

EDITIONS EMANCIPE

LE GOÛT DES CHOSES ET DES IDÉES

RISQUER SA VIE OU LA VIVRE ?

PERDRE PIED MOMENTANÉMENT
OU SE PERDRE SOI-MÊME...



« On ne pense jamais seulement
avec sa tête. On pense aussi
avec ses mains. »



Chaque année commençait de la même manière. Septembre, son anniversaire et des bougies qui se consomment sur un bon gâteau. Les feuilles encore vertes. Les nouveaux visages. Les mêmes tables, toujours plus burinées par les coups de crayons des élèves. Les mêmes néons. La même odeur de vieux papier et de craie humide qui émanaient de sa salle de cours. Et les mêmes questions. Antoine enseignait la philosophie depuis bientôt vingt-quatre ans. À ses débuts, la rentrée avait pour lui le goût des matins de Noël : une attente fébrile, un mélange d'impatience, de curiosité et d'émerveillement. Un gamin qui guettait l'ouverture des cadeaux au pied du sapin le cœur battant et tout son être habité par la magie de Noël.

Il y a les débuts qu'on choisit. Et puis il y a ceux qui vous tombent dessus sans prévenir, et là on improvise comme on peut. Antoine, lui, avait mûrement décidé. Un matin, il avait rendu son badge à la banque. Quelques poignées de main. Un petit discours. Deux cartons. Une plante verte qu'il n'aimait même pas. Dix ans de carrière rangés dans le coffre de sa voiture.

Quelque temps plus tard, il se retrouvait devant une classe. Vingt-cinq paires d'yeux. Vingt-cinq histoires. Vingt-cinq raisons possibles de se planter. Il avait cru que changer de métier consistait à apprendre autre chose. Il découvrait que c'était aussi désapprendre. Désapprendre les habitudes. Les certitudes. Le confort. L'image qu'on avait de soi. Recommencer depuis zéro: faire table rase. Malgré la peur qui lui serrait parfois le ventre, quelque chose respirait à nouveau en lui. Quelque chose qu'il croyait perdu: l'attente et l'élan.

Il avançait sans savoir exactement où il allait. Certains jours, il se demandait s'il n'avait pas commis la plus grosse erreur de sa vie. D'autres jours, une question d'élève, un regard qui s'éclaire, une discussion qui déborde du cours suffisaient à lui rappeler pourquoi il était là. Alors il continuait. Un pas après l'autre. A son rythme. Avec un mantra qu'il avait griffonné dans un carnet. "L'important, c'est d'y aller. Le secret: l'action, le mouvement. Même si les débuts peuvent prendre du temps. Ne renoncez jamais à un rêve juste à cause du temps qu'il faudra pour l'accomplir. Le temps passera de toute façon." Earl Nightingale, un auteur américain, qu'il avait choppé dans un bouquin. Lequel ? Il ne s'en rappelait plus. Il en avait bouffé des livres avant de poser son choix de renouveau.

Ca, c'était hier. Et aujourd'hui, il l'attendait avec une certaine fatigue, cette rentrée. Assis derrière son bureau, il observait les étudiants entrer dans l'auditoire. Chaque année, ils semblaient un peu plus jeunes. Chaque année, ils semblaient avoir lu un peu moins. Chaque année, ils semblaient réfléchir un peu moins longtemps avant de parler.

Il ne leur en voulait pas. Ils étaient nés dans un autre monde. Un monde de notifications. De vidéos courtes. De réponses immédiates. Un monde où l'on pouvait obtenir un résumé d'un livre sans l'avoir ouvert. Une dissertation sans l'avoir pensée. Une opinion sans l'avoir construite. Parfois Antoine avait l'impression de courir dans une roue. Comme un hamster. Il expliquait Platon. Puis Aristote. Puis Descartes. Puis Hannah Arendt. L'année suivante, il recommençait. Encore. Encore. Encore. Les visages changeaient. Les questions se ressemblaient. Et lui, il vieillissait.

Ce qui l'avait véritablement déstabilisé était arrivé un mardi soir. Par curiosité, ou par inquiétude, il ne savait plus, il avait ouvert une intelligence artificielle. Puis il avait écrit : « Rédige un essai philosophique sur la notion de courage chez Aristote et son actualité contemporaine. » Quelques secondes de réflexion, mise à jour de la mémoire. Puis le texte était apparu. Clair. Structuré. Élégant. Presque brillant. Antoine avait relu le texte deux fois. Puis trois. Et un "Putain de merde, c'est bien chiadé" était sorti de sa bouche. Une sensation étrange s'était alors installée. Quelque chose entre l'admiration et le vertige. Pendant plusieurs semaines, il avait testé. Encore, et encore. La machine écrivait vite. Très vite. Trop vite. Parfois mieux que certains collègues. Parfois mieux que lui. Elle réfléchissait vite, trop vite. Elle faisait des liens vite, très vite...

Un autre soir, devant son ordinateur éteint, il avait murmuré :

— À quoi bon ?

La phrase était sortie toute seule. À quoi bon passer six mois sur un essai ? À quoi bon chercher une formulation juste ? À quoi bon écrire ? Pour la première fois de sa vie, il avait envisagé de ne plus publier.

Les jours passaient et nous étions un samedi. Claire, sa psy, l'écoutait depuis quarante minutes. Son cabinet donnait sur un petit jardin. Une mésange, en tout cas un moineau, Antoine n'avait jamais été doué avec les animaux, sautillait sur une branche. Antoine observait mélancoliquement le piaf.

— Vous avez l'air triste.

— Un peu, oui. Je crois que je suis devenu inutile.

— C'est une conclusion ou une émotion ?

— Une émotion.

— Alors restons-en là pour le moment.

Il sourit. Claire avait cette façon agaçante de remettre les choses à leur place.

— Expliquez-moi.

— L'intelligence artificielle écrit plus vite que moi.

— Oui.

— Parfois mieux.

— Peut-être.

— Donc à quoi sert encore ce que je fais ?

Claire resta silencieuse. Puis demanda :

— Pourquoi avez-vous commencé à écrire ? Vos essais.

La question le surprit.

— Je ne sais pas.

— Essayez.

Il réfléchit. Longtemps, très longtemps.

— Pour rendre mes idées réelles. Les confronter à la réalité. Les diffuser, les partager, les discuter.

— Réelles ?

— Oui.

— J'ai toujours eu besoin que les choses existent quelque part. Dans un livre. Dans une page. Dans un carnet. Dans quelque chose que l'on peut toucher. De palpable.

Claire acquiesça.

— Vous aimez matérialiser les choses.

Le mot resta suspendu dans l'air. Matérialiser. Oui, c'était exactement cela.

— Qu'aimez-vous faire d'autre ?

— Cuisiner.

La réponse arriva immédiatement. Et Claire sourit.

— Voilà qui est intéressant.

— Pourquoi ?

— Parce qu'on ne cuisine pas avec des idées.

Antoine rit.

— Avec un peu d'idées, un peu d'improvisation et beaucoup avec des mains.

Elle poursuivit :

— Quand avez-vous cuisiné pour la dernière fois ?

— Hier.

— Et comment vous êtes-vous senti ?

Il réfléchit.

— Présent. Vraiment présent. Parce qu'une soupe brûle si on ne la regarde pas. Parce qu'une pâte doit être touchée. Parce qu'il y a une odeur. Une texture. Une matière.

Claire l'écouta, vraiment. Elle l'écouta, lui semblait-il, au-delà de ses mots.

— L'IA peut-elle cuisiner pour vous ? A votre place

— Non, pas que je sache.

— Peut-elle sentir un oignon revenir dans le beurre ?

— Non.

— Peut-elle partager un repas ?

— Si c'était le cas, ce serait bien triste.

Antoine sentit quelque chose bouger en lui. Comme une pièce de puzzle égarée qui retrouvait sa place. Claire revint ensuite sur un sujet qu'ils avaient déjà abordé: le risque.

— Vous avez consacré un livre entier au courage. Avec cette belle citation d'Anaïs Nin en ouverture: "La vie rétrécit ou s'élargit à la mesure de notre courage."

— Effectivement.

— Et j'avais noté quelques passages, que j'avais trouvé inspirant: "L'amour du risque relève de la témérité, de la recherche de sensations fortes ou de la mise en danger. L'amour du risque, c'est une manière de flirter avec le vide pour se sentir vivant. Au fond, aimer le risque pour lui-même, est-ce encore aimer la vie ? Quand on aime profondément la vie, on cherche plutôt à la préserver. À en prendre soin. L'intelligence humaine sert d'ailleurs à cela : anticiper, mesurer, réduire les dangers." Et plus loin, vous avez écrit: "Le piège ? À force de vouloir tout sécuriser, nous finissons parfois par ne plus rien tenter. Plus de mouvement. Plus d'élan. Plus vraiment de vie. Le risque zéro est une illusion souvent mortifère. Il existe pourtant une autre voie : le sens du risque. Une posture qui demande à la fois du courage et de la réflexion. L'art de s'engager lucidement dans l'incertain. Le véritable sens du risque, c'est ce qui reste une fois qu'on a tout fait pour réduire le danger. Observer la situation, anticiper, évaluer, limiter les risques au maximum puis choisir malgré tout d'avancer, en conscience. Accepter qu'aucune vie ne se vit sans une part d'inconnu."

— Je suis impressionnée. Vous avez bien bossé le sujet.

— Merci. Je termine. Aristote disait, selon vous, que le courage est un juste milieu entre la lâcheté et la témérité. Trop de risque : la tête brûlée. Pas assez : la paralysie. Entre les deux ? Le courage lucide. Et maintenant, ma question: Quel est le risque aujourd'hui ?

Antoine haussa les épaules.

– Continuer à écrire.

– Vraiment ?

– Oui.

– Parce que je sais que je serai comparé à des machines.

Claire secoua doucement la tête.

– Je ne crois pas.

– Non ?

– Je pense que votre vrai risque est ailleurs.

Elle marqua une pause.

– Votre risque est de rester exactement là où vous êtes.

La phrase le traversa.

– Expliquez-moi.

– Vous continuez à enseigner de la même manière. À écrire de la même manière. À chercher du sens au même endroit. Peut-être que le problème n'est pas l'IA. Peut-être que le problème est que vous essayez encore de produire ce qu'elle produit déjà très bien.

Le silence s'installa. Puis Claire ajouta :

– Qu'est-ce que vous seul pouvez apporter ?

Antoine ne répondit pas. Toutefois, une image venait de lui apparaître. Une grande table. Des assiettes. Des gens. Des conversations. Et une odeur de pain chaud.



L'idée lui vint un dimanche matin. En coupant des tomates. Aussi simplement que cela. Pourquoi séparer ce qu'il aimait ? Pourquoi opposer la pensée et la cuisine ? Après tout, les philosophes grecs discutaient autour des repas. Montaigne parlait du goût. Épicure cultivait son jardin. Et les plus grandes conversations (et engueulades) naissent souvent autour d'une table. Quelques semaines plus tard, une affiche apparut dans la vitrine d'une petite librairie.

Cuisine & Philosophie: Penser avec les mains. Réfléchir à feu doux. Méditer, cuisiner, partager.

Premier atelier : La patience, ça se mijote. Apprendre à attendre, à feu doux. Risotto aux champignons et discussion philosophique sur le temps.

Deuxième atelier : Des idées à pétrir et l'incertitude. Pain au levain et réflexion sur le risque.



Antoine n'attendait pas grand monde, pas encore certain de la pertinence de son concept. Toujours en proie au doute, avec une litanie de "Et si" qui tournait en boucle dans sa petite tête: "Et si ce que je proposais n'intéressait que moi ? Et si personne n'avait envie de ce que j'avais à offrir ? Et si je me trompais complètement ? Et si cette idée n'était pas aussi bonne que je le crois ? Et si ce n'était qu'une lubie passagère ? Et si je confondais envie et véritable projet ? Et si personne n'avait besoin de ce que j'avais à offrir ?" Finalement, vingt personnes s'inscrivirent.



Un soir d'automne, après un atelier consacré à la décision, Antoine resta seul dans la cuisine. Les participants venaient de partir.

Quelques verres traînaient encore sur la table. Une odeur de tarte aux pommes flottait dans l'air. Sur le tableau noir, quelqu'un avait écrit :

"Merci pour cette délicieuse soirée. Entre les assiettes et les conversations, il y avait de quoi nourrir tout un être. Mon estomac s'est régalé ; mes pensées aussi."

Antoine sourit. Il repensa à ses étudiants. À ses livres. À ses années de doute. À l'intelligence artificielle. Elle continuait d'écrire. Mieux parfois. Plus vite souvent. Mais elle ne pouvait pas pétrir une pâte. Elle ne pouvait pas hésiter devant une recette de grand-mère. Elle ne pouvait pas sentir le parfum du thym. Elle ne pouvait pas regarder quelqu'un comprendre soudain une idée en découpant une carotte. Elle ne pouvait pas partager un repas. Et surtout. Elle ne pouvait pas aimer le faire. Antoine éteignit les lumières. Puis resta quelques secondes dans la pénombre. Le sens n'avait pas disparu. Il avait simplement changé de pièce. Et pour la première fois depuis longtemps, il eut l'impression de ne plus courir dans une roue.

Devant lui, il n'y avait plus un hamster qui tourne inexorablement dans sa roue, sans sens et sans envie, sans saveur. Il y avait un chemin. Et il sentait étonnamment bon le pain chaud (au levain, bien entendu).

"La sédimentation de nos vies s'opère sous l'effet de la répétition. Dans cette identité plate, sans variation, on n'est pas plus que la copie prévisible de soi-même. Il y a donc à la fois une force et une nécessité de l'imprévu: il nous secoue, nous oblige à nous renouveler. La force d'invention est sollicitée en nous. Réagir et se redéfinir, dans cet ajustement à l'événement. Face à l'inédit, on se découvre autre, doté de ressources insoupçonnées ou traversé de désirs inassouvis. L'imprévu, nous dit Jankélévitch, est une invitation à aller toujours plus loin, au-delà de nous-mêmes."

Sans doute ne saisit-on jamais le tout début, "le branle imperceptible de la première initiative" (Vladimir Jankélévitch, philosophe). "Un murmure intérieur mime la décision à venir, une étincelle ou un coup de cœur décide avant nous, en deçà de nous, d'une décision confuse qui chemine déjà vers la clarté du jour où bientôt elle osera se dire et s'articuler au réel."

Claire Marin

Il était une fois...
Nos sources

**Livre de Nancy Huston,
“Dolce Agonia”**

+

**Livre de Claire Marin:
“Les débuts: Par où recommencer ?”**

+

**Une édition de notre
Gazette des toilettes**

Risquer sa vie ou la vivre ?

**L'amour du risque flirte avec la mort. Le sens du risque choisit la vie,
les yeux grands ouverts sur l'incertain.**

Pause Intérieure

Ici, la pensée chemine, même quand l'on reste immobile. On y vient pour une pause, on repart inspiré. Des lectures courtes pour faire voyager l'esprit, même assis.

Bruxelles

Juin 2026

**RISQUER SA VIE OU LA VIVRE ?
L'AMOUR DU RISQUE FLIRTE AVEC LA MORT. LE SENS DU RISQUE CHOISIT LA VIE,
LES YEUX GRANDS OUVERTS SUR L'INCERTAIN.**

L'amour du risque

L'amour du risque relève de la témérité, de la recherche de sensations fortes ou de la mise en danger. L'amour du risque, c'est une manière de flirter avec le vide pour se sentir vivant. Au fond, **aimer le risque pour lui-même, est-ce encore aimer la vie ?** Quand on aime profondément la vie, on cherche plutôt à la préserver. À en prendre soin. L'intelligence humaine sert d'ailleurs à cela : **anticiper, mesurer, réduire les dangers.**

Le sens du risque

Le piège ? À force de vouloir tout sécuriser, nous finissons parfois par ne plus rien tenter. Plus de mouvement. Plus d'élan. Plus vraiment de vie. Le risque zéro est une illusion souvent mortifère. Il existe pourtant une autre voie : **le sens du risque.** **Une posture qui demande à la fois du courage et de la réflexion.** L'art de **s'engager lucidement dans l'incertain.** Le véritable sens du risque, c'est ce qui reste une fois qu'on a tout fait pour réduire le danger. Observer la situation, anticiper, évaluer, limiter les risques au maximum puis choisir malgré tout d'avancer, en conscience. **Accepter qu'aucune vie ne se vit sans une part d'inconnu.**

Le courage n'est pas l'absence de peur

Aristote disait que **le courage est un juste milieu entre la lâcheté et la témérité.** Trop de risque : la tête brûlée. Pas assez : la paralysie. Entre les deux ? Le courage lucide.



Celui qui observe la réalité. Qui prépare. Qui réduit ce qui peut l'être. Et qui accepte malgré tout qu'une part d'incertitude restera toujours là. **Vivre, c'est aussi cela : avancer sans garantie totale.**

Sauter non pas dans le vide, mais dans l'incertain

Le sens du risque c'est accepter de ne pas tout contrôler. Changer de métier. Aimer quelqu'un. Créer un projet. Dire non. Prendre la parole. Quitter une situation devenue trop étroite. **À chaque fois, il reste une part inconnue.** *"Je ne saute pas dans le vide. Je saute dans l'incertain."* Une définition du courage moderne: **ne pas supprimer le risque et apprendre à vivre avec celui qui reste.**

“LA VIE RÉTRÉCIT OU S'ÉLARGIT
À LA MESURE DE NOTRE COURAGE.”

ANAÏS NIN

EMANCÍPE
DU JE AU NOUS

LE GOÛT DES CHOSES ET DES IDÉES

Ouvrage réalisé le 22 juin 2026

Emancipe

52 Rue Luther, 1000 Bruxelles

www.emancipe.be

info@emancipe.be

Éditée au format numérique

*Le goût des choses
et des idées*

**ON NE PENSE JAMAIS
SEULEMENT AVEC SA TÊTE.
ON PENSE AUSSI AVEC SES
MAINS.**

**"Oser, c'est perdre pied momentanément.
Ne pas oser, c'est se perdre soi-même,"**
Søren Kierkegaard

Antoine enseigne la philosophie depuis vingt-quatre ans. Jadis, chaque rentrée avait le goût des commencements. Aujourd'hui, il voit défiler des étudiants qui lisent moins, réfléchissent moins et vivent dans un monde où une intelligence artificielle peut rédiger un essai en quelques secondes. Peu à peu, une question s'impose : à quoi bon continuer ?

Entre les séances chez sa psy, les souvenirs de sa reconversion et ses réflexions sur le courage, Antoine découvre que le sens ne se trouve peut-être plus là où il le cherchait. Et si penser ne consistait pas seulement à écrire ? Et si certaines idées avaient besoin d'être pétries, mijotées ou partagées autour d'une table ?

L'intelligence artificielle continuait d'écrire. Plus vite. Parfois mieux. Tant mieux pour elle, au fond. Et malheureusement pour elle ne pouvait pas sentir le parfum du thym. Elle ne pouvait pas rater une pâte à pain au levain. Elle ne pouvait pas hésiter avant de changer de vie. Elle ne pouvait pas partager un repas. Et surtout. Elle ne pouvait pas aimer le faire. Antoine comprit alors quelque chose de simple. Le sens n'avait pas disparu. Il avait simplement changé de pièce. Du bureau à la cuisine



Emancipe

Emancipe est un centre de formation et d'accompagnement d'équipes. Depuis plus de 70 ans, nous accompagnons des professionnels qui ont choisi de mettre leur engagement au service des autres.

