

Déliés

De la même auteure

Les Inamovibles de la République. Vous ne les verrez jamais, mais ils gouvernent, Éditions de l'Aube, 2020.

Être vieux : relégation ou solidarité ?, avec Daniel Perron, Éditions de l'Aube, 2021.

Le Populisme au secours de la démocratie ?, Gallimard, 2021.

On a les politiques qu'on mérite, Fayard, 2022.

On aura tout essayé..., Fayard, 2023.

Quand il aura vingt ans. À tous ceux qui éteignent les Lumières, Fayard, 2024.

La Broyeuse. Chronique d'une décomposition médiatique annoncée, Éditions de l'Observatoire, 2025.

Désalignée, Éditions de l'Observatoire, 2025.

Chloé Morin

Déliés

L'ÉDITIONS DE
OBSERVATOIRE

Ce livre ne peut être reproduit ni utilisé à des fins d'entraînement de systèmes d'intelligence artificielle. La fouille de textes et de données est interdite conformément à l'article 4(3) de la directive (UE) 2019/790

ISBN : 979-10-329-3796-9

Dépôt légal : 2026, septembre

© Éditions de l'Observatoire/Terre Neuve Éditeurs, 2026
7-11, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Buffon, 75015 Paris

*Rien ne manque en apparence,
et c'est peut-être pour cela que plus rien ne commence.*

*On ne souffre pas du vide.
On souffre de ne plus pouvoir manquer.*

Introduction

L'occupation du possible

Il y a un appartement, quelque part. Il peut être à Paris, à San Francisco, à Séoul ou Moscou. Il est propre. Chauffé. Les meubles sont là : un canapé, une table, un lit qui s'ouvre et une armoire dans un coin. L'éclairage est doux. Tout est fonctionnel. Rien ne manque.

Et pourtant, on ne peut pas l'habiter.

Le lieu n'a rien d'hostile. Il est au contraire trop accueillant, trop conforme à ce qu'on attend d'un lieu de vie. Trop prérempli. Les meubles sont ceux que n'importe qui aurait choisis. Les murs portent la couleur qu'un algorithme a jugée apaisante. Le lit est orienté comme le conseille une application de sommeil. Chaque objet occupe sa place avec une évidence tranquille. L'ensemble ressemble à un logement, comme une photographie de famille ressemble à une famille. C'est-à-dire parfaitement. C'est-à-dire pas du tout.

Vous la reconnaissez, peut-être. Pas la pièce. La sensation que tout est arrivé avant vous. Et que vous n'avez rien décidé.

Quelqu'un vit là. Il a emménagé il y a six mois, deux ans ou cinq ou dix. Il ne saurait dire exactement quand l'espace a cessé de lui appartenir. Parce qu'il ne lui a peut-être jamais appartenu. On lui a livré un intérieur

complet, une vie prête à habiter, avec tous les modes d'emploi requis. Et il l'habite. Il y dort, y mange et y travaille sur un écran qui lui parle. Il s'y occupe. Et cette occupation, ce remplissage continu du temps et de l'attention, est ce qui l'empêche de faire de ce lieu un endroit à lui.

*

On a beaucoup décrit la solitude en partant de l'individu pour remonter ensuite aux causes structurelles. Houellebecq a très bien décrit l'homme seul dans son appartement. Les épidémiologistes comptent les isolés. Les rapports officiels remontent du symptôme au marché¹. Ce livre fait le chemin inverse : il part du régime, la mécanique qui produit de la séparation, et redescend vers ce qu'il fait au désir, au couple, au langage et à notre vie commune.

Ce régime n'atteint pas seulement la capacité d'aimer. Il atteint aussi la capacité, plus ancienne, de rester dans une présence qui ne nous obéit pas. Un livre. Un autre. Les deux gestes reculent ensemble.

1. Depuis *Extension du domaine de la lutte* (1994) jusqu'à *Sérotonine* (2019), Houellebecq propose une thèse cohérente sur la production structurelle de la séparation par le libéralisme – une théorie de l'échec érotique comme défaite dans un marché de la désirabilité. Ce livre analyse un mécanisme différent : non pas l'inégalité d'accès au lien, mais l'occupation de l'espace intérieur où le désir pourrait se former avant qu'il n'ait cherché un objet. L'homme du chapitre 6 ne perd pas son érection parce qu'il est exclu d'un marché ; il la perd parce que son intériorité a été colonisée par le regard. Ce ne sont pas deux descriptions du même phénomène.

Introduction

Ce livre parle d'autre chose que de solitude. En tout cas, il n'en parle pas au sens où on l'entend d'ordinaire : la solitude comme blessure, comme absence douloureuse d'un autre qui devrait être là et qui n'y est pas. Cette solitude-là a été décrite. Elle a ses poètes, ses cliniciens et ses ministres. Le Royaume-Uni a nommé un ministre de la Solitude. Les États-Unis ont un Surgeon General qui publie des rapports alarmants¹. L'Organisation mondiale de la santé parle d'épidémie. On ne manque pas de diagnostics.

Les concepts ne manquent pas non plus. L'anomie de Durkheim, l'aliénation de Marx, le déracinement de Weil, la désolation d'Arendt, la société liquide de Bauman². Chacun a saisi un pan. Mais nous peinons encore à saisir l'ensemble – l'opération unique qui va de la chambre à coucher au régime politique, et qui produit dans tous les domaines de la vie quotidienne le même effet : rendre la présence de l'autre optionnelle.

Ce mot, *solitude*, ne dit pas ce que nous vivons. Les gens ne se sentent pas vraiment seuls. Vous non plus d'ailleurs. Ils sont connectés, joignables et même sursol-

1. Vivek H. MURTHY, *Our Epidemic of Loneliness and Isolation : The U.S. Surgeon General's Advisory on the Healing Effects of Social Connection and Community*, U.S. Department of Health and Human Services, 2023. Le rapport qualifie la solitude de « menace pour la santé publique » et estime ses effets équivalents à quinze cigarettes par jour. OMS, *Commission on Social Connection*, lancée en novembre 2023.

2. Zygmunt BAUMAN, *Liquid Modernity*, Cambridge, Polity Press, 2000 ; trad. fr. *La Vie liquide*, Le Rouergue/Chambon, 2006. Bauman décrit une modernité où les structures sociales ne durent pas assez longtemps pour servir de cadre aux comportements.

licités. Vous avez des contacts, des *followers*, des applications de rencontre qui vous proposent dix visages par minute. Les gens que je décris dans ces pages ne sont pas isolés du monde : ils sont saturés de monde. Et c'est dans cette saturation même que quelque chose a disparu : la disponibilité. Non pas le temps. On en a parfois, même si le temps accordé à la lecture diminue inexorablement d'année en année. Nous ne manquons pas d'envie non plus, elle affleure encore, par moments. Il nous manque la disponibilité, au sens le plus simple : l'espace intérieur où l'on pourrait se tourner vers un autre, si l'espace n'était pas déjà occupé.

Hannah Arendt, dans *Les Origines du totalitarisme*, distinguait deux expériences que le français confond sous un même mot. Il y a la *solitude* : le fait d'être seul avec soi-même, de penser en dialogue intérieur. C'est une richesse. Les écrivains la connaissent. Les marcheurs la cherchent. Et il y a la *désolation* : le fait d'être abandonné, non seulement des autres, mais aussi de soi-même. Ne plus trouver en soi aucune compagnie. « La *désolation*, écrivait-elle, est l'expérience de ne pas appartenir au monde¹. »

Nous vivons autre chose, un troisième état. Un état que notre époque a produit et que les concepts existants (anomie, aliénation, déracinement, liquidité) approchent sans le saisir tout à fait, parce qu'il n'a ni la violence de la rupture ni la netteté du manque. Un état

1. Hannah ARENDT, *Les Origines du totalitarisme* (1951), troisième partie : « La désolation, expérience fondamentale d'une vie humaine radicalement solitaire, est l'expérience de ne pas appartenir au monde. »

Introduction

dans lequel on n'est ni seul ni accompagné, ni souffrant ni heureux, ni en colère ni résigné. On flotte. On s'occupe. On est là sans être engagé dans sa propre existence. On est, pour le dire d'un mot qui sera le fil de ce livre, délié.

Être délié n'est pas être séparé violemment de quelqu'un. C'est n'avoir jamais été lié tout à fait. C'est vivre dans un monde où les attaches sont devenues résiliables, les engagements réversibles et les présences optionnelles. Où l'on peut quitter un emploi, un logement, un partenaire, une ville, une idée, avec une facilité qui ressemble à de la liberté... et qui en est peut-être l'exact contraire.

La liberté suppose un ancrage. On se libère de quelque chose. On s'arrache à un sol. Tout mouvement a besoin d'un point fixe. Il ne s'agit pas de liberté, mais de légèreté. Une légèreté sans joie. Comme ces déliés de l'écriture calligraphique, ces traits aériens qui n'ont de sens que par rapport aux pleins qu'ils prolongent. Sans les pleins, les déliés ne sont rien. Ils flottent, gracieux et vides.

Et c'est bien la condition que j'observe, partout : dans les bureaux en *open space* où trente personnes travaillent en silence, casques sur les oreilles, chacune dans sa bulle insonorisée. Dans les restaurants où des couples dînent sans lever les yeux de leur téléphone. Dans les rues des villes où l'on croise dix mille visages par jour sans en retenir aucun. Dans les chambres où l'on s'endort en scrollant, ce geste si intime et si vide à la fois : le doigt qui glisse sur l'écran comme une caresse à personne.

J'ai fait ce geste. Tard, souvent. Dans les mêmes chambres que celles que je décris. Ce livre n'est pas écrit en surplomb. Il est écrit depuis l'intérieur de l'appartement. Vous l'occupez peut-être aussi.

*

Ce livre formule une thèse : nous vivons dans un système qui produit de la séparation comme il produit de la valeur. Méthodiquement, à grande échelle, et en la déguisant en émancipation. La solitude contemporaine est un régime politique¹. Une technologie de gouvernement par la séparation.

La première opération est la préemption. Préempter, c'est occuper un espace avant qu'il ne soit utilisé. En droit, c'est acheter avant les autres. En stratégie militaire, c'est frapper avant d'être attaqué. La préemption, telle que je la désigne dans le contexte de ce livre, c'est l'occupation systématique de l'espace du possible (de l'attention, du silence) avant que le lien humain ou la pensée puissent y advenir. On ne vous prive pas. On

1. Le mot *régime* est employé ici au sens que lui donne la philosophie politique : non pas un gouvernement identifiable ni un système étatique, mais un agencement de pratiques, de dispositifs et de normes qui organise les comportements sans avoir besoin de les commander. Foucault parle de « régime de vérité » (*Leçons sur la volonté de savoir. Cours au Collège de France, 1970-1971*, Gallimard/Seuil, 2011) ; Rancière de « régime esthétique » (*Le Partage du sensible*, La Fabrique, 2000). Ce que j'appelle ici « régime de séparation » désigne l'ensemble des opérations – technologiques, économiques, spatiales, affectives – qui produisent de la déliaison sans recourir à la contrainte.

Introduction

ne vous enlève jamais rien. On s'assure simplement que vous n'aurez jamais rien. Le silence est rempli de notifications. Le temps libre est saturé de contenu. L'ennui, cet état fécond où l'on pourrait, peut-être, se tourner vers un autre, est préempté par le scroll. C'est un empêchement sans interdiction : une forme de pouvoir dont on ne se défend pas, parce qu'on ne se révolte pas contre ce que l'on n'a jamais eu.

La deuxième opération est la séparabilité. Ce mot technique dit une chose très simple : chacun de nous est devenu détachable. Le salarié l'est de son entreprise, c'est ce qu'on a nommé la flexibilité. Comme si détacher un homme de son travail était le même geste que détacher une pièce d'une machine. Le citoyen l'est de sa communauté, le locataire de son quartier, l'individu de ses promesses... À chaque détachement correspond dans le vocabulaire courant un mot noble : mobilité, liberté, agilité, émancipation. Mais ce qui est détachable est remplaçable, et ce qui est remplaçable devient, à terme, superflu.

La troisième opération est le déliement : l'affect que ces deux mécanismes produisent. Le déliement n'a ni le poids de la tristesse ni la force de la colère. C'est un état plus discret, plus diffus. Une légèreté qui ne libère jamais. Un flottement qui ne repose pas. L'impression de ne tenir à rien et que rien ne tient à vous. Le délié n'est pas malheureux. Il ne souffre pas assez pour cela. Il n'est pas heureux ; il n'est pas assez engagé pour cela. Il est là. Il s'occupe. Il flotte.

*

Un mot résume ces trois opérations en une image. Ce mot est *occupation*. Nous sommes occupés. Occupés au sens militaire : un territoire qui devrait être libre ne l'est pas. Occupés au sens quotidien : nous n'avons pas le temps, nous courons. Et c'est le même mot pour le même phénomène. L'occupation du temps empêche l'avènement du lien exactement comme l'occupation d'un territoire empêche l'exercice de la souveraineté. Le peuple est là. Il ne peut simplement rien fonder.

On est seul parce qu'on est occupé. On est occupé pour rester seul.

Parce que seul, on est plus rentable.

Il ne s'agit pas ici de désigner un complot. Ce n'est pas un complot, c'est un régime. Il ne s'agit pas non plus de dire que les gens « font trop de choses ». Ce serait tomber dans le moralisme, dans le sermon sur la déconnexion, dans le conseil de développement personnel qui recommande de « prendre du temps pour soi » comme on recommande un complément alimentaire. Les gens ne font pas trop de choses. Ils sont maintenus dans un état d'occupation qui empêche la disponibilité au commun. Cette nuance sépare la critique politique de la leçon de morale.

Il faut préciser ici une chose décisive : cette mécanique commune que je nomme *régime* ne crée aucune équivalence entre les dispositifs qu'elle traverse. Une notification n'est pas un banc anti-SDF. Un chatbot compagnon n'est pas une caisse automatique. Une plateforme de livraison n'est pas une prescription médicale. Les intentions diffèrent, les responsabilités diffèrent, les violences diffèrent, les prix payés diffèrent surtout. Mais une même grammaire se répète : l'espace du lien

est occupé avant que le lien n'advienne ; la présence humaine devient remplaçable ; le hasard se retire ; le corps n'a plus d'endroit où durer. Ce livre ne cherche pas à dire que tout est pareil. Il cherche à montrer pourquoi des choses différentes finissent par produire, dans les vies, une même température.

Ce régime a une propriété que les régimes d'avant n'avaient pas : on y consent. Il ne s'agit pas là d'un consentement libre, car le design des interfaces, la pression des pairs, l'architecture du temps ne laissent pas le choix. Ça n'est pas non plus un consentement contraint : personne ne vous oblige à ouvrir l'application à 23 heures, personne ne vous force à scroller, personne ne tient votre pouce. C'est un troisième type de consentement : un consentement manufacturé. On consent parce que l'alternative a été rendue invisible. On consent parce que ne pas consentir supposerait un effort que le système a précisément pour fonction d'éliminer. On sait qu'on s'optimise pour plaire à un algorithme ou un compagnon IA. Mais on continue. Et ce « on continue » est peut-être la phrase la plus politique de ce livre, parce qu'un régime auquel on consent en connaissance de cause est un régime que l'on ne peut pas combattre avec les outils de la révolte. Il faudrait autre chose. On ne sait pas encore quoi.

Simone Weil disait que le « déracinement est de loin la plus dangereuse maladie des sociétés humaines¹ ». Ivan Illich parlait de la « perte de la convivialité² ». Hartmut

1. Simone WEIL, *L'Enracinement*, 1949.

2. Ivan ILLICH, *La Convivialité*, Seuil, 1973 : l'outil convivial est celui qui laisse à l'usager « la plus grande latitude et le plus grand pouvoir de contrôle sur son propre travail ».

Rosa décrit un monde où la « résonance », cette vibration vivante entre un sujet et le monde, s'éteint¹. Ce que Weil, Illich et Rosa décrivent sous des noms différents relève peut-être d'une même opération plus large, que ce livre essaie de saisir sous trois angles : le mécanisme qui occupe l'espace du lien avant qu'il n'advienne, la condition structurelle qui rend chacun détachable, et l'affect tiède que ces deux logiques déposent dans ses corps. Moins pour en identifier la cause première que pour en décrire la grammaire², c'est-à-dire les formes

1. Hartmut ROSA, *Résonance. Une sociologie de la relation au monde*, La Découverte, 2018. Rosa oppose la résonance (relation vibrante au monde) à l'aliénation (relation muette).

2. Le cadre proposé ici est morphologique et non causal. Il ne prétend pas identifier l'origine du régime de séparation – question légitime mais distincte. Plusieurs théories ont tenté cette démonstration avec rigueur : la thèse de l'accélération chez Rosa, l'analyse du capitalisme tardif chez Sennett, la contre-productivité des outils institutionnels chez Illich. Le présent travail s'inscrit dans une démarche différente, que l'on pourrait qualifier de phénoménologique au sens large : il cherche à décrire les formes d'une condition plutôt qu'à modéliser ses mécanismes. Cette distinction a des précédents : Foucault, dans *Surveiller et punir* (1975), construit la « discipline » comme description morphologique d'un pouvoir dont l'origine reste en partie suspendue. Ian Hacking, dans *The Social Construction of What ?* (2000), distingue les classifications « interactives » – qui modifient ce qu'elles décrivent – des lois causales. La valeur des concepts présentés ici (préemption, séparabilité, déliement) est heuristique : ils permettent de relier ce que les disciplines traitent séparément, non d'expliquer pourquoi il en est ainsi. Cette limite est assumée. Cette démarche n'établit pas non plus d'équivalence entre les dispositifs concrets que le livre traverse – algorithmes attentionnels, transformations urbaines, flexibilisation du travail, médicalisation des affects, économie des plateformes. Ces

Introduction

récurrentes d'une même opération, repérables à toutes les échelles du social.

Et *l'occupation*, ce mot si ordinaire qu'on le juge banal alors qu'il est tragique, est devenue le mot de passe de notre condition.

Nous ne sommes pas isolés. Nous sommes occupés.

*

Une précision encore, parce que ce livre pourrait donner l'impression de décrire une seule solitude. Celle du bien-logé, du bien-connecté, du bien-médicamenté. Ce serait faux.

La logique générale est commune, mais chacun l'éprouve depuis une position différente.

Le cuisinier qui confectionne des plats dans une cuisine sans vitrine et le cadre qui regarde un écran noir de visioconférence ne vivent pas la même chose. Le chauffeur qui mange un sandwich dans une voiture louée à la semaine et la femme qui ouvre un chatbot à 23 heures parce que la soirée avait une texture légèrement désagréable ne sont pas séparés de la même manière. L'aide-soignante qui porte vingt-quatre corps dans une nuit

dispositifs n'ont ni la même échelle, ni la même temporalité, ni la même intensité d'effet, ni les mêmes responsabilités identifiables. Repérer la grammaire commune de leur opération – la préemption, la séparabilité, le déliement – ne revient pas à les mettre sur le même plan. La grammaire est commune ; les phénomènes qui s'y conforment ne le sont pas. Cette précision vaut aussi pour ce qu'elle protège : un cadre morphologique ne dispense pas l'analyse causale propre à chaque dispositif. Il la précède, et la rend lisible comme participation à un même mouvement, sans s'y substituer.

Déliés

pour 1 450 euros par mois et l'enfant de dix ans devant un jeu vidéo ne manquent pas de la même chose. L'une n'a pas le temps d'être seule. L'autre n'a pas encore les mots pour savoir qu'il l'est.

Mais tous sont pris dans la même opération. La préemption occupe le silence du cadre et l'emploi du temps du livreur. La séparabilité détache le salarié de son poste et le chauffeur de sa plateforme. Le déliement flotte dans l'appartement du bien-logé comme dans la chambre de maternité à 3 heures du matin. Ce qui change, c'est le prix. Certains paient le régime en tiédeur. D'autres le paient en froid.

Ce livre traversera les deux.

Cinq portes

Le monde a si bien appris à protéger les gens qu'il a oublié de leur laisser une raison d'être là.

La préemption

On ne t'a rien interdit. On t'a devancé.

Elle était en train de tomber amoureuse. Elle le savait à la façon dont elle attendait ses messages. Ça n'était pas de l'impatience, c'était plus physique que ça : une légèreté qui pesait.

Un soir, sans vraiment chercher, elle a tapé dans le moteur de recherche ce qu'elle ressentait, les mots exacts, mal formulés, comme on le fait quand on cherche un symptôme dont on ignore le nom. Le moteur a rendu plusieurs résultats : un article de *Psychologies* sur l'« attachement anxieux », un autre sur la « dépendance émotionnelle », un forum, deux podcasts. Elle a tout lu, tout écouté. Elle a appris que ce qu'elle ressentait avait des causes documentées, des mécanismes, des noms scientifiques. Que c'était souvent transitoire. Qu'il

existait des techniques pour ne pas « s'emballer ». Elle s'est endormie mieux informée.

Le lendemain, il lui a envoyé un message. Elle a souri, mais le sourire n'est pas descendu. Il est resté dans le visage, n'a pas touché le ventre. Elle a attendu trois minutes avant de répondre, mais ça n'était pas une stratégie. L'article se tenait entre elle et le message, comme une vitre. On voyait à travers. On ne passait plus. Comme si elle regardait ses propres émotions depuis un endroit légèrement en retrait d'elle-même.

Elle n'avait pas souffert. Mais elle n'avait pas attendu non plus. On était arrivé avant. Avec les bons mots, les bonnes catégories, les bonnes nuances. L'espace où quelque chose aurait pu naître, cet espace d'avant le nom, d'avant la définition, d'avant la catégorie, était déjà occupé. Occupé par une explication.

C'est ça, la préemption. On ne vous dit pas non. On dit oui à votre place, trop vite, avant que votre propre réponse ait eu le temps d'exister.

La séparabilité

Tout ce qui te compose peut être fourni par un service distinct.

C'est un dimanche. Elle a trente-quatre ans. Elle est assise dans la cuisine, un café froid devant elle, le téléphone à la main, pas pour appeler quelqu'un, juste pour le tenir.

Elle fait la liste sans le vouloir. Son psy en ligne, le mardi à 17 heures, vingt minutes par visio. Ses repas, trois fois par semaine dans des barquettes calibrées

par un nutritionniste algorithmique. Son appartement, nettoyé le jeudi par quelqu'un qu'elle n'a jamais vu, elle laisse les clés dans une boîte à code. Son plaisir sexuel, géré par un vibromasseur connecté dont l'application lui envoie des rapports de progression. Ses amis, triés par cercle dans le téléphone : les proches, les réguliers, les dormants. Un coach de sommeil. Un coach de souffle. Une app qui lui dit quand elle a assez bougé.

Chaque besoin est couvert. Chaque prestataire fonctionne. C'est précisément le problème.

Elle repose le téléphone. Il est 14 heures. La lumière d'octobre entre par la fenêtre, traçant une ligne blanche sur le carrelage. Elle regarde cette ligne. Personne ne sait qu'elle est là. Personne ne pourrait reconstituer son visage à partir des fragments qu'elle a distribués : au psy, au coach, à l'application, au prestataire de ménage qui laisse toujours les chaises un peu de travers et qu'elle replace chaque jeudi, seule, parce que les chaises de travers la dérangent et parce que le placement, au moins, elle le fait elle-même.

Elle est parfaitement accompagnée. Elle est absolument seule.

Ce qui reste quand on a tout découpé, c'est rien. C'est ce rien qu'elle sent, le dimanche, quand la lumière change.

Le déliement

Il n'y a pas de rupture nette : le lien devient simplement dispensable.