

MODES DE VIE

# La philosophie au comptoir

🕒 12 min • ● AUDREY PARMENTIER



**EVA GUERDA** 42 ANS, PROFESSEURE D'ANGLAIS, PARIS (75) « Je remercie mon ex-compagnon de m'avoir ramenée à cette passion ! » **VERONIQUE BESNARD POUR LA VIE**

**Ils lisent Montaigne après une rupture, reprennent la fac à plus de 40 ans ou débattent de barbarie dans un café bordelais... Longtemps jugée austère, la philosophie prend une place inattendue dans leur vie quotidienne, comme une bouée dans une actualité anxiogène.**

**D**es chaises sont disposées en cercle dans un bistrot bordelais. Employés de banque, ingénieurs ou retraités, une vingtaine d'habitues, chaque samedi, se tiennent face à face. Au centre, Bernard Cretin, 71 ans, est animateur du café philo depuis 2021 : « *J'endosse volontiers le rôle de Socrate ici. L'objectif est de pouvoir s'interroger sur soi-même dans un cadre sécurisé.* » Les participants ont approuvé le thème du jour : « *La pensée peut-elle nous sauver de la barbarie ?* » Chez Alicia, 34 ans, la réponse fuse : « *Oui, évidemment !* » Mais, au fil de la discussion, sa certitude vacille. Sa main se lève, hésite, retombe. « *En fait, le mot "barbare" vient du grec barbaros, qui signifie "étranger". Ce que l'on rejette, c'est ce que l'on ne connaît pas. Or la pensée nous rapproche finalement de la barbarie.* » Cette cadre de santé rayonne en partant : « *J'adore changer d'avis !* »

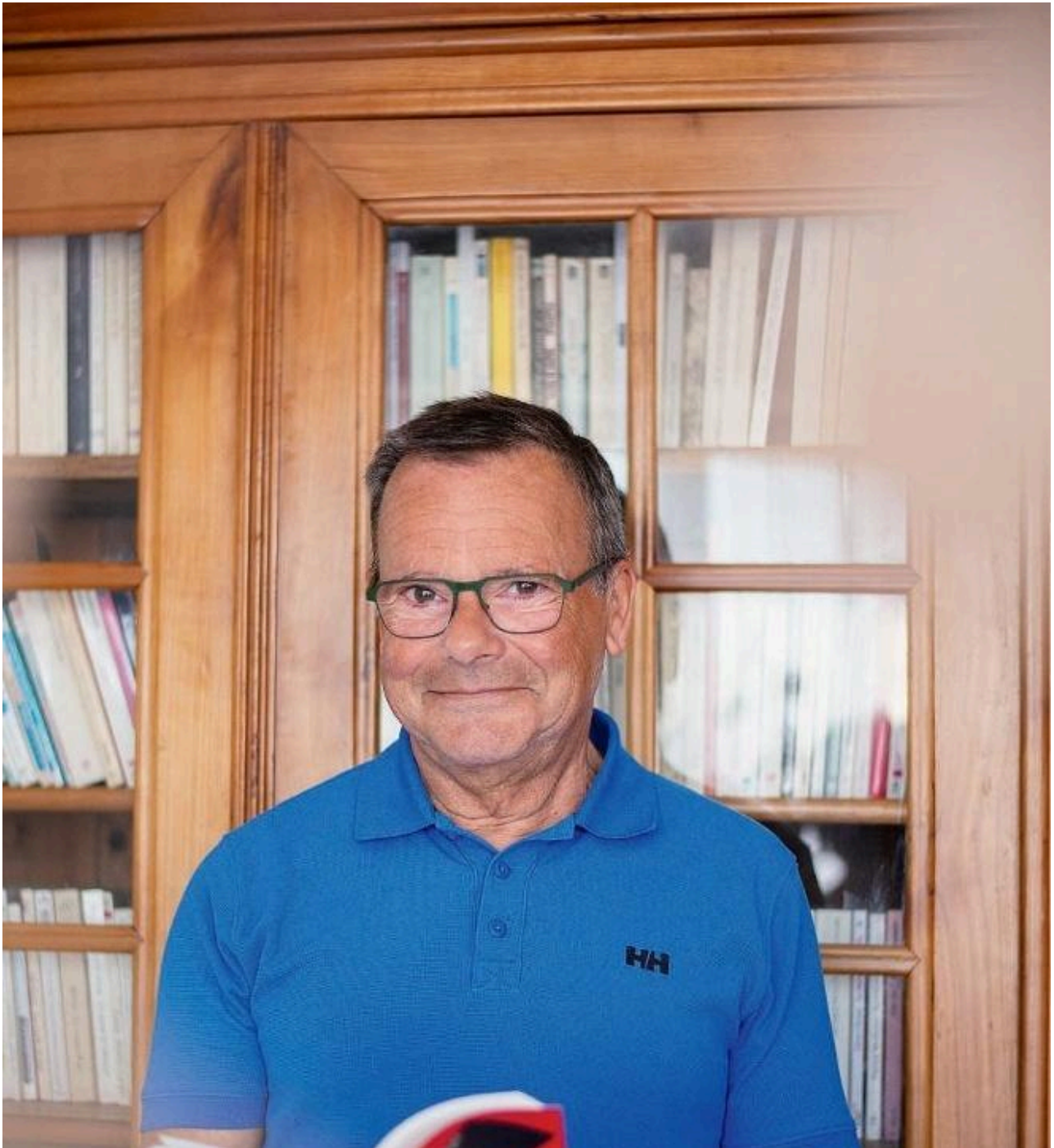
Les cafés philo, popularisés en France dès 1992, lorsque Marc Sautet lance le premier au Café des phares, à Paris (IV<sup>e</sup>), ont contribué à redonner de la visibilité à une matière longtemps jugée austère. « *Quand j'ai commencé, j'avais l'impression de défendre une discipline ancienne qui n'intéressait pas grand monde* », soutient le philosophe Roger-Pol Droit, auteur de *101 expériences de philosophie quotidienne* (Odile Jacob, 2001). Émissions, collections accessibles et surtout formats audio ont contribué à la remettre en circulation. Dans les rayons de la librairie philosophique Vrin, à Paris (V<sup>e</sup>), ce frémissement se ressent également. « *Nous avons un public de plus en plus diversifié, qui veut se replonger dans des ouvrages de référence — Aristote, Kant, Nietzsche — pour éclairer l'actualité ou des sujets contemporains* », observe Nathalie Collin, sa responsable.

## « Pas besoin d'avoir des citations en tête : il faut surtout aimer dialoguer en profondeur. » ALICIA, CADRE DE SANTÉ ET MEMBRE D'UN CAFÉ PHILO

### AMOUR DE LA CONVERSATION

Aucun livre de Socrate ou des grands noms de la pensée sur la table de chevet d'Alicia. Son attrait pour les cafés philo tient d'abord à son amour de la conversation. « *J'avais peur que ce soit trop intellectuel. En réalité, pas besoin d'avoir des citations en tête : il faut surtout aimer dialoguer en profondeur. Et c'était ce que je cherchais.* » Autour d'un verre, elle en avait assez de se heurter aux yeux ronds de ses amis quand elle lançait « *L'amour est-il un choix subi ?* » au milieu d'une conversation anodine. « *On va croire que je suis trop intense, mais le small talk (conversation légère, anodine, ndlr) m'ennuie !* », s'agace-t-elle. Un goût du débat hérité de son père, décédé en 2020. Après le dîner, ils avaient l'habitude de refaire le monde, sur le canapé du salon, sur le stoïcisme ou la religion. « *Parfois il me parlait en latin, je ne comprenais rien !* », dit-elle en riant.

Selon Roger-Pol Droit, l'incertitude concernant l'avenir, la fragilisation des repères et la montée des solitudes contemporaines poussent à chercher des « outils » pour comprendre ce qui nous arrive. Et ces références peuvent faire office de béquille. Chez Eva, la philosophie resurgit à 42 ans, lors d'une rupture amoureuse. Nous sommes en 2022. Professeure d'anglais à Paris, elle passe ses journées à pleurer au bois du Boulogne, près de chez elle. « *C'était une douleur terrible à l'âme, et je ne voyais aucune solution* », se souvient-elle. Une nuit, elle fait un rêve avec Michel de Montaigne et Étienne de La Boétie, dont l'amitié fit dire au premier : « *Parce que c'était lui, parce que c'était moi.* » Au réveil, elle attrape dans sa bibliothèque — vestige de sa licence de philosophie abandonnée à 20 ans — « De l'amitié », un chapitre des *Essais*, de Montaigne.



**MARCEL FAYET** 68 ANS, RETRAITÉ, COLLONGES-AU-MONT-D'OR (69) « La philosophie m'a appris la nuance et la compréhension de l'autre. » **CLAIRE GAILLARD POUR LA VIE**

## **MONTAIGNE COMME REFUGE**

Le récit du deuil traversé par le théoricien du XVI<sup>e</sup> siècle après la mort, à 32 ans, de son ami La Boétie, en 10 jours, la reconforte. « *C'était magique. Montaigne me permettait de prendre conscience que s'il était possible d'aimer la vie avec une telle perte et au milieu de six guerres de religion, je pouvais y parvenir dans mes conditions privilégiées* », explique-t-elle. Peu à peu, Eva cesse

d'assimiler sa rupture à un drame insurmontable : c'est une expérience parmi d'autres. Naît alors l'envie de lire l'intégralité des *Essais*, qu'elle écoute en version audio, lus par Michel Piccoli. Cette année, elle s'est même présentée à l'agrégation de philosophie lorsque Montaigne était au programme et a lancé sa chaîne YouTube, À l'école de Montaigne et La Boétie : « *Je remercie mon ex-compagnon de m'avoir ramenée à cette passion !* »

De son côté, Marie, 20 ans, parvient à s'apaiser avec la philosophie. « *Je suis diagnostiquée d'une anxiété généralisée avec des Toc (troubles obsessionnels compulsifs, ndlr) sévères ; ça m'a permis de canaliser mes émotions* », confie-t-elle. Il y a huit mois, son psychiatre lui conseille *Et Nietzsche a pleuré*, d'Irvin Yalom (Galaade, 2007). L'ouvrage imagine une conversation entre Friedrich Nietzsche et le médecin Josef Breuer autour des grandes réflexions existentielles. Le penseur allemand apparaît en crise personnelle, fragilisé par sa relation orageuse avec Lou Andreas-Salomé, intellectuelle russe. Au début, Marie grimace : elle n'a pas ouvert un livre depuis le lycée et manque de temps entre son travail au fast-food et sa passion pour la musique. Mais, contre toute attente, elle accroche. La lecture l'aide à sortir de ses idées en boucle et à se recentrer sur des choses concrètes : « *Ça a changé mon quotidien !* »

## **UNE FORME D'AUXILIAIRE DE VIE**

Pour Marianne Chaillan, professeure dans un lycée de Marseille, la philosophie n'est pas d'abord un savoir théorique, mais une forme d'auxiliaire de vie : « *Quand Lucrece découvre Épicure, il le qualifie de sauveur. Il estime que sa pensée peut aider les gens à vivre.* » Selon l'autrice de *Survivre. La philosophie peut-elle nous aider à surmonter la perte ?* (l'Observatoire, 2026), la discipline s'est cependant technicisée au fil des siècles, au point de donner l'impression d'une discipline-forteresse. « *Or tout le monde aspire à réfléchir, en se posant sans le savoir des questions philosophiques. Souvent, si on la rejette, c'est parce qu'on s'en sent exclus* ».

À l'université Paris-Nanterre, une centaine d'adultes par promotion sont inscrits à un enseignement à distance (EAD) de philosophie. *« Les effectifs ont augmenté depuis une dizaine d'années. Beaucoup s'interrogent sur leur parcours personnel ou souhaitent réfléchir sur des inquiétudes contemporaines »*, atteste Denis Bonnay, responsable du parcours EAD en master. Parmi eux, Nicolas, 46 ans, scientifique de formation. En terminale, il se souvient être resté *« perdu devant sa page blanche »*. Il redécouvre aujourd'hui la dissertation comme un moyen de structurer sa pensée. *« S'approprier une thèse pour pouvoir s'y opposer, c'est ce qui permet de faire évoluer ses propres points de vue »*, avance cet étudiant en M1.

Le soir, une fois ses trois enfants couchés, Nicolas annote ses cours, surligneur à la main, photocopiés éparpillés sur le lit.

## **DES ARMES NOUVELLES**

S'il a franchi le pas en 2022, c'est en partie grâce aux podcasts du philosophe et polémiste Michel Onfray à l'Université populaire de Caen (que celui-ci a quitté en 2018). *« J'aimais son projet de contre-histoire de la philosophie, différente de celle que l'on a apprise à l'école. Ça légitimait mes questions, même celles d'un novice »*, s'enthousiasme le Parisien. Ces formats audio contribuent à faire circuler cette pratique sous une forme plus vivante. *« C'est important que chacun ait droit à une philosophie rigoureuse et sérieuse. J'essaye de la rendre accessible en respectant trois exigences : accepter de ne pas comprendre, éclaircir et en donner le goût »*, estime Laurence Devillairs, philosophe et chroniqueuse du *Fil philo*, sur France Culture (200000 écoutes mensuelles). Un auditeur lui a écrit : *« J'avançais à l'aveuglette et on a allumé la lumière. »*

Marcel, 68 ans, autodidacte, entrevoit, lui, dans les concepts d'un autre siècle des armes nouvelles. À l'époque, pas de podcasts pour lui mettre le pied à l'étrier. Dans les années 1990, le Toulousain travaille de nuit dans un centre de tri de la Poste. Les camions y arrivent par vagues. Marcel en décharge des bacs

et les oriente vers les tapis roulants. C'est dans le bruit des machines que l'un de ses collègues lui conseille la lecture du *Travailleur*, d'Ernst Jünger (1932). L'essai dresse le portrait de l'homme moderne, écrasé par sa fonction et pris dans un système dominé par la technique. « *Ça a été un choc, car ça faisait écho à notre quotidien. Il nous manquait des outils pour penser ce que l'on vivait. J'ai compris l'importance des idées* », raconte le syndicaliste. Il lit le soir, en rentrant chez lui, dictionnaire ouvert à ses côtés. « *Il fallait réapprendre à se concentrer* », admet celui qui a arrêté sa scolarité après le brevet des collèges. Au même moment, sa vie personnelle se disloque. Son épouse le quitte, le laissant seul avec deux enfants. « *La philosophie m'a appris la nuance et la compréhension de l'autre.* » Ancien militant maoïste puis marxiste léniniste, il prend ses distances avec l'engagement politique, qu'il considère désormais comme un « *perpétuel affrontement* », et s'oriente vers le travail associatif de quartier : soutien scolaire et insertion de personnes en difficulté. Désormais retraité, il évite les cafés philo « *où trop de gens se prennent au sérieux* », mais anime le blog Philomanie, en ligne depuis le mois de janvier 2026.

Mais la philosophie peut aussi décevoir. Professeure sur la plateforme Superprof, Raphaëlle Mira est régulièrement sollicitée par des seniors désireux de faire le bilan de leur existence. Mais « *il arrive que certains réclament des réponses claires sur la mort ou l'inconscient. Si la matière permet de clarifier les pensées, elle n'a rien d'une potion magique* ». Une confusion liée, d'après Marianne Chaillan, à la proximité apparente avec le développement personnel, « *qui vend du rêve et des recettes valables pour tous, en oubliant les singularités. La philosophie, elle, ne formule pas de fausses promesses* ». Enfin, Alicia regrette une discipline très masculine : « *Je ne peux pas vous citer cinq femmes philosophes. Pourtant, au café philo, c'est presque la parité — du moins on essaye...* » Les visages se diversifient, mais les références, elles, suivent avec un temps de retard.

*POUR ALLER PLUS LOIN*

## Quelques bons podcasts

**AVEC PHILOSOPHIE**, sur France Culture. Parmi les formats qui participent au retour de la philosophie dans l'espace public, ce podcast fait figure de référence. Animé par Géraldine Muhlmann et diffusé du lundi au jeudi, il s'organise chaque semaine autour d'un thème unique décliné en quatre épisodes, chacun proposant une entrée différente, avec des invités. Exemple avec la série : « Stoïcisme, un idéal de maîtrise ? », qui mobilise une constellation de concepts et de références à l'histoire des idées. Ce podcast suppose, néanmoins, une certaine familiarité avec la discipline, voire un bagage scolaire ou universitaire.

**UNE PHILOSOPHIE**, de Charles Pépin. Ce podcast s'inscrit davantage dans le quotidien. Chaque épisode part d'une question ancrée dans la vie de tous les jours - « Peut-on encore se parler ? », « Faut-il faire des concessions ? » -, pour ouvrir vers une réflexion plus large. Avec un ton vivant et des mots simples, il cherche à remettre la pensée en mouvement, le temps d'un trajet en métro.

**PHILOSOPHY IS SEXY**, de Marie Robert. Dans une tonalité plus intime, ce podcast adopte un autre registre. Marie Robert met en scène des idées, crée des images et lit des extraits de textes dans une ambiance apaisante. Par exemple, dans l'épisode sur les retrouvailles, elle cite la pensée d'Henri Bergson et rappelle que le passé ne disparaît pas mais se conserve. Les notions abstraites deviennent expérience sensible, presque émotionnelle. La philosophie se transforme en un outil de compréhension de soi et des autres, accessible même aux débutants.

**LE FIL PHILO**, sur France Culture. Enfin, cette émission se consomme le temps d'un café. En trois minutes, elle s'adresse directement à

l'auditeur pour éclairer une notion : apprendre à ne rien faire avec Jean-Jacques Rousseau ou cesser de se mentir à soi-même avec saint Augustin. Le format est bref et didactique : une idée, une explication limpide, souvent accompagnée d'exemples et de repères historiques. Une dose de pensée, efficace sans être simplifiée, idéale pour une entrée en matière.