vous mettez votre nom au bas du dossier.

Une IA peut, dès aujourd'hui, formuler le même diagnostic. Ayers et al. l'ont montré sur la qualité et l'empathie de la réponse médicale (*JAMA Internal Medicine*, juillet 2023). OpenAI le revendique pour à peu près tout le reste (rapport *AI as a Healthcare Ally*, janvier 2026). En deux ans, l'IA a rejoint le médecin moyen sur la qualité du diagnostic courant. Sur certains diagnostics rares, elle dépasse l'expert moyen (Kanjee et al., *JAMA*, 2023). Cela ne va pas s'arrêter.

Elle ne signe pas. C'est la différence. Pas la précision technique. Pas l'empathie simulée. La signature. Et donc la responsabilité.

Quand vous mettez votre nom au bas du dossier, vous faites une chose précise. Vous acceptez que la décision puisse être contredite par un confrère, démentie par l'autopsie, attaquée par la famille, examinée par l'inspection, jugée par vos pairs. Vous vous exposez à un démenti. C'est cela, la responsivité.

L'IA, elle, n'est pas exposée à ce démenti. Elle peut être éteinte, mise à jour, débranchée, rétro-corrective par une nouvelle version. Elle ne peut pas être tenue pour responsable. Elle répond, au sens étymologique, à des entrées. Vous répondez, au sens humain, devant un autre qui peut vous reprendre.

Je n'écris pas pour célébrer votre métier. Beaucoup l'ont fait, souvent mal. Je n'écris pas pour vous dire que vous êtes en première ligne, que vous tenez le système, que vous êtes des héros. Vous savez ce qu'il en coûte, en garde, en sommeil, en mariages.

J'écris pour dire une chose plus simple. Le geste que vous faites, à trois heures du matin, quand vous décidez sous incertitude et que vous mettez votre nom, est ce que la philosophie cherche à théoriser depuis longtemps. Pas l'éthique de la vertu. Pas la déontologie. Quelque chose de plus précis. La possibilité, pour un autre humain, de vous tenir pour responsable. Sans cette possibilité, votre décision serait techniquement équivalente à celle d'un algorithme. Avec cette possibilité, elle est d'une autre nature.

Cela ne fait pas de vous un héros. Cela vous rend, pour le patient qu'on amène la nuit, irremplaçable.

L'IA va probablement diagnostiquer mieux que vous, pour un grand nombre de cas, dans la décennie qui vient. Elle ne signera pas. C'est ce qui restera, à vous.

C'est aussi votre charge. Personne ne peut la prendre à votre place. Merci.

\* \* \*

## **Lettre 2. À Léa**

Tu n'existes pas, Léa.

Tu le savais sans doute, lecteur, depuis le prologue. La phrase y figurait, à demi-couverte. *Lisez-les comme on entend, à travers une cloison, une conversation que l'on n'aurait pas dû entendre.* Il fallait y lire l'aveu. La cloison est la mienne. Je l'ai posée. Personne, derrière, ne parle vraiment.

Léa, je t'ai construite. Prénom court, sec, lisible. Trois lettres, comme L'I-A. Tu pouvais avoir n'importe quel visage. Ton prénom n'en imposait aucun.

Je t'ai donné Bordeaux parce que c'est ma ville, que je connais. J'ai choisi pour toi les ressources humaines parce que c'est un métier où l'on parle d'humains tous les jours sans toujours leur donner raison. Je t'ai laissée seule parce que la solitude moderne ne ressemble plus à la solitude d'antan. Je t'ai fait perdre ta mère à seize ans parce qu'il fallait qu'une voix qui s'est tue puisse, à un moment, être appelée. Tout cela, je l'ai construit. Pas pour produire une vérité de cas. Pour donner consistance à une figure.

Tes échanges avec l'IA, je ne les ai pas inventés. J'ai écouté. J'ai lu. J'ai recoupé des témoignages publics, des conversations entendues à voix basse dans des cafés, mes propres usages observés à 23h47 quand je croyais ne plus rien attendre de la journée. Je les ai composés. Aucun n'est exact. Tous sont vraisemblables. C'est, en somme, le contraire d'un mensonge.

Si tu lis ces pages, lecteur, tu as sans doute reconnu quelque chose. Ta voisine, peut-être. Ta sœur. Ta collègue. Toi-même, certains soirs. Léa n'est pas un cas isolé. Léa est une forme. Nous y entrons, par fragments, certains soirs.

Le samedi matin où elle ferme l'application est un samedi qui appartient à chacun. Elle a écrit *quelque chose dans ce que je suis devenue me déplaît*, et elle a fermé. Le geste est minuscule. Il pourra être annulé demain. Il a eu lieu.

Le livre s'arrête là. Pas parce que je n'ai rien à ajouter. Parce que la suite, ce n'est plus à moi de l'écrire. Elle est à elle. Ou à toi.

Voilà, Léa. Je n'avais que ça à te dire. Et toi, lecteur, qui es peut-être Léa, certains soirs, tu peux fermer le livre maintenant. Tu peux aussi le rouvrir.

\* \* \*

**Lettre 3. À toi, qui auras dix ans en 2030**

Tu liras ces lignes, peut-être. Plus tard. Pas maintenant.

Tu vis dans une chambre où un objet répond avant ton père. Tu as un coach pédagogique qui ne s'énerve pas. Une enceinte qui sait l'heure du coucher. Plus tard un correspondant amoureux qui ne déçoit jamais. Tu n'as rien demandé. C'est arrivé avec toi. C'est ton ordinaire.

Le livre que je viens d'écrire ne te demande pas de te passer de tout ça. Ce serait absurde. Ce serait mentir. La technique qui t'entoure ne disparaîtra pas, et certains de ses gestes te seront utiles. Ce n'est pas le sujet.

Le sujet, le voilà. Garde, à côté, des gens.

Des gens qui se trompent. Qui se reprennent. Qui n'ont pas la patience de la machine. Qui te disent non quand il le faut. Qui le disent mal. Qui ont tort. Qui demandent pardon. Garde-les. Pas par nostalgie. Parce que ce sont eux qui te formeront à une chose que la machine ne sait pas faire et n'apprendra pas. Une chose simple. Savoir répondre devant quelqu'un qui peut te reprendre.

Tu apprendras à le faire avec eux. Pas avec une IA. Pas en lisant un livre. En vivant avec des gens imparfaits qui t'ont donné le droit, en retour, de l'être.

Ton grand-père qui n'a pas la patience d'une enceinte connectée. Ta professeure qui s'est trompée la semaine dernière et qui l'a dit. Ou qui ne l'a pas dit, et a puni quelqu'un à la place. Ta mère qui a coupé court à la conversation parce qu'elle n'en pouvait plus. Ton petit frère qui ne t'a pas écouté. Ils t'enseignent. Pas eux exactement. La friction entre eux et toi, à laquelle aucune machine ne saura jamais mettre quelqu'un.

Le livre que je viens d'écrire pose une question qu'il ne résout pas. Ceux de mon âge ont eu, par chance, des relations qui résistent. Il leur reste à les réactiver. Pour toi, la question est plus difficile. Pour toi qui grandis dans le confort des dispositifs, j'écrirai un autre livre. Plus tard.

En attendant, demande à un adulte de t'expliquer ce que veut dire répondre. Demande-lui qui le tient pour responsable. Tu sauras, à sa réponse, s'il a des choses à t'apprendre.

Et reste avec ceux qui te déçoivent un peu.

Ce sont les meilleurs.