Comment une conversation peut redonner du sens à l'existence ?[1]

Byung Chul Han

Nous vivons à une époque de communication totale. Jamais l'humanité n'a été aussi embrouillée, connectée, saturée d'informations. Et pourtant, jamais l'individu ne s'est senti aussi profondément seul, aussi dépourvu de sens. C'est là le paradoxe central de notre époque.

Nous pensons que communiquer, c'est parler.
Nous croyons qu'être informé, c'est comprendre.
Nous imaginons que la connexion numérique constitue une rencontre.

C'est dans cette confusion fondamentale que réside notre malaise, notre pathologie.
Nous avons remplacé la conversation par l'échange de données.
Nous avons substitué au visage de l'autre l'icône d'un profil.
Le résultat est un **silence assourdissant**, un vide que l'accumulation de « j'aime » (likes) et de « matchs » ne fait qu'accentuer.

Le sens de la vie — ce désir profond qui nous traverse — ne se trouve ni dans l'information, ni dans la performance personnelle, ni dans l'auto-exposition permanente.
Le sens, par nature, est **relationnel**.
Il naît dans **l'entre-deux**, dans l'espace qui s'ouvre lorsqu'un « je » rencontre un « tu ».

Et le véhicule de cette rencontre, le seul capable de tisser le récit qui donne cohérence à l'existence, c'est la **conversation**.
Mais la véritable conversation, elle, est en train de mourir.

La conversation c'est la réponse à l'enfer de la même chose

La conversation est devenue une espèce menacée dans l'écosystème de **l'Homo digitalis**.
Ce que nous appelons aujourd'hui « converser » n'est, le plus souvent, qu'un acte de production : une performance. Nous n'entrons plus en dialogue pour découvrir l'autre, mais pour **mettre en scène notre Moi**.

---

[1] Traduction libre Carlos León, www.odformation.org / carlos.leon@odformation.org. - Décembre 2025. https://www.youtube.com/watch?v=M6MiOSIRsek. Texte à Télécharger sur : https://www.odformation.org/. Il y a un autre travail en forme de première incursion sur les fondements théoriques et pratiques de l'Open Dialogue.

Les réseaux sociaux offrent le théâtre permanent de cette autoproduction : chaque photo, chaque commentaire devient une ligne ajoutée au curriculum invisible de notre être.
L'autre n'est plus un interlocuteur : c'est un spectateur, un public appelé à applaudir.
Ainsi, la communication se transforme en miroir. Nous parlons pour nous voir reflétés dans le regard — ou pire, dans le simple « like » — de l'autre. C'est **l'enfer du Même** : un monologue déguisé en dialogue.

Le sujet néolibéral, entrepreneur de lui-même, ne peut pas réellement converser : il est absorbé par son propre projet d'optimisation, son projet « d'être », par la fabrication continue de son identité-performances.

Or la conversation authentique exige l'oubli de soi, se perdre dans l'autre ; elle demande de se risquer à **l'altérité**, de se laisser interrompre, décentrer. Mais le sujet de la performance craint de perdre le contrôle, craint la négativité de l'autre[2].

Une véritable conversation est une excursion en terre étrangère : une rencontre avec ce qui nous contredit, ce qui nous ne sommes pas, nous éprouve, parfois nous blesse.

C'est de cette blessure, de cette interruption, que naissent la pensée et l'élargissement de l'être.

Mais notre société — société de la positivité — fuit la négativité. Tout doit être lisse, sans aspérité, sans friction. Les algorithmes en sont les grands prêtres : ils filtrent le monde pour nous protéger de ce qui diverge, de ce qui dérange. Ils construisent des bulles, des filtres, des chambres d'écho où nous n'entendons plus que des variations de notre propre voix.

Le résultat est un monde sans texture : un monde d'uniformité, un monde de pure conformité où l'autre disparaît, réduit à une version agréable de nous-mêmes. Sans altérité, sans résistance, il n'y a plus de dialogue : seulement une accumulation du Même. L'autre disparaît, devient une version agréable de nous-mêmes. Et sans l'autre, sans leur résistance, il n'y a pas de dialogue. Il n'y en a qu'une addition, qu'accumulation de la même chose.

La conversation requiert le temps et la lenteur ; c'est un art de la durée

Elle a besoin de pauses, de silences, de moments de réflexion, de cette densité d'écoute où la parole de l'autre peut **atterrir, résonner, peser**.

Le silence, dans une conversation, n'est pas un manque, n'est pas une erreur de transmission : il est l'espace où le sens peut émerger, où la pensée de l'autre peut atterrir sous peser, résonner.

Notre époque, cependant, est l'ère de l'accélération totale, la tyrannie de l'instant. La communication numérique est instantanée, ponctuel, exige une réponse immédiate. Être vu sans obtenir réponse est une microagression.

[2] La négativité — au sens hégélien : résistance, différence, non-identité — est essentielle à la conversation, en est la condition.

Cette pression en raison de l'instantanéité détruit le rythme nécessaire à la conversation profonde. Nous n'avons pas le temps d'écouter. Écouter est un acte de patience, un acte d'hospitalité, est donner à l'autre du temps pour « être », pour déployer ses pensées sans hâte, sans la pression pour atteindre l'objectif.

L'efficacité, la grande la valeur de notre société de la performance est l'ennemie mortel de la conversation. La conversation est inefficace, souvent erratique, sinueuse et finit par se perdre. Mais, il est précisément dans ces rodéos, dans ces détours où se trouve le sens. Le sens n'est pas une destination à atteindre en cours de route par le chemin le plus court. C'est un paysage qui est découvert sans carte.

ESCHER M. C.[3]

Nous avons perdu ainsi les rituels de la conversation

Les rituels sont de formes symboliques qui structurent le monde et lui confèrent de la stabilité. Ce sont des techniques de complétude qui rendent le monde habitable.

La conversation a ses propres rituels, la courtoisie, le respect des tours de parole, le mot, la salutation, les adieux. Ces formes n'étaient pas simples formalités vides, elles étaient l'architecture qui soutenait la rencontre, elles donnaient forme au temps de communication partagée.

Le numérique est fondamentalement informel en ce sens qu'il manque de forme. C'est un flux constant, défilement infini. Il n'y a pas de début et fin. Les conversations dans les applications de flux de messagerie, ce sont des conversations, des files interminables qui ne se terminent jamais, ils n'en concluent, sont tout simplement abandonnés.
Cette absence de forme, cette absence de clôture rituelle nous laisse dans un état de perpétuelle ouverture, de perpétuelle anxiété. Nous ne pouvons pas « processer » la rencontre parce qu'elle ne finit jamais. Nous sommes toujours en ligne, toujours disponibles, mais jamais vraiment présents.

La présence est la condition fondamentale à la conversation.

Le dialogue requiert le corps, la voix, le ton, le geste, cela requiert le regard. Le visage de l'autre, comme Levinas nous l'a appris, est le lieu éthique[4] par excellence. C'est le visage qui nous parle, qui nous interpelle, qui nous dit : « Tu ne tueras point. » C'est une vulnérabilité qui nécessite, qui demande une réponse.

---

[3] Les images d'Escher, parce que l'artiste exprime avec son langage graphique, les mêmes réalités de l'âme décrites ici par le langage du philosophe. Escher adorait créer des images qui se replient sur elles-mêmes, des processus qui n'ont pas de début ni fin, des pièges car tu veux sortir de l'image, mais tu reviens au point de départ, ce sont des structures cycliques qui défient la logique. Ce sont des mondes cohérents mais impossibles, ou dans notre cas par rapport au texte et certaines de nos expériences, des mondes possibles et incohérents ! Lennon exprimait aussi la condition de notre société par exemple avec sa chanson « A working class hero… », la chanson exprimait en 1970 cette critique à une société qui fabrique des individus dociles et la difficulté à rester dans la dignité. https://www.youtube.com/watch?v=iMewtlmkV6c

[4] Le visage révèle vulnérabilité. Dans ce contact direct, naît la responsabilité humaine, « je suis responsable de l'autre », pour ne pas le réduire à un objet ou le blesser.

La communication numérique est une communication sans visage. C'est une communication désincarnée. Nous parlons avec des avatars, avec des profils, avec des images bidimensionnelles dans un écran. Ce manque de corps, ce manque d'aura au sens de Benjamin[5] a des conséquences profondes.

La communication revienne froide, distante, facilite l'agression. Le cyberharcèlement, la haine en ligne, ne sont possibles que parce que nous ne voyons pas le visage dolent de l'autre, ne devons pas affronter la souffrance de l'autre.

Nous nous sommes transformés en fantômes qui se hurlent dessus dans un aspirateur vide numérique. Comment un sens peut -il émerger dans un monde de fantômes ?

Le sens est lié à la chair, au poids, à la résistance de la réalité

La société où tout doit être visible, de la transparence, de la mise à nu et de l'effacement de l'intimité, a contribué énormément à cette crise. Nous pensons que se mettre totalement à nu est une vertu. (L'auteur utilise le mot « transparence »). Nous exigeons que tout soit visible, que tout soit révélé, sans secrets, mais la transparence est l'ennemie de l'amour et de la pensée.

La Conversation, comme l'amour a besoin d'un voile, elle a besoin de mystère, de zones d'ombre, d'indécidabilité. Tout ne doit pas être dit, tout ne peut pas être illuminé. C'est la distance, la modestie, la pudeur qui crée les tensions érotiques nécessaires à la rencontre, qui nous touche de l'autre, qui nous fait vouloir le connaître. La transparence au contraire est pornographique. La pornographie est l'exposition totale l'illumination crue, brute qui ne laisse rien à l'imagination, le réduisant tout à Information et la stimulation.

Notre communication est devenue pornographique.

Nous nous exposons constamment, nous partageons chaque détail de nos vies à la recherche de validation (Likes) à travers de la visibilité. Mais cette exposition totale ne crée pas, mais détruit l'intimité. L'intimité, la confidentialité nécessite un espace privé, un refuge. La transparence envahie le tout et y règne, tout finalement tourne tout public, se transforme en marchandise.

Dans ce paysage de la performance, de la positivité, de l'accélération, de la transparence et du manque de présence, l'individu se flétrit, devient ce que j'appelle **l'homo digitalis**, un être isolé, narcissique, déprimé et épuisé.

Le burn-out n'est pas simplement de l'épuisement professionnel, s'est un épuisement de l'être.

Le soi, forcé à être son propre homme d'affaires, son propre publiciste et son propre bourreau, s'effondre sous le poids de sa propre liberté. Une liberté qui se révèle d'elle-même comme une forme d'esclavage auto-imposé.

« Vous pouvez faire tout, devient vous devez faire tout ». Et dans cette course à la performance, l'autre devient un obstacle ou un instrument. C'est quelqu'un avec qui concurrencer ou quelqu'un pour l'utiliser à mon propre projet. Ce n'est pas quelqu'un avec qui parler.

La dépression, l'épidémie silencieuse de notre temps est la maladie d'un soi qui ne peut plus avec lui-même, qui s'est noyé dans son propre reflet.

---

[5] Walter Benjamin : l'aura désigne la présence unique d'une chose ou d'une personne, sa singularité irréductible, sa profondeur, la distance intérieure qu'elle impose, le fait qu'elle ne se laisse pas totalement saisir ou consommer et qui dépend du contact vivant, de la présence. La reproduction technique détruit cette unicité, élimine la profondeur, la distance, etc.

Comment peut donc une conversation redonner un sens à la vie ?

Elle fait cela possible parce qu'elle s'attaque à la racine de toutes ces pathologies. La conversation est l'antidote ; c'est un acte de résistance contre la société de la performance.

Quand on parle vraiment, on n'est pas dans la « production » de quelque chose. Nous ne sommes pas dans l'optimisation de notre profil. Nous ne sommes pas dans la competition, nous sommes simplement dans « l'être avec l'autre ».

C'est un luxe, une dépense, un gaspillage de temps inutile qui nous libère de la logique utilitaire. C'est un jeu. La conversation est ludique. Joue avec des idées, avec des mots, avec des silences. Et dans ce jeu, le soi épuisé peut se reposer, peut cesser d'être un projet et redevenir simplement un être humain.

La conversation permet à l'autre de se reconnecter. Dans le dialogue authentique, nous sommes forcés à reconnaître l'altérité de l'autre. On ne peut pas le contrôler, le prédire, nous devons l'écouter. L'écoute est le premier acte éthique. Écouter véritablement, c'est faire le silence en soi-même. C'est se vider de son propre ego pour faire de la place à l'autre. C'est un acte d'hospitalité radicale.

Quand nous écoutons, nous disons à l'autre : « Tu existes. Ta voix compte. Ton être est un lieu dans le monde et ce lieu est à l'instant même en moi ».

Dans une société de narcissiques qui ne savent que parler d'eux-mêmes, celui qui sait écouter devient guérisseur, retourne à l'autre sa dignité, et ce faisant paradoxalement il trouve la sienne propre. La conversation tisse le récit qui donne du sens.

Comme l'ai dit, nous vivons dans le présent ponctuel, une série de moments décousus. Le sens, cependant, a besoin de sens, d'une histoire, a besoin d'un avant et un après, il a besoin de connexions.

Quand nous parlons à quelqu'un, en particulier quand nous racontons nos propres histoires et nous écoutons celles de l'autre, nous sommes en train de faire précisément ce tissage de files, nous trouvons des modèles (patterns), nous façonnons le chaos de l'expérience.

Le sens « sin » en allemand est relié à la direction.

Une conversation nous donne une direction, elle nous réoriente (jeu de mots de l'auteur, Sin, sens ou signification et double sens, la direction d'une vie, Richtung direction, mouvement).

Souvent, nous ne savons ce que nous pensons ou ressentons jusqu'à ce qu'on le dise à voix haute à quelqu'un qui nous écoute.

Escher M. C.

La conversation est un processus de naissance.

L'autre agit comme une sage-femme pour nos propres pensées. Cela nous aide à naître nous-mêmes. La conversation est donc un acte de création du monde. Dans un monde qui s'atomise, qui se dissout en milliards de selfies, la conversation recrée la vraie communauté. Pas la communauté fausse du/ en réseau, qui est une simple somme des solitudes, mais la véritable communauté, celle qui repose sur la présence, l'engagement et le conflit.

Oui, le conflit, la vraie conversation ne craint pas le désaccord. Le désaccord est fertile ; c'est le moteur de la pensée.

Seulement dans la confrontation avec la différence, nous pouvons ajuster nos propres idées et même les changer.

La société de la positivité veut que nous soyons dociles, conformistes.

La conversation nous invite à être éveillés, critiques, vivants. Retourne-le sens, nous reconnecte à la lenteur. La conversation est une oasis dans le grand désert de l'accélération. Elle nous oblige à ralentir, nous réapprend le plaisir de la durée.

Dans une conversation, le temps s'étire. Quelques heures peuvent se sentir comme une vie entière et une vie entière peut se résumer en un moment partager que j'appelle le temps de l'arôme, le temps qu'a de la longévité et un parfum, qui défie le temps ponctuel sans odeur.

C'est le temps de l'âme. L'âme a besoin de temps pour respirer. La conversation lui donne de l'aire, et finalement la conversation redonne du sens parce que c'est une forme d'amour. Pas forcément de l'amour romantique, mais l'amour dans un sens plus large. L'éros philosophique est le désir d'union avec l'autre. Le désir de connaitre et être reconnu est la reconnaissance que nous ne sommes pas complet en nous-mêmes, que nous avons besoin les uns des autres pour être, pour exister.

Le néolibéralisme nous a vendu le mythe de l'individu autosuffisant, le self made man qui est un mensonge dévastateur.

Nous sommes des êtres fondamentalement nécessiteux, vulnérables, interdépendants. La conversation est une forme de reconnaissance joyeuse de cette interdépendance. C'est le fait de dire : « Je suis ici et toi t'est ici » et pour cet instant, rien d'autre ne compte. Nous créons quelque chose ensemble.

Le problème, c'est que nous avons oublié comme le faire, nous avons perdu la compétition conversationnelle. Les compétences en matière de dialogue actif et profond, la patience, la vulnérabilité, la gestion du silence. L'articulation des idées complexes ne sont pas encouragées dans notre Culture. La concision du tweet est privilégiée, comme la force du même et l'efficacité du mail électronique.

Nous sommes formés à transmettre l'information, pas à partager nos façons d'être. Le bruit est constant. Le bruit de la performance, le bruit de l'autopromotion, le bruit de l'indignation fabriqué. Au milieu de grondement, la voix reste noyée, la voix qui cherche à créer du lien que cherche du sens.

Ainsi, pour qu'une conversation nous rend du sens, elle doit être d'un type particulier, pas une négociation, pas un débat à gagner, pas une plainte partagée, bien que parfois c'est par là qui ça commence.

Vous devez pénétrer dans une conversation contemplative, une conversation où les deux interlocuteurs sont plus intéressés par la vérité que par avoir raison, où sont prêts à être transformés à cause de la rencontre. Cela nécessite courage, le courage d'être vulnérable, à montrer notre doute, nos peurs, nos espoirs sans le filtre d'Instagram.

Nécessite le courage de voir l'autre dans sa différence sans essayer de le réduire à nos propres catégories. Ce type de conversation est intrinsèquement politique. C'est un acte subversif, qui remet en cause l'ordre établi.

Le système néolibéral prospère grâce à l'atomisation.
Il nous veut seuls, fatigués et déprimés. Un individu isolé est un consommateur parfait et un travailleur soumis, docile. Il ne questionne, ne fait que produire et consommer.

Deux personnes qui conversent véritablement créent un espace de résistance, un « nous » qui se retire de la logique du marché. La réflexion qui en découle de la conversation est une pensée libre et non instrumentalisée. C'est une pensée qui peut devenir critique, qui peut imaginer des avenirs différents. Le pouvoir sait ceci. C'est la raison pour encourager tout ce qui isole et décourager tout ce qui unit.

La fatigue que nous sentons n'est pas seulement physique, c'est une fatigue de l'âme.

Nous sommes fatigués de nous-mêmes, lassés de jouer la comédie sans cesse, lassés de la solitude au milieu de la foule connecté.

La conversation est le repos de cette fatigue, c'est le sabbat de l'entrepreneur de lui-même C'est le moment où nous pouvons déposer les armes du moi et simplement être. En présence de l'autre qui nous écoute nous trouvons un soulagement qu'aucune drogue, aucun achat, aucune série télévisée peut nous donner.

C'est un soulagement ontologique. Nous nous souvenons que nous sommes plus que notre performance.
Nous nous souvenons que notre vie a de la valeur intrinsèque, et non une valeur de marché. Le sens par conséquent, n'est pas quelque chose que nous trouvons comme on trouverait un objet perdu. C'est quelque chose que nous construisons. Nous le construisons par le dialogue. Nous le cocréons avec l'autre. C'est un tissage délicat fait de mots, de silences, de souvenirs partagés et d'espoirs communs.

Et ce tissu est fragile. Il se déchire facilement avec la précipitation, l'égoïsme et le manque d'attention. Cela exige des soins constants, exige le dévouement de l'artisan. Voilà, la conversation est l'artisanat, c'est l'art perdu de prendre le soin de l'âme, la sienne et celle d'un autre.
La question qui nous met au défi n'est pas seulement de savoir comment la conversation peut lui redonner un sens à votre vie, mais à quel point nous ne sommes prêts à en payer le prix.

Le prix, c'est le temps, le prix est de l'attention, le prix est la vulnérabilité. Le prix à payer est le renoncement instantané à la gratification de l'écran. Il s'agit de faire taire le bruit. Il s'agit de choisir la présence difficile à vivre sans le faux confort. C'est choisir la lenteur de l'âme sur la vitesse de la machine. C'est un prix élevé dans un une société qui dévalorise tout ce qui n'est pas rapide, facile et quantifiable. Mais c'est la seule chose qui le fait de payer nous rend plus riches, nous ramène à notre l'humanité, nous redonne la capacité de raconter les histoires.

Et qui a par conséquence, la capacité de vivre une vie qui a du sens, une vie qui peut être dite.

La solitude de l'homo numérique, de l'homo digitalis, est abyssale car c'est une solitude sans le monde, lequel s'est réduit à la taille d'un écran. La conversation casse cet écran, rouvre le monde, nous rappelle qu'il y a quelque chose de plus au-delà de notre propre moi. Il y en a un autre, il y a un paradis, un ciel, une terre, un mystère.

La conversation est le pont qui nous permet traverser, aller de la prison du moi vers l'espace du partage. C'est là, et là seulement, que la vie retrouve son poids, sa texture et son sens. C'est un acte de

foi, la foi que si nous prenons le temps d'écouter, nous entendrons quelque chose de plus profond que l'écho de notre propre voix. Nous entendrons le murmure de l'humanité, la seule sonorité qui peut vraiment nous sauver.

La crise de la signification est une crise de l'écoute.

Le régime informationnel nous a rendus sourds. Le bruit de fond des communications constantes nous empêche d'entendre l'appel de l'autre. La conversation est l'acte de se peaufiner à nouveau, de recalibrer notre être, de percevoir les fréquences subtiles de l'altérité.

Non, nous n'avons pas besoin de plus d'information. Nous avons un excès d'information et une famine de signification. Ce dont nous avons besoin, c'est le silence réceptif de l'auditeur. Nous avons besoin de la patience de celui qui attend la parole de l'autre. Nous avons besoin du courage de parler dans nos propres termes, non pas comme un fait, mais comme un témoignage.
Chaque conversation vraie est petit un miracle.

C'est un île de l'humanité dans froideur de l'océan de l'indifférence calculé. C'est un rituel de ré enchantement du monde. Quand deux personnes mettent de côté leurs rôles, leurs masques de performance et se trouvent dans le monde partagé, le monde pendant un instant est de nouveau habitable, se recouvre à nouveau de sens.

La vie, que de moments avant semblait un fardeau absurde, une course sans ligne d'arrivée, se révèle à nouveau comme un cadeau, comme une possibilité ouverte. Nous n'avons pas besoin de grands systèmes philosophiques ou de révélations des voies divines pour trouver un sens.

Souvent, le sens attend dans la voix d'un ami, d'un étrange, de l'amant. Il attend avec impatience dans la prochaine conversation si nous osons seulement l'avoir.

La pensée qui cherche le sens ne doit pas demeurer dans l'écho solitaire.

Si cette réflexion résonne, abonne-toi, partage et laisse ton empreinte, facilite que ces idées rencontrent d'autres qui cherchent aussi l'écoute.

Nous avons besoin d'une pédagogie de la conversation. Nous devons réapprendre cet art perdu. Nous devons désintoxiquer notre communication de la vitesse, de la performance et la superficialité.
Ce réapprentissage n'est pas une question de technique, n'est pas un manuel d'utilisation, de comment parler, communiquer mieux, c'est une question d'attitude, c'est un exercice spirituel.

Tout commence par retrouver le silence.
Nous ne pouvons pas écouter l'autre si nous ne sommes pas capables de faire silence d'abord. Et je ne parle pas seulement du silence acoustique, je veux dire silence intérieur, à la cessation du monologue constant de notre propre ego.

Le sujet de la performance est toujours en train de parler avec lui-même, en cours de s'évaluer, se planifier, s'optimiser. Son esprit est un bureau bruyant qui ne ferme jamais.

Pour discuter nous devons accrocher le panneau « le bureau est fermé ». Nous devons entrer dans un état de vacuité réceptive. Ce silence est difficile à atteindre dans un monde qui bombarde de stimuli. La culture du smartphone est une culture de l'interruption constante. La notification est la forme dominante de notre temporalité. Chaque commutation, chaque vibration est une petite décharge électrique qui nous emporte du présent, qui nous empêche d'approfondir.

La conversation profonde nécessite un espace qui protégé de ces interruptions. Nécessite un accord mutuel. A ce moment nous sommes seulement ici, l'un pour l'autre. Le monde peut attendre. Cet acte de créer un acte temporel sacré est le premier pas vers une conversation significative. C'est un acte de rébellion contre l'économie de l'attention qui cherche à nous fragmenter et vendre les pièces.

Une fois que nous avons le silence et le temps, nous avons besoin de l'hospitalité. La conversation est un acte d'accueil qui ouvre les portes de notre être à l'autre, non pas pour qu'il s'installe de lui-même et nous envahie, mais pour qu'il puisse être lui-même.

L'hospitalité, telle qu'il la concevait Derrida, est inconditionnelle. C'est accueillir l'autre dans son absolue altérité, même quand il nous met mal à l'aise, nous conteste, nous défie ou nous ne le comprenons pas.

Notre tendance courant, moulé par les algorithmes est à l'opposé. Nous recherchons l'affinité. Nous voulons parler aux gens qui pensent comme nous, qui valide nos opinions, qui nous donnent des « j'aime » (Likes).

La conversation, en revanche, se nourrit de la différence. Le sens ne naît pas de la confirmation, mais de la friction, de la confrontation, de la découverte d'une perspective que nous n'avions pas considérée. Cela nous amène à la question de la vulnérabilité.

Une conversation significative ne peut pas être un échange de masques, ne peut pas être une représentation théâtrale où chacun récite son rôle appris. Elle doit être une rencontre de vulnérabilités. Nous devons oser parler depuis la blessure, du doute, du non savoir.

Dans la société du spectacle et la performance, montrer la faiblesse est un échec.

Tout doit être positif, réussi, optimisé. Mais le sens de la vie ne se retrouve au sommet des montagnes de la réussite et du succès, mais se trouve souvent dans les vallées de l'échec, de l'égarement et la confusion.

Nous ne pouvons explorer ces vallées, que si nous osons notre vulnérabilité face à l'autre. La conversation se transforme dans cet espace de guérison mutuelle, non parce que l'autre nous répare, mais parce que nous écouter sans jugement nous donne la permission « d'être humains », c'est-à-dire, imparfaits et fragiles. Cette vulnérabilité est intimement liée au langage que nous utilisons.

Nous avons permis que notre langue s'appauvrisse terriblement. La communication numérique privilégie la brièveté, l'impact et les slogans. Les emojis ont remplacé le complexe articulation des émotions. Le mème[6] a remplacé l'argumentation raisonné. Cette atrophie du langage est une atrophie de la pensée et du sentiment. Nous ne pouvons pas avoir des conversations profondes si nous n'avons pas les mots pour les exprimer.

La conversation qui a du sens nécessite une langue riche, nuancé, précise, un langage capable de nommer les expériences subtiles de l'âme. Récupérer la conversation signifie aussi reconquérir l'amour par le mot. Cela signifie lire plus écrire plus, parler en faisant plus d'attention. Cela signifie traiter le langage non pas comme un outil d'information, mais comme un instrument musical pour exprimer la totalité de notre être.

ESCHER M. C.

[6] Intéressant pouvoir faire ici un jeu de mots entre : Le « même » ce qui se répète, ce qui est identique, qui ne contiens aucune altérité et « le même » qui est une unité culturelle qui se répète par imitation, comme un gène se répète biologiquement.

Éros, l'amour est fondamental ici.

La conversation légitime, authentique est un acte érotique, pas dans le sens vulgaire de la sexualité, mais dans le sens Platonique. C'est un mouvement de l'âme vers la beauté et la vérité que nous voyons dans l'autre. Éros est ce que nous fait sortir de nous-mêmes. C'est le désir de fusion, de connexion, d'aller plus loin là des limites du moi -même.

La société de la pornographie et de la nudité a tué le éros.
D'exposer-le tout, de rendre tout explicite et instantanément consommable, fait que le mystère disparait, la séduction, la distance nécessaire pour la naissance du désir disparait. La conversation érotique, en ce sens, est ce qui entretient le mystère de l'autre. Une conversation qui ne cherche pas à posséder l'autre, le définir ou l'épuiser.

Chercher à danser avec l'autre, c'est une séduction mutuelle entre esprits, une attraction qui ne repose pas sur l'utilité ou la performance, mais dans la pure joie de la rencontre. Dans cette danse, l'écoute est le mouvement principal. Notre nature est…nous avons été formés à écouter, à répondre.

Mais, nous entendons l'autre juste pour trouver la faille dans leur argumentation, pour préparer notre phrase suivante, pour démontrer que nous sommes de loin plus intelligents.

L'écoute véritable, l'écoute contemplative est différente. Il s'agit d'écouter pour comprendre. C'est une écoute qui ne cherche pas à intervenir, mais à recevoir. C'est se vider de ses propres présuppositions. Essayer pendant un instant habiter le monde de l'autre depuis l'intérieur. C'est se poser la question du « comment est d'être toi », comment se sent le monde depuis ta peau ?

L'écoute est transformatrice. Quand quelqu'un nous écoute de cette manière, nous nous sentons vus, nous nous ressentons réels. Et ce sentiment d'être vu, d'être validés dans notre existence est peut-être le noyau même du sens de la vie.

Ce qui nous empêche d'écouter de cette façon, c'est le bruit. Le bruit du monde, certes, mais surtout le bruit du notre propre ego. L'ego de sujet néolibéral est gonflé et fragile. Il a besoin de validation constante, vois chaque conversation comme une opportunité de se valider. Il en résulte un dialogue de sourds, une cacophonie d'égos concurrents pour l'espace. La conversation qui donne du sens nécessite un ascétisme de l'ego, nécessite l'humilité d'accepter que nous n'ayons pas toutes les réponses, que notre vision du monde est incomplète, que nous avons besoin de l'autre pour en voir davantage.

Bien sûr, c'est un déplacement du « je » au « nous ». Réfléchissons à la différence entre information et récit.

Notre époque est saturée d'informations, de données, de faits, d'actualités, d'statistiques.
L'information est froide, objective, extérieure. Elle ne nous affecte pas. La narration est différente. La narration, est de l'information incarné. C'est de l'expérience humaine distillée en mots. En résumé, cela se résume en mots. Cela a un début, un milieu et une fin. Cela a un ton émotionnel, nous invite à la participation. Lorsque nous sommes en conversation, nous ne sommes pas, ou ne devrions pas être dans l'échange simple d'information. Nous ne faisons qu'échanger des informations ou sommes en train de cocréer une narration ? Nous sommes dans un tissage de nos histoires personnelles sur une tapisserie commune ?

Ce tissu narratif, le récit donne cohérence et sens à la vie. Une vie sans récit qui la soutienne est dénuée de sens, n'est qu'une histoire dénombrée par un idiot plein de bruit et une fureur qui ne veut rien dire. Comme Shakespeare disait, la conversation est le métier à tisser où nous tissons le sens de cette histoire. La conversation nous redonne également la responsabilité.

La communication numérique est largement irresponsable. L'anonymat, la distance, l'immédiateté, tout cela favorise une communication sans conséquences.

Nous pouvons insulter, mentir, détester, répandre la haine et ensuite simplement fermer l'écran. La conversation face à face, la conversation qui nécessite notre présence nous rend responsables. Nous sommes face à l'autre, nous constatons l'impact de nos paroles en temps réel. Nous ne pouvons pas nous échapper.

Cette responsabilité est un fondement éthique. L'éthique né de la rencontre avec l'autre et la conversation est le véhicule de cette rencontre. Au cours de la conversation nous pratiquons l'éthique. Nous apprenons à peser nos mots, à considérer son effet, à prendre en charge ce que nous disons. C'est un point crucial.

Le sens de la vie n'est pas une découverte Individualiste. Ce n'est pas quelque chose que je trouve à l'intérieur de moi-même par la méditation solitaire ou l'optimisation de moi-même.
Voilà la supercherie du néolibéralisme.

Le sens est toujours éthique, c'est-à- dire, c'est toujours relationnel, découle de notre réponse à l'appel de la un autre. Et la conversation est l'espace privilégié pour cet appel. Et cette réponse est le laboratoire où nous pratiquons l'« être humains ensemble ». C'est là que nous apprenons la compassion, l'empathie, le pardon, la justice. La société de la performance nous a fait oublier cela. Elle nous indique que le sens réside dans le succès, dans la visibilité, dans l'accumulation. Elle nous pousse à une compétition perpétuelle. Dans cette logique, l'autre est un rival.

La conversation dérape. Elle se transforme en réseautage, en calcul stratégique pour voir ce que je peux obtenir de l'autre. Cela devient un débat, une bataille pour démontrer ma supériorité intellectuelle. Ou cela devient du commérage, une forme de créer une fausse intimité par l'exclusion d'un tiers. Aucune de ces façons de parler peut donner du sens. En fait, ils font partie intégrante de la maladie, de la pathologie.

La conversation qui guérisse est celle qui est soustraite de cette logique de l'utilité. C'est la conversation « inutile ». C'est parler pour le plaisir de parler. C'est d'être ensemble pour le plaisir d'être ensemble. C'est le type de conversation que nous avons avec un vieil ami où le temps semble s'arrêter. C'est la conversation où on peut être à la fois insensé, sérieux, profond et superficiel. C'est la conversation qui ne produit rien, ne génère aucun capital et n'améliore rien, n'améliore notre curriculum et précisément par cela, elle est tellement précieuse.

C'est un espace libre de gratuité dans un monde obsédé par le prix. C'est un acte de pure célébration de l'existence partagé. Ceci est terrifiant pour l'Homo digitalis. Nous sommes tellement conditionnés par l'efficacité que le temps improductif nous génère l'anxiété. Si la conversation n'a pas d'objectif clair, s'elle n'arrive pas à une conclusion, nous perdons notre patience. Nous voulons aller droit au but.

Mais le sens de la conversation est le but, le but de la conversation est au cœur du problème. Il ne s'agit pas de la destination, mais d'un marcher ensemble. Nous devons désapprendre la précipitation, nous devons cultiver la patience de la lenteur.

La conversation est une forme de promenade. Nous n'allons nulle part en particulier simplement nous faisons une promenade à travers le paysage de notre idées et sentiments.

Et c'est au cours de cette promenade sans but précis que nous rencontrons les vérités le plus importantes.
Imaginons pendant un instant un monde où nous privilégions ces conversations, un monde où nous concevons nos villes ne pas seulement pour les questions de circulation des voitures, mais pour les rencontres humaines. Plus de bancs dans les parcs, plus de places publiques, moins de centres commerciaux. Un monde où nos écoles enseignent écoute et dialogue avec le même sérieux que les mathématiques.

Un monde où nous mesurons le succès d'un une société, non pas par son PIB, mais par la qualité de ses conversations. Ce serait un monde radicalement différent. Ce serait un monde avec plus de signification.

La conversation nous reconnecte également à notre corps. L'homo digitalis est un cerveau dans un seau ou plutôt quelques doigts sur un écran. Nous avons oublié que nous pensons avec tout notre corps, notre ton de voix, notre posture, notre contact visuel. Le petit geste de la main. Tout cela fait partie de la conversation. C'est la musique non verbale qui donne aux mots leur sens profond.

Quand nous parlons à travers les écrans, nous perdons cette musique. La communication devient plate, désincarnée. Une véritable conversation en personne nous oblige à être dans notre corps. Nos oblige à être présents ici et maintenant. Cette présence incarnée est une ancre puissante contre l'anxiété et la dissociation du monde numérique, nos retourne à la terre, elle nous rappelle que nous sommes des créatures, pas des machines.

Et c'est dans cette présence incarné où nous trouvons la beauté. Il y a une beauté particulière sur le visage de quelqu'un qui sais écouter sincèrement, dans la cadence d'une voix qui cherche à trouver le mot juste.

Il y en a une beauté dans le silence partagé qui suit à une révélation profonde. Cette beauté qui est l'aura de la présence, c'est ce que le monde numérique ne peut pas répliquer. C'est une beauté lente, subtile, analogique. C'est la nourriture dont l'âme a besoin et qui ne trouve plus. La conversation qui donne un sens est au fond la recherche de cette beauté. C'est un acte esthétique.

Nous devons donc être conservateurs de nos conversations. Nous ne pouvons pas attendre que le sens découle de n'importe quel échange. Nous devons choisir activement avec qui nous parlons, de ce que nous parlons et comment nous le faisons. Ce n'est pas de l'élitisme mais une question d'hygiène mentale. De la même manière que nous devons faire attention à ce que nous mangeons, nous devons prendre soin de la nourriture verbale que nous consommons et produisons. Nous devons nous éloigner de la communication toxique, la plainte chronique, l'indignation perpétuelle, le cynisme vide.

Ce sont des calories vide pour l'âme. Nous devons rechercher des conversations qui nous nourrissent, qui nous mettent au défi, qu'ils nous fassent progresser. Ce qui demande beaucoup d'efforts. Ce n'est plus simplement le consommer passivement le flux de contenu à différence de participer activement et de forme engagée dans un dialogue exigeante.

La conversation est un travail, c'est le travail de l'amour, c'est du travail de la pensée.
C'est le travail de la construction du sens, mais c'est le seul travail qui plus nous sommes épuisés à y travailler, plus encore on se sent vivant. C'est la bonne fatigue.
La fatigue de la société de la performance est un épuisement qui nous vide de notre énergie. La fatigue d'une conversation profonde est une lassitude pleine. Le sentiment d'avoir vécu intensément et d'avoir touché à quelque chose de réel.

La solitude de l'individu contemporain ne se guérira pas avec plus de connexion mais avec la conversation. Nous n'en avons pas besoin de plus d'amis sur une liste. Nous avons besoin d'une seule personne, un seul « tu » qui nous écoutera vraiment.

C'est dans le miroir de la un autre, mais pas un autre qui soit simplement reflet de nous-mêmes, mais un autre différent, où il peut commencer à s'apercevoir les contours de notre propre visage. Et c'est dans le récit que nous construisons ensemble, où enfin sur ce visage acquière une expression significative.

La conversation c'est la réponse à l'enfer de la même chose.

Le sujet de la performance est pris au piège de sa propre bulle, il ne voit que lui-même. La conversation est la solution, la porte de sortie de cette prison. Voilà le risque de l'altérité. C'est le saut dans le vide qui est l'autre. Et c'est seulement dans ce saut, dans que risque que la vie reprenne et où le sens se manifeste, il redevient possible. Il n'y a pas de formules magiques ou des applications, il ne reste que le travail difficile, lent et l'acte profondément humain de parler et d'écouter. C'est un retour à un rituel perdu.

Notre époque a dépouillé le monde de ses rituels. Tout est perdu, transparent, immédiat et fonctionnel. Les rituels, en revanche, sont des actions symboliques qui ralentissent le temps, qui le remplissent de sens, qui créent communauté. La conversation, dans sa forme la plus élevé, c'est un rituel. Cela comporte un début, la salutation, l'allaitement y la conclusion, une fin, les adieux. Elle a un rythme. Elle a ses propres cérémonies et accords tacites, la prise de parole à tour de rôle, respect par le silence de l'autre, le fait d'offrir du café ou du thé. Ces petits gestes ne sont pas insignifiants, sont la liturgie de l'humanité. Ce sont elles qui transforment un simple échange d'informations dans une communion. Lors de la pratique de la conversation comme un rituel, nous resacralisons le temps. Nous nous souvenons de nous-mêmes, de nous-mêmes et l'autre, de que « ce que nous sommes en train de faire » est important, que ce moment commun possède un poids qui transcende l'efficacité.

ESCHER M. C.

Le rituel nous protège de l'enfer de la sincérité brute.

La transparence totale, l'exigence d'être authentique en tout moment, c'est un autre piège de la performance. Cela nous oblige à une constante auto-exposition, à une nudité pornographique. La conversation rituelle avec ses formes de courtoisie et modestie crée un voile protecteur. Elle nous permet de nous rencontrer sans nous dévorer l'un à l'autre.

Respectez la distance. Modestie, honte, dans son sens originel de *Sham*[7] n'est pas une répression, mais plutôt ce qui protège le mystère de l'un et l'autre, qui préserve l'éros. Une conversation significative sait se taire, sais que « le ne pas demander », respecte les ombres où l'âme de l'autre se retire pour se reposer.

Dans ce contexte, cette danse entre proximité et distance, de parole et de silence, de révélation et de modestie, c'est là que réside le sens et s'épanouit avec plus de force.

Nous devons penser à la conversation comme une forme de jardinage.

Le sens de la vie n'est pas un bâtiment construit pour une fois pour toutes. C'est un jardin qui devrait être cultivée et au quotidien. Cela nécessite de la patience, demande attention aux cycles. Il y a des conversations qui ressemblent à planter des graines. Nous avons planté une idée, une question et nous devons attendre.

[7] Ici, "Sham" ne vient pas de l'anglais sham (= imposture). C'est un mot sémitique ancien (hébreu/araméen) qui signifie honte sacrée, pudeur qui protège, voile protecteur, respect du m<stère entre les personnes. C'est une notion anthropologique et spirituelle.

Il y a des conversations qui ressemblent à arroser, nous nourrissons ce qui est en croissance. Et il y a des conversations qui ressemblent à tailler, désherber, couper ce qui est mort et qui nous empêche de grandir. Les vieilles rancunes malentendues. Ce travail de jardinage est un travail lent, ne se voit pas, ne donne pas de résultats immédiats, mais si nous persistons, si nous prenons soin de notre jardin relationnel, un jour nous nous rencontrerons à vivre dans un endroit plein de vie, de couleur et arôme. Un lieu gâté, chouchouté.

La grande maladie de notre le temps est l'absence de monde.

Le sujet numérique se retire du monde réel avec son poids, sa friction et son corps à un monde virtuel sans heurts et sans conséquences.

Ce monde virtuel est un non- lieu, un espace de solitude. La conversation, la conversation présentielle est l'acte de reconstruction du monde. Lorsque deux personnes parlent, ils créent un espace entre eux, un espace commun. Cet espace est la base du monde.

Le monde n'est pas la somme des objets, mais le réseau de relations et de significations que nous tissons ensemble. Chaque conversation vrai ajoute un fil de discussion à ce tissu. Chaque rencontre évitée, chaque exposition sans réponse, chaque remplacement de la présence par un seul message, c'est un fil qui se casse. La crise du sens est la crise de ce tissu mondial en dénouement.

C'est pourquoi, choisir la conversation est un acte politique de premier plan.

Il est un acte de résistance contre l'ordre qui nous veut atomisés et dociles. Le pouvoir du néolibéralisme n'a pas besoin de censurer de livres ou de brûler des places comme les anciens totalitarismes. Sa technique est plus subtile et tout à fait plus efficace. Simplement elle nous épuise, par la performance, nous distrait par le divertissement, cela nous isole grâce à la technologie.

Un sujet épuisé, distrait et isolé, n'a plus rien d'énergie pour penser de manière critique, ni pour s'organiser, ni pour converser, est simplement dans la survie. La conversation est la première étape pour s'en sortir de la survivance et retourner à la vie. C'est l'endroit où la fatigue se transforme en pensée. C'est là que le moi épuisé rencontre un toi et découvre la possibilité d'un nous. Et ce nous est le seul sujet capable de changer le monde.

Ne sous-estimons pas la difficulté de cette tâche. La tâche consiste à nager contre le courant de loin le plus puissant de notre temps. Tout dans notre environnement nous pousse dans la direction opposée. L'architecture de nos applications est conçue pour créer une dépendance, pas pour notre connexion. La logique de notre travail est désignée pour l'efficacité, pas pour l'humanité. Le rythme de notre culture est conçu pour l'instant présent, pas pour durer.
Revenir à la conversation nécessite une décision consciente, presque un ascétisme.
Cela nécessite renoncer à la dopamine facile de la notification pour la récompense lente et difficile de la rencontre. Cela nécessite d'éteindre et choisir la présence.

Mais que trouvons-nous en le faisant ? Nous trouvons peut-être le silence, non le silence vide de la solitude numérique, mais le silence de la plénitude de la présence partagée. Le silence qui n'est pas gênant mais le silence de deux personnes si à l'aise dans la situation d'être dans la compagnie de l'autre, qui n'est plus nécessaire de remplir l'air avec des mots.

Ce silence est le niveau le plus haut, le point culminant de la conversation. C'est le moment où la communication transcende le langage et se transforme en pure communion. C'est le moment où l'on ressent sans avoir besoin de se le dire, que nous ne sommes pas seuls, que nous sommes compris que nous appartenons.

Dans ce silence, le sens de la vie n'est pas une question, mais une évidence, une preuve.
C'est quelque chose qu'on respire dans l'air. C'est l'horizon vers lequel la conversation nous appelle.

Ce n'est pas une solution magique. Ça ne réparera rien de nos vies du jour au lendemain.
La pratique est un chemin, un chemin tracé en marchant, un pas à la fois, une conversation à la fois.

C'est un retour aux sources, au foyer, un retour à ce qui a toujours été ainsi, que nous avons su pour toujours, que nous avons connu, mais que nous avons oubliés dans le bruit de la machine… que nous ne sommes que dans relation, que notre humanité n'est pas une propriété privée, mais un espace partagé, que le sens de la vie n'est pas quelque chose que l'on possède, mais quelque chose que l'on crée et que l'on continue de créer en parlant.

En écoutant on y arrive, cela se produit lors de la rencontre vulnérable, imparfaite et profondément sanatrice avec l'autre.

La conversation nous redonne le goût de vivre car nous renvoie à l'autre, en se faisant, elle nous renvoie à nous-mêmes. Non à l'ego gonflé et épuisé de la performance, mais à l'être qui est capable de jouer, d'aimer, de penser et de se taire. L'être qui est capable de contemplation.

La contemplation est la capacité de s'arrêter, de regarder les choses sans finalité utilitaire, de voir la beauté dans l'ordinaire. La conversation est une forme de contemplation mutuelle, c'est s'arrêter et regarder l'autre, non pas comme un objet, un moyen ou un outil, mais comme un mystère.

Un mystère qui nous interpelle et nous met au défi, nous enrichit et, en fin de compte, nous donne une raison de continuer à vivre. C'est une voie lente, de patience, qui nous oblige à désapprendre l'urgence.

Le bon sens est comme un animal timide, ne répond pas à l'appel impatient. Il ne se rapprochera que si nous restons en silence, offrant notre attention ouverte. C'est de cela qu'il s'agit la conversation, un acte de quiétude. C'est une clairière dans la forêt où le sens peut s'il le décide, venir à se montrer.

Il n'y a donc pas pour autant de réponse finale. La conversation n'est pas terminée, ne donne pas du sens en tant qu'objet, mais plutôt comme une possibilité qui se cultive comme un jardin. Elle nous invite à expérimenter la question par les sens, non par l'angoisse de l'isolement, mais par la compagnie de l'autre.

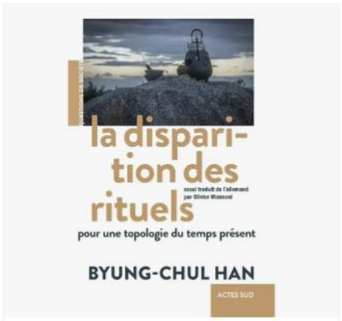
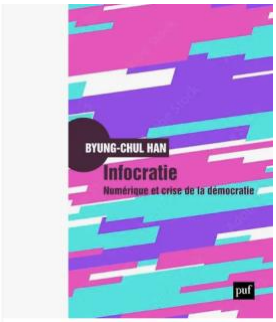
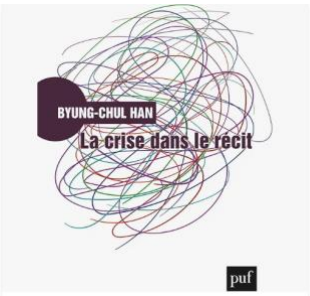
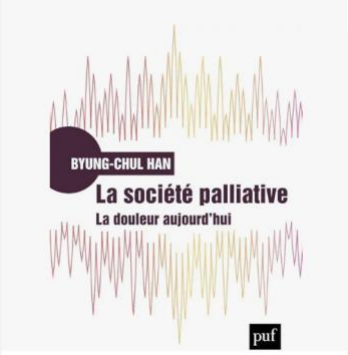
Elle nous enseigne que la vie n'est pas un problème à résoudre, mais une histoire à partager.

Et dans ce cas partager, dans ce tissage de voix, nous trouvons un refuge, un lieu où la fatigue du soi se dissout dans la chaleur du « nous ». Un lieu où le temps cesse d'être un ennemi qui nous poursuit et devient un espace aimable que nous pouvons habiter ensemble. Un lieu où être simplement avec l'autre est en soi le sens de tout.

La tâche est simple bien qu'elle ne soit pas facile. Cela commence par une invitation, commence par l'extinction de l'écran, commence par lever les yeux, cela commence par la question la plus radicale et guérissante de toutes. Comment ça Dis-moi ? Suivie de l'acte le plus révolutionnaire : écouter la réponse, l'écouter vraiment.

Connaitre un auteur

Byung-Chul Han né à Séoul, 1959

Byung-Chul Han, est un philosophe et essayiste sud-coréen installé en Allemagne, devenu l'une des voix les plus influentes de la pensée contemporaine. Il analyse les transformations de nos sociétés : l'hyperperformance, la fatigue sociale, la disparition du récit collectif, l'accélération numérique ou encore la crise du sens.

Ses ouvrages offrent une lecture critique et accessible de notre époque, en révélant les tensions intérieures et les formes subtiles de domination qui traversent nos vies. Sa pensée nourrit aujourd'hui de nombreux débats sur le bien-être, la technologie et la relation à soi et aux autres.