

Jacques RAFFIN

**PENSÉE,
MODE D'EMPLOI**

Introduction à la gestion mentale

GIRAFI

*Je tiens à remercier ici ma femme Dominique,
qui m'a soutenu tout au long de la réalisation
de cet ouvrage et qui a participé à sa correction.*

Avertissement au lecteur

“C’est une grande folie d’être sage tout seul” *La Rochefoucauld*

Comment des milliards d’êtres qui se disent raisonnables peuvent-ils se disputer des philosophies, des idéologies, des religions antagonistes et se haïr, se combattre et souvent même s’entretuer sans que personne n’y trouve rien à redire ?

Comment peut-on choisir délibérément de se détruire, alors qu’on aimerait vivre en bonne santé ? Pourquoi ne trouve-t-on pas systématiquement le courage élémentaire des gestes nécessaires à une vie heureuse ?

Devant l’absurdité des comportements humains, j’ai voulu comprendre très tôt les mécanismes de tant de pensées divergentes. Autant dire que les réponses ne se trouvaient réunies dans aucun livre. Un tel ouvrage se serait fait remarquer et il figurerait sur toutes les tables de chevet.

L’état même de notre monde impliquait qu’un tel livre ne soit pas accessible. Mon travail a été de le réaliser.

Quand vous adoptez une religion ou une idéologie, vous vous coupez par là même du reste du monde des croyances ou des idées, mais vous partagez la rassurante compagnie de vos coreligionnaires ou de vos camarades. Avec ce livre, vous pourrez vous détacher des préjugés les plus courants, mais pour nette que sera la place, vous risquez de la trouver un peu vide.

Il vous appartiendra de convaincre les autres du bien qu’il y a à partager une vision du monde à l’échelle humaine. La compréhension de la nature humaine est le prélude indispensable à l’établissement d’une société (mondiale) réellement humaine, à la place du monstre économique actuel où le rouage humain est régulièrement et massivement sacrifié au mauvais fonctionnement général.

Si vous êtes bien dans votre tête, dans votre peau et dans votre monde, alors ne lisez pas ce livre et vous pouvez espérer que son contenu ne viendra pas vous rattraper trop tôt.

Pour les autres, bonne lecture, en attendant *Humanité, mode d’emploi* qui décrira les conséquences sociales du présent ouvrage.

Avant-Propos

Réhabiliter l'introspection

À quelqu'un qui ne connaîtrait rien aux principes de fonctionnement des automobiles, il ne suffirait pas de les regarder circuler et de les démonter pièce par pièce pour comprendre les lois physiques auxquelles elles obéissent et le rapport qui existe entre la matière et les actions.

Par contre, si on montre à cet homme le fonctionnement intérieur des organes d'une seule automobile, il pourra comprendre à quels principes obéissent tous les véhicules de toutes les marques qui respectent les mêmes règles.

De la même façon, il est impossible de comprendre le psychisme humain en ignorant délibérément ce que nous pouvons apprendre *de l'intérieur*, et **l'examen d'un seul homme peut nous éclairer sur le fonctionnement psychique de tous.**

La seule observation du comportement humain ne peut nous renseigner pleinement sur notre fonctionnement psychique. En effet, notre comportement est évidemment influencé par l'idée générale que nous avons de nous-même, et donc de notre psychisme. Il suffit que cette idée soit foncièrement erronée pour que tout notre comportement soit pollué par cette illusion, et les observations que nous pourrions en faire, comme les conclusions que l'on pourra en tirer, porteront à leur tour la marque de *l'erreur fondamentale*.

La plupart des constatations de ce livre ont été faites par introspection. Ce n'est pas parce qu'on s'analyse que les résultats sont forcément subjectifs et sujets à caution. Il *suffit* d'éliminer tous les éléments personnels, subjectifs, pour ne garder que ceux que nous partageons avec autrui.

Comme le danger est grand de polluer ses observations de vues personnelles, de prendre ses désirs pour une observation impartiale de la réalité ! Pour se livrer à l'introspection, il ne suffit pas d'avoir le souci de l'objectivité, encore faut-il faire abstraction de ses connaissances sur le sujet étudié. Comment ? Le meilleur candidat à l'introspection est encore un ignorant en psychologie, un individu qui n'a aucune théorie à défendre ou à prouver, un esprit curieux et ouvert. Faute de cela, il ne peut plus y avoir d'impartialité.

Il ne serait pas sérieux de fonder une étude à prétention intellectuelle sur la personnalité d'un individu, si ouvert fût-il. Ce livre est essentiellement un recueil de lieux communs, d'observations banales que chacun d'entre nous peut faire et refaire à tout moment, sans souvent y prêter attention. C'est justement l'étude d'une multitude d'indices concordants, une absence totale de préjugés et une curiosité vorace, qui ont permis la réalisation de ce livre.

Vous jugerez de la valeur scientifique de l'introspection à travers ce livre. Aucune autre technique ne pouvait permettre cette révélation de la nature réelle du psychisme.

Je pense donc je suis.

La phrase est connue, presque comme une lapalissade. Pourtant, c'est une erreur. *Je pense* ne prouve nullement que *je suis*.

Je pense signifie seulement qu'il existe une pensée exprimant la croyance en l'existence d'un *moi actif* à l'origine des pensées. Rien d'autre.

On pourrait aussi dire, avec la même logique : « *Les éléphants roses m'envoient des pensées, donc les éléphants roses existent.* »

Nous

Vous, moi, et les autres, nous sommes très différents. Nous n'avons pas vécu les mêmes expériences, fréquenté le même milieu, eu les mêmes professeurs, lu les mêmes livres, et pourtant,

nous avons certains points communs, comme le langage articulé. Nous avons infiniment plus de points communs que de différences, même si nous tirons parfois du plaisir de celles-ci, quand elles nous aident à croire à notre supériorité.

Ce livre est écrit à la première personne du pluriel. *Nous* en sommes les acteurs, avec ce qui nous rapproche, tout ce que nous avons en commun et que nous avons reçu en partage de ces hommes étrangers ou parents qui nous ont transmis leur expérience, leur savoir et leurs erreurs, qui sont morts ou sur le point de mourir et sans lesquels nous ne serions que des animaux ordinaires.

Nos différences nous aveuglent, comme autant de rideaux destinés à nous empêcher de voir combien nous sommes semblables. De même que nous avons deux yeux, un nez et deux oreilles, mais qu'ils diffèrent dans les détails, nos principes de fonctionnement intellectuel sont rigoureusement les mêmes, et seuls les détails varient d'un individu à l'autre.

C'est trop simple ?

Je serais heureux d'entendre : *Il suffisait d'y penser !* préférant être trop facilement compris que l'inverse. Tout a été conçu pour que ces pages puissent être lues par le plus vaste public. Elles traitent d'un sujet indispensable à tous les hommes, puisqu'il est question de ce que nous avons de plus utile en des termes qui devraient changer notre vie.

S'il avait existé des réponses satisfaisantes aux questions qui ont suscité ce livre, celui-ci n'aurait jamais été entrepris. Face au mystère de notre intellect, qui nous en voudra d'avoir essayé de soulever le drap épais qui recouvre ce que nous avons de plus intime, de plus remarquable, de plus spécifiquement humain ?

Méthode de l'introspection

Conscience: Perception plus ou moins claire des phénomènes qui nous renseignent sur notre propre existence. (Larousse)

Toutes nos observations vont être faites consciemment. Nous ne pourrions donc examiner que des activités ou des états psychiques dont nous pouvons être conscients. Nous verrons que les phénomènes inconscients seront loin d'être exclus de nos investigations pour autant.

Le piège à éviter

Dans la mesure où tout ce dont nous ne sommes pas conscients est ignoré, la tentation est grande de prêter à la conscience des pouvoirs qu'elle n'a pas véritablement mais dont la provenance n'est pas connue, et de considérer comme *conscients* des phénomènes qui ne le sont que partiellement.

Les phénomènes dont nous percevons l'existence consciemment ne sont pas toujours le fruit d'un travail conscient. S'ils sont le fruit d'une élaboration inconsciente, ils ne sauraient s'appeler des phénomènes conscients, alors même que nous sommes conscients de leur existence.

Il ne faudra pas confondre une activité d'origine inconsciente dont nous percevons consciemment l'existence avec une activité consciente.

Être conscient d'un phénomène, nous savons ce que cela signifie, mais dire que *ce phénomène est conscient*, c'est risquer de prêter à la conscience un rôle actif, pouvant induire en erreur.

Ainsi, si je suis conscient de lever volontairement le bras, ce n'est pas pour autant que l'on doive dire que ma volonté est *consciente*. Rien ne prouve, par exemple, dans l'état actuel de notre exploration, que cette volonté a été produite consciemment, et sa manifestation à la conscience ne doit pas être d'emblée appelée *consciente*.

Ce n'est pas parce que nous sommes conscients d'une activité psychique que celle-ci est produite consciemment, ou par une entité à laquelle participerait la conscience.

Dire d'une activité dont on est conscient qu'elle est *consciente*, c'est prêter incidemment à la conscience une parenté avec une activité dont elle a pu être seulement le témoin.

Nous n'appellerons *activités conscientes* que les activités dont l'élaboration est consciente. Les autres activités, dont nous pouvons être conscients mais dont l'élaboration n'est pas (ou ne peut pas être) consciente, seront donc des *activités inconscientes*. *Nous pouvons donc être conscients d'activités inconscientes*. La source des activités inconscientes sera nommé **l'Inconscient**.

Nous allons examiner consciemment notre fonctionnement psychique, **comme s'il s'agissait de l'activité d'une réalité extérieure**.

Introduction

Les trois réalités

Nous connaissons trois réalités.

La première est celle de nos sens, qui nous transmettent les informations émises par le monde matériel où nous vivons et auquel nous appartenons.

La seconde est celle que notre intellect a appris à analyser, à mesurer et à utiliser. Un morceau de bois reste un morceau de bois mais nous savons qu'il est fait d'atomes, comment il a été obtenu, et à quoi il peut servir.

La troisième réalité est celle de nos désagréments et de nos joies, de la douleur et du plaisir.

Ces trois réalités se mêlent d'une manière spécifique en chacun d'entre nous.

Les mots nourrissent les mythes

Véhicule de la connaissance, les mots sont aussi le véhicule de l'erreur, de l'illusion ou du mensonge.

Nous ne voyons plus les choses telles qu'elles sont, mais telles que notre connaissance du monde les charge de sens.

Dans la société sophistiquée qui est la nôtre, les mots ont une importance fondamentale dans notre représentation de la réalité. C'est grâce au langage que nous avons pu atteindre notre niveau technologique actuel. Il est naturel de lui faire confiance, puisque nous lui devons ce que nous avons de mieux.

Le principal inconvénient de cette situation est que les mots peuvent aussi bien servir à décrire la réalité matérielle qu'à nommer une réalité mythique qui sera confondue avec la première.

La seule manière de faire le tri, c'est la recherche de **l'objectivité**. Dans un domaine scientifique comme la chimie, cette démarche devrait poser assez peu de problèmes, mais il est des domaines brûlants où elle devient une gageure.

Pour comprendre l'intellect humain, il faut d'une manière paradoxale désapprendre à parler et descendre à un niveau de perception plus primitif, moins encombré d'illusions et d'erreurs millénaires.

À notre insu, notre vocabulaire courant est pollué d'expressions qui conditionnent notre conception de l'intellect et l'orientent dans une direction impossible. Le mystère est impénétrable car nos observations sont souvent incompatibles avec notre conception erronée de l'intellect.

Vous avez dit *raisonnable* ?

On nous présente classiquement l'être humain comme *un animal raisonnable, utilisant son intelligence à faire progresser la science, la technologie, les arts, et s'élevant ainsi au-dessus des animaux, pour se lancer demain à la conquête de l'Univers*.

Nous connaissons tous d'autres versions, comme celle-ci : *l'homme est un être féroce, insatiable, qui exterminerait volontiers tous les animaux pour en tirer profit, pollue la planète, fabrique des armes de plus en plus redoutables, et pour qui la guerre, le meurtre, sont des activités ordinaires*. Ajoutons que les trois quarts de l'humanité vivent dans une misère qui répugnerait au quart restant, et le tableau noir sera complet.

Aucune de ces deux descriptions ne reflète correctement la réalité humaine, ce qui n'empêche généralement pas d'adopter la première définition. Peu importe que 99,9 % des hommes subissent passivement plus qu'ils ne participent à l'éventuelle progression de la science, de la technologie ou des arts, **on leur applique la définition**. Peut-on ainsi décrire une espèce vivante, à partir des activités d'une infime partie de sa population ?

La première définition est fausse. La deuxième également. La réalité humaine est sensiblement différente de l'image d'Épinal que nous en avons gardé.

La première qualité de l'Homme n'est pas d'être raisonnable. Chacun d'entre nous décide en fonction de ses références personnelles, qui n'ont souvent aucun rapport avec la raison, l'intelligence ou l'objectivité scientifique.

Si ce n'est pas le caractère raisonnable de nos arguments qui nous motive, quel est notre critère de choix ?

En dehors de la rationalité, du calcul, qu'est-ce qui permet à l'être humain de choisir entre deux solutions, deux directions, ou beaucoup plus ?

Nous propose-t-on : « *Voulez-vous un éclair au chocolat ou au café ?* », la réponse est évidente. Nous choisissons selon notre goût. Si l'on nous dit que pour toutes nos décisions, nous agissons de la même façon, nous allons rire mais, si blasphématoire que soit cette affirmation pour notre image vénérée, c'est vrai.

Ainsi, si nous aimons l'objectivité, nos jugements sont rendus en ce sens. Lorsque ce critère n'entre pas en compte, d'autres goûts viennent s'y substituer, et tout devient alors possible...

Première partie

**LES ILLUSIONS
DE LA CONSCIENCE**

Chapitre Premier

L'illusion fondamentale

Contrairement à ce que nous avons tendance à penser, les phénomènes conscients ne sont que la minuscule partie émergée d'un iceberg considérable.

Dans cette première partie, nous entreprendrons de nous débarrasser des confusions gênantes qui nous empêchaient d'avoir une idée objective de notre réalité psychique.

La conscience prête à de multiples confusions. Ce dont nous pouvons être conscients est allègrement confondu avec ce dont nous sommes capables dans les domaines de la mémoire, de la pensée, de la volonté. Nous tirons de ce mélange illusoire une apparence de liberté, à laquelle nous tenons particulièrement mais qui mérite peut-être quelques corrections.

Généralités sur la conscience

Être conscient. Nous nous accordons sur ce que cela signifie, par opposition à *être endormi, assommé, inconscient.*

De quoi sommes-nous conscients ?

C'est cette question qui va déterminer toute la compréhension de notre intellect. Regardons les choses en face :

nous pouvons être conscients d'informations qui nous parviennent de nos sens ;

nous pouvons être conscients des mouvements que nous faisons ou que nous subissons ;

nous pouvons être conscients de ce que nous appelons des pensées, qu'elles se présentent sous forme de mots, de phrases, d'images, de sons, etc.* ;

nous pouvons également ressentir des douleurs ou des plaisirs physiques ou mentaux.

D'un autre côté, alors que nous sommes conscients, d'un point de vue général, c'est-à-dire éveillés, nous pouvons aussi :

être inconscients d'informations qui nous parviennent de nos sens – pour ne donner qu'un exemple parmi des millions, nous pouvons écouter de la musique en pensant à autre chose, et si nous sommes fortement préoccupés, nous aurons souvent été inconscients des sons recueillis par notre système auditif, comme des informations perçues par les autres sens, qui n'auront pourtant pas cessé de fonctionner ;

être inconscients de mouvements que nous effectuons ou subissons ; ainsi, toujours plongés dans de sombres pensées, nous ne sommes plus conscients d'être secoués dans le bus ou de changer de vitesse dans un embouteillage ;

être inconscients de plaisirs ou de douleurs, physiques ou mentaux ; distraits par une émission radiophonique, nous ne sommes plus conscients de la douleur d'une égratignure, d'un petit souci matériel ou professionnel. Ils ne sont pas oubliés, enfuis, pour autant, mais nous n'en sommes plus conscients. Ils sont *enfouis*.

Par contre, pour l'instant, il ne nous est guère possible de dire que lorsque nous ne pensons pas – tout à la dégustation d'un sorbet framboise – des pensées non conscientes continuent à exister quelque part.

* Nous n'avons pas l'habitude de considérer les pensées au même titre que les informations sensorielles, parce que nous sommes habitués à **croire** que nous concevons nos pensées volontairement, consciemment, qu'elles sont le résultat de notre volonté consciente, délibérée. **Telle est l'illusion fondamentale.** Elle est la confusion entre conscience et pensée, conscience et volonté. La volonté dépend de la pensée qui n'est pas conçue mais **subie consciemment**. Nous y reviendrons longuement un peu plus loin.

Cette énumération apparemment fastidieuse montre combien notre conscience, riche de possibilités, est limitée. D'une manière générale, on peut dire que nous ne sommes jamais **bien conscients** de deux choses à la fois. Par contre, nous pouvons avoir l'impression d'être superficiellement conscients de plusieurs sensations simultanément.

Ainsi, lorsque nous regardons un film, nous pouvons être conscients des paroles échangées et des images, mais toute concentration sur l'un ou l'autre entraîne une perte d'attention, d'*acuité de conscience* sur l'autre. Si, d'autre part, nous nous offrons le luxe de penser à autre chose, il vaut mieux avoir quelqu'un pour se faire raconter le film...

Tout ce dont nous ne sommes pas conscients, alors que nous aurions pu l'être, est-il perdu, et si tel est le cas, où cela se perd-il ? Comment pouvons-nous agir, accomplir des mouvements complexes, sans en être conscients ? Notre intellect, cette faculté de compréhension qui nous fait agir, comprendre le réel, et simplement vivre, ne peut donc pas se résumer au seul phénomène de la conscience. Dans un esprit de simplification, et en attendant mieux, nous appellerons **Inconscient** la part de notre intellect correspondant aux phénomènes qui ne sont pas conscients.

Conscience, et non mémoire

Le second volet de l'illusion fondamentale est la confusion entre conscience et mémoire. **La mémoire est un phénomène totalement inconscient.** Nous sommes capables de percevoir consciemment l'existence d'informations tirées de la mémoire, mais celle-ci appartient totalement à l'Inconscient, qui la gère complètement.

Pour faire des phrases, où allons-nous consciemment chercher nos mots ? Dans quelle mystérieuse cache allons-nous piocher, quand la conscience est totalement passive, impotente ?

Je vous dis : « 1515 ? ». Vous êtes conscient de ma question, et hop ! vous êtes conscient de la réponse *Marignan*. Automatiquement. Sans effort. Sans avoir à fouiller consciemment nulle part. Où

était l'information que nous pourrions écrire $1515 = \text{Marignan}$? Assurément pas dans votre conscience d'il y a trente secondes. Pourtant, elle est venue, comme spontanément, parce que votre intellect est bien éduqué, mais la conscience ne saurait y être pour rien.

Nous allons découvrir que la conscience est une faculté, comme la vision. Elle ne saurait produire la moindre action, pas même une pensée. Ce n'est pas une chose, un objet, un esprit, et ce n'est pas NOUS, mais seulement une faculté !

Conscience, et non pensée

Ce sont surtout des considérations d'ordre technique, matériel, qui devraient nous convaincre de **l'impossibilité de l'élaboration consciente et volontaire de nos pensées.**

Le qualificatif qui décrit le mieux la conscience est *éphémère*. Nous ne pouvons même pas être conscients de deux mots à la fois ! *Pipi-caca*, que nous le voulions ou pas, occupent la conscience successivement, et non pas ensemble, car *picapica* ou *pcaïpcaï* ne se pensent pas pour *pipi-caca*. Un tel mélange de mots pensés n'a pas de sens.

La conscience ne peut être occupée par plusieurs pensées à la fois. Elle est comme un quart de timbre-poste où l'on ne peut écrire lisiblement plus d'une syllabe à la fois sans devoir l'effacer pour écrire la suivante. Et un support aussi limité serait censé produire des pensées, des phrases, des théories ?

Sommes-nous conscients de l'élaboration de nos pensées ?

Ne parlons même pas de ces milliers de pensées informes qui nous traversent sans cesse la conscience sans même présenter une forme décente, une structure syntaxique, ou un sens précis, soutenu.

Prenons donc une belle pensée, bien nette, bien structurée, comme une phrase écrite au tableau noir. De quoi est-elle composée ?

Comment fait-on une phrase ? Il faut une réserve de vocabulaire, une espèce de dictionnaire avec le sens des mots, des connaissances de grammaire, de syntaxe. Avons-nous tout cela présent consciemment avant de commencer la construction d'une pensée ? Comment savoir quels mots employer ? Nous sommes susceptibles d'utiliser des milliers de mots différents dans des millions de phrases différentes. Allons-nous chercher consciemment dans quelque armoire consciente les mots qu'il nous faut ? Non. Nous ne sommes pas conscients de l'existence des mots d'une pensée avant qu'elle ne devienne consciente. Faut-il donc admettre que nous ne forgeons pas consciemment nos pensées, et qu'elles sont fabriquées par l'Inconscient ?

D'autre part, pouvons-nous décrire à 8h45 ce dont nous serons conscients à 8h50, à 8h55, ou à 9h15 ? Pas le moins du monde. Prévoir ses propres pensées est un exercice encore plus périlleux que la météo. La pensée produit la volonté, mais elle ne saurait lui obéir ; quant à la conscience – la pauvre ! – elle prend plaisir aux pensées agréables, et elle souffre de celles qui la blessent, mais elle serait bien en peine de **faire** réellement quelque chose...

Supposons que nous puissions et devons construire consciemment les pensées qui commandent nos actes. Nous devrions disposer d'un réservoir **permanent** de mots, pour pouvoir consciemment y piocher.

Notre conscience peut-elle être occupée **simultanément** et **en permanence** par un ensemble de mots ? Même deux syllabes ne tiennent pas en même temps à la conscience, alors plusieurs mots...

Il faudrait en plus que soient présents simultanément à la conscience la signification de ces mots. Toujours **en permanence**. L'encombrement que cela représenterait est délirant.

Nous serions des êtres extrêmement primitifs, comme des enfants d'un an ou moins, nous devrions aller fouiller en mémoire parmi les mots disponibles. Nous pourrions émettre à bon escient les mots : « caca », « pipi », « manger », « boire », et c'est tout.

Ce comportement apparemment simple prendrait un temps considérable, car pour aller de la sensation douloureuse au creux de l'estomac, associée à la faim, jusqu'à l'expression du mot « manger », il nous faudrait, à chaque fois, passer en revue toutes les étapes que nous avons dû franchir, *la première fois*, pour réussir à émettre ce mot à bon escient.

Ne plus se souvenir des étapes qui ont permis à nos lèvres, à notre larynx et à notre langue de maîtriser le langage, tout en continuant à savoir parler, c'est accepter l'inconscience des processus mis en œuvre. Ils sont inconscients, mais automatiquement, efficacement mis en service chaque fois que nous parlons.

Pourquoi insister sur la présence **permanente** de ces mots à la conscience? Parce que, dès lors qu'ils en sont partis, où sont-ils? et comment les rappeler dès lors que nous ne sommes plus conscients de leur existence? Comment vouloir rappeler un mot dont on n'est pas conscient qu'il ait jamais existé? Quelle mystérieuse entité accepterait d'héberger le vocabulaire de la conscience, chaque fois qu'elle n'en a pas besoin, pour le lui restituer au bon moment? Cet inconnu si serviable, qui se cacherait en nous, peut aussi bien fournir des pensées et des phrases toutes faites... Or nous supposons que nos pensées étaient conçues consciemment.

Évidemment, cette supposition (qui correspond à l'illusion ordinaire que nous avons de notre psychisme) est tout à fait irréaliste. Chacun d'entre nous a remarqué que sa conscience est perpétuellement occupée avec des pensées différentes, *comme un téléviseur qui reçoit des programmes variés*.

Pour un contemporain, il est évidemment impossible de consulter consciemment la totalité de sa mémoire. Cela équivaldrait à lire un dictionnaire avant chaque mot pensé ou prononcé. C'est pourtant bien ce qu'impliquerait la liberté de penser, cette *croissance* à laquelle l'humanité s'est accrochée jusqu'à présent.

Quand nous voulons dire quelque chose, nous ne descendons pas en mémoire *faire notre marché* de mots utiles

à l'expression de notre volonté. Les mots viennent tout seul, instantanément, à une vitesse incompatible avec la moindre recherche consciente. Les mots adéquats viennent automatiquement dans notre pensée, dans notre bouche si nous parlons. Ils nécessitent parfois une correction *a posteriori*, mais cette correction elle-même, aurions-nous pu aller en chercher consciemment les termes? Évidemment non. Pas davantage. Pourtant, **c'est cette possibilité de correction qui nous a si bien aidé à nous tromper.**

Conscience, et non volonté

La volonté n'existe que sous la forme d'une pensée, qui promet l'obtention d'un plaisir (ou la possibilité d'éviter une douleur) si un certain but est atteint. Même la *volonté de vouloir* n'obéit pas à nos désirs! Demandons à tous les êtres humains qui *voudraient* arrêter de fumer, de trop manger, ou de gaffer, ou qui *voudraient* avoir la volonté de faire du sport, d'apprendre l'anglais, ou seulement de repeindre la cuisine...

Lorsque notre désir est moins fort qu'il n'est nécessaire, aucune magie au monde ne saurait nous donner la *volonté* d'essayer de le réaliser. C'est en renforçant la satisfaction attendue de la réalisation du désir ou la crainte d'une situation où il échouerait que nous verrons grandir magiquement la *volonté* d'agir dans ce sens. Ainsi la volonté de s'arrêter de fumer est-elle souvent décuplée après l'annonce par le médecin de prochains ennuis de santé...

Aucune pensée n'est libre

Et si, à côté de pensées d'origine inconsciente, involontaires, permettant par exemple l'improvisation, il existait des pensées d'une qualité supérieure, plus directement conscientes dans leur élaboration, d'où pourraient-elles venir? Comment pourrions-nous les vouloir? Il faudrait savoir à l'avance qu'elles sont à portée, possibles, et donc qu'elles aient une présence préalable à la conscience. Autrement dit, il faudrait deux mémoires, une inconsciente et une consciente.

Cette mémoire omniprésente à la conscience existe-t-elle en nous ? Nous devons tous avouer que non. Même un mot aussi élémentaire que notre nom de famille n'est pas présent en permanence à notre conscience. Il apparaîtra en pensée à la moindre sollicitation et nous le reconnaitrons instantanément dans la bouche d'autrui, mais **nous ne sommes pas conscients de notre propre nom en permanence**. Notre conscience est beaucoup trop limitée pour résister à un tel encombrement permanent. Elle est lisse et ne retient rien, aucune idée, comme **un sac sans fond percevant les choses le temps qu'elles le traversent**.

Notre nom fait partie d'un ensemble de connaissances, de renseignements, dont nous sommes sûrs à 99,99 % de pouvoir les évoquer à tout moment (notre date de naissance, notre adresse, l'âge des proches, leurs prénoms, quelques numéros de téléphone, d'immatriculation, et des milliers d'autres renseignements...). Autant nous admettons facilement que le nom d'un homme politique puisse nous *échapper* momentanément (alors même que nous sommes sûrs de l'avoir en mémoire, et sûrs qu'il nous *reviendra*), autant il nous inquiéterait d'oublier un renseignement d'usage fréquent.

Il n'y a pas cependant de différence qualitative entre une connaissance usuelle et une autre. C'est la fréquence d'utilisation d'une idée qui détermine sa facilité d'évocation, chaque nouveau passage à la conscience servant de confirmation, accentuant la force du message, son importance pour le psychisme.

Il suffit de regarder longuement une chose pour la trouver intéressante. (Flaubert)

On retrouve l'utilisation de cette intéressante propriété aussi bien dans la *Méthode Coué* que dans la pratique de la prière. La répétition mécanique d'une pensée renforce en nous son importance et donc son influence sur de futures décisions.

Plus une idée traverse fréquemment la conscience, plus elle fait partie de nous et plus elle est liée à notre existence.

Des pensées *involontaires* ?

Il nous semble que, si nous ne pouvons pas choisir le contenu précis de nos pensées, leur formulation, il nous est aisé de choisir leur thème.

Vous pouvez protester : « *Si je veux penser à la Chapelle Sixtine, je peux le faire, même si cette idée n'a aucun rapport avec la situation présente. Je suis donc libre !* »

À la suggestion : « Pensez à ce que vous voulez. », vous pensez à la Chapelle Sixtine. Pourquoi elle ? Pourquoi pas le Palais des Doges, la pyramide de Chéops, la foire du Trône, ou l'une des milliers de choses auxquelles vous auriez dû également vous référer pour faire un choix véritable, pour vous déterminer librement ? Vous vous êtes contenté d'accepter une suggestion de pensée, et vous l'avez endossée, comme si elle venait de *vous*, cette *entité libre et consciente* que vous êtes censé être.

Cette suggestion « *et si JE pensais à la Chapelle Sixtine ? Ce serait bien.* » vient de l'Inconscient, cette chose mystérieuse qui nous envoie nos pensées, comme on écrit les discours d'un ministre fatigué. Nous ne nous interrogeons pas sur la validité de ses suggestions. Elles sont le plus souvent d'excellente qualité, et ce n'est pas un heureux hasard, c'est leur rôle.

Cet Inconscient qui veille sur nous n'est pas un autre nous-même, un concurrent ; c'est un ami qui fait de son mieux pour nous faciliter la vie... Nous y reviendrons.

Une pensée apparemment voulue n'est jamais qu'une pensée suivant une suggestion. La volonté, comme tous nos actes, est le résultat des pensées envoyées par l'Inconscient, qui sont malgré tout *nos pensées*.

La pensée est un processus inconscient. Nous ne sommes jamais conscients que de la formulation de nos pensées. Leur élaboration échappe totalement à notre conscience, et à toute espèce de *volonté*.

La preuve par le rêve

Le rêve est l'occasion de manifestations psychiques indéniablement inconscientes. Le décor de nos rêves n'étant ni choisi, ni conçu par une portion consciente du psychisme, il faut bien qu'il soit inconscient. Par contre, nous cultivons volontiers l'illusion que nous sommes conscients, intelligemment conscients et libres de réagir presque comme dans la vie éveillée, alors même que nous sommes en plein rêve.

Quelle est donc cette intelligence assez niaise pour ne pas s'apercevoir que nous nageons en plein délire onirique? Où est notre brillante personnalité, notre *moi* éminent, conscient, et volontaire? Et notre esprit critique, qui se laisse aussi grossièrement abuser?

Dans le rêve, nous avons encore plus ou moins l'illusion de liberté de l'état de veille, mais nous fonctionnons comme si de rien n'était dans un univers absurde, choquant, qui suscite, au réveil nos jugements les plus critiques. Pourquoi ceux-ci sont-ils douloureusement absents dans le rêve, sinon parce qu'ils ne sont pas **fournis**? et cette absence, aucune pensée impertinente ne vient la relever...

La seule réponse acceptable à l'aberration du fonctionnement psychique conscient dans le rêve, c'est qu'il est tout entier *soufflé*, commandé, conçu par une entité inconsciente, qui en tire les moindres ficelles, à des fins encore mystérieuses à la page où nous sommes.

Pourquoi la conscience ?

Il pourrait ressortir de ce qui précède que nous sommes des automates inconscients, et nous nous insurgeons naturellement contre cette définition. Nous sentons confusément que notre conscience joue un rôle, et qu'il est de premier plan.

Il nous arrive à tous et à tout moment d'avoir des pensées « inexactes », incongrues, ou leur manifestation en paroles stupides, erronées, qui nous font réagir immédiatement. Cette réaction « *Oh, mais c'est idiot, je n'ai pas voulu dire ça !* » nous paraît bien traduire l'essence de notre liberté, et de notre maîtrise consciente du psychisme, cette chimère.

Évidemment, la pensée (ou la parole) correctrice n'a pas été davantage élaborée consciemment que celle qu'elle critique. Pour les mêmes raisons techniques. Pourtant, cette pensée correctrice nous rassure. On verra qu'elle compense le déplaisir de la pensée manifestement fautive...

À quoi bon tout cela ? Si vraiment l'Inconscient produit la faute puis sa correction, pourquoi n'a-t-il pas émis d'emblée une pensée ou un acte corrects ?

Tout simplement parce qu'il a eu besoin du passage à la conscience pour s'apercevoir de son erreur.

Pourquoi la conscience ne servirait-elle pas à quelque chose ? Son rôle est fondamental, même s'il est loin de correspondre à l'idée classique que nous en avons.

Conscience, et non liberté

Nous ne sommes libres de nos actes en aucune manière. La liberté de conscience est une expression dénuée de sens, car nous ne disposons pas de la liberté la plus élémentaire : celle de penser.

Comme beaucoup de mythes, celui de la liberté s'est engouffré dans notre histoire par les portes ouvertes de notre ignorance. De la même façon que nous avons longtemps cru que les dés à jouer étaient influencés par les dieux du hasard, car il ne nous était pas possible de prévoir leur manière de rouler, nous avons inventé la liberté, dans l'ignorance où nous étions des mécanismes de notre déterminisme.

Est-ce dire que les pages suivantes nous apprendront à prévoir nos actes futurs ou nos destins ?

Pas plus que nous ne sommes capables de prévoir l'issue d'un lancer de dés non pipés, si nous ne maîtrisons pas tous les paramètres qui déterminent leur trajectoire (densité des matériaux, adhésivité, vitesse, masse, etc.), nous ne pourrons savoir ce que seront nos pensées dans dix minutes

ou dans dix ans. Les paramètres qu'il faudrait connaître sont autrement plus complexes et nombreux pour des hommes que pour des dés à jouer.

Le langage n'est qu'un instrument, un outil pouvant servir à n'importe quoi, des œuvres les plus estimables aux mensonges les plus révoltants. Il n'est donc nullement étonnant de trouver les mots qu'il faut pour servir les illusions auxquelles nous sommes habitués. Cela ne leur prête jamais qu'une apparence d'existence.

Nature véritable de la conscience

La conscience n'est qu'une perception passive du fonctionnement psychique, une fenêtre ouverte sur le psychisme où l'on ne voit jamais qu'une part infime de ce qui se passe.

Notre *moi* n'est qu'une fiction, une représentation mentale de nous-même plus ou moins en rapport avec la réalité. Il est naturellement impossible d'en démontrer l'absurdité de l'extérieur. Les mystères et les impasses qui fleurissent dans notre *connaissance du psychisme* sont cependant révélatrices.

Notre psychisme n'étant pas ce que nous croyions, notre *moi* n'a rien à voir non plus.

La fiction psychique, c'est l'illusion de la volonté créatrice qui dirige l'individu. La réalité, c'est que l'individu subit les règles de son fonctionnement intellectuel, **comme si elles étaient imposées de l'extérieur** (*parce qu'il n'y a pas de différence objective entre notre intellect et la réalité extérieure. Il appartient à cette réalité. Il en fait intimement partie*).

Méconnaître les règles dont nous subissons l'application systématique, c'est nous exposer continuellement à subir aveuglément les douleurs de la confrontation à une réalité à laquelle nous refusons d'appartenir, en cultivant la fiction de notre différence fondamentale, de notre supériorité.

Le monde où nous vivons nous blesse parce que nous l'avons modelé à l'image que nous croyions être la nôtre. Notre monde est donc construit sur une chimère.

Le *moi* n'est rien d'autre que le corps dont nous sommes conscient et les plaisirs et douleurs qu'il peut éprouver consciemment. Le reste n'est qu'une mauvaise littérature.

L'illusion fondamentale fait du *moi* un acteur, alors qu'il est essentiellement passif. Il subit la réalité du monde et celle d'un intellect qui ne saurait lui obéir véritablement.

Ce n'est pas le *moi* qui commande à l'intellect, mais l'intellect qui agit et accessoirement nourrit la fiction du *moi*.

Le langage vient prêter son concours à l'illusion fondamentale, comme un bon serviteur :

on dit « *Je fais* » au lieu de dire « *l'intellect qui travaille à me* [ce dont je suis conscient] *faire plaisir me* [mon corps] *fait faire* ». Le premier *me* est subjectif, alors que le second désigne le corps objectif, dont d'autres êtres peuvent percevoir l'existence et les actes, et y réagir.

Dans le langage, il y a confusion entre les deux et la totalité du psychisme. Tout ce qui passe à la conscience est considéré comme des activités de celle-ci, rebaptisée *moi*, alors que l'Inconscient est réduit au rôle de souffleur.

Il va falloir réapprendre à dire *je*, mais ce mot ne recouvrira plus du tout la même réalité. L'exercice de description de l'intellect est particulièrement difficile, car *nous ne parlons pas la bonne langue*.

Chapitre 2

La Règle

La raison du plus agréable est toujours la meilleure

Nous connaissons tous des exemples d'êtres humains dits *simples*, qui ne s'embarrassent pas de problèmes métaphysiques, et se contentent de vivre d'une manière primaire, animale.

Ils jouissent des plaisirs physiques, sans retenue, sans complexes, sans finesse, et ils aiment rire, se vanter, se livrer à des activités diverses dont l'unique but est de montrer aux autres que la bonne opinion qu'ils ont de leur individualité est pleinement justifiée. S'ils ne sont pas mieux placés dans l'échelle sociale, c'est uniquement parce qu'ils n'ont pas eu de chance, leurs efforts et leur mérite ne sont pas en cause, etc.

Supposons que nous soyions foncièrement différents de ce portrait simpliste. La nature des concepts qui retiennent notre attention et auxquels nous attachons du prix est donc d'une nature plus élevée, dans notre échelle de valeurs personnelle. N'essayons-nous pas, nous aussi, de nous procurer autant que possible certains plaisirs physiques et intellectuels, en essayant de limiter les désagréments ? Oui, mais pas à n'importe quel prix, et *nous n'avons pas les mêmes plaisirs* !

La haute idée que nous avons de nous-mêmes n'est-elle pas à l'origine de ce sens de l'honneur auquel nous tenons, et ne nous plaît-il pas de nous sentir supérieurs à ces êtres ? Un petit peu quand même. Pas question de mettre en cause la légitimité de notre orgueil ! Reconnaissons simplement son existence, et le plaisir certain qu'il nous procure. C'est un premier pas... vers le gouffre.

Et si nous cessions de tourner autour, pour regarder ce qu'il contient?

L'Univers n'existe pas autour de nous comme un ensemble neutre de composants qui nous laisseraient indifférents dès lors qu'ils ne nous touchent pas directement. Au contraire, nous appréhendons la réalité comme un ensemble de plaisirs et de douleurs potentiels, les éléments strictement neutres constituant une rare exception et étant finalement à éviter comme s'ils étaient douloureux.

Tout, absolument tout ce qui constitue notre Univers connu, est classé, apprécié, et réparti entre plaisirs et douleurs.

Même les lettres de l'alphabet ne sont pas neutres. Indubitablement, nous en préférons certaines à d'autres, voyant souvent d'un meilleur œil le **J** que le **K**. Pourquoi? Peut-être, par exemple, parce que le **J** nous sert à parler de nous-mêmes, alors que le **K** peut évoquer les kilos que nous avons en trop... Ou, le plus souvent, pour d'obscures raisons que nous ne cherchons même pas à élucider. Il y a autant d'appréciations différentes que d'êtres humains, et si nous parvenons à nous mettre d'accord, c'est toujours à la suite de compromis.

Nous avons nos préférences en tout, souvent sans pouvoir les justifier ni chercher à le faire.

L'important, ce qui compte pour nous, c'est essentiellement ce que nous avons le plus de plaisir à faire, même si c'est un plaisir intellectuel et non physique.

Notre système de valeurs et de références est entièrement fondé sur notre pouvoir d'attacher de petits plaisirs à toutes les choses matérielles ou intellectuelles, pour les hiérarchiser, et finalement choisir entre elles.

Tous les films, affiches et slogans publicitaires, qui nous irritent, nous amusent ou nous laissent indifférents, ne sont pas tant destinés à notre information, que conçus pour nous faire **aimer** les produits qu'ils montrent, de manière à nous

les faire préférer aux autres marques. Les lessives, les biscottes, le beurre, la voiture, que nous choisissons, ne sont pas le résultat d'un choix raisonné, mais d'une sympathie conditionnée, lorsque des critères objectifs quantifiables (comme le prix) n'entrent pas systématiquement en compte. Bien sûr, il y a l'esthétique de l'emballage, mais ce plaisir acquis est étroitement confondu avec le produit lui-même, amalgamé. Les meilleurs produits, enveloppés dans un emballage gris et laid, confrontés à une concurrence aux couleurs charmeuses mais de moindre qualité, ne sauraient se vendre correctement.

Préférer tel homme à tel autre, c'est avoir davantage de plaisirs – et pas seulement *du plaisir*, car nous sommes complexes – à voir le premier que le second, prendre éventuellement plus de plaisir ou moins d'ennui à son discours, ses manières, son visage, et toutes sortes de détails, dont on n'a jamais fini de faire l'inventaire.

Cette faculté de marquer les objets ou les êtres d'un plaisir qui nous est propre s'applique également aux idées, aux concepts abstraits, et aucun domaine de notre activité psychique n'y échappe. Tout ce qui passe par notre *esprit* est répertorié, étiqueté, noté en fonction du plaisir que nous y éprouvons, après avoir été confronté aux souvenirs qui s'y rattachent ou s'en rapprochent et qui étaient eux-même notés, favorablement ou non.

Il ne s'agit pas d'hédonisme, ni de désir forcené de jouissance, et la réalité est considérée par de nombreux contemporains comme un ensemble plutôt désagréable qu'agréable. Le monde est alors une *vallée de larmes*, synonyme de douleur, où les plaisirs sont rares et ne durent pas, et la vie n'est qu'une fuite devant les désagréments. Question d'appréciation personnelle, de point de vue, et d'éducation...

La Règle

En dépit de la haute idée que nous avons de nous-même, notre psychisme conscient obéit à une règle simple, que nous appelons désormais la Règle, et que l'on peut énoncer ainsi :

Nous choisissons toujours ce qui nous semble le plus agréable ou, s'il n'y a rien de plus agréable, ce qui nous paraît le moins douloureux.

Cette *Règle du plus grand plaisir ou de la moindre douleur* ne souffre aucune exception, et, s'il semble y en avoir, c'est uniquement parce que nous ne l'avons pas encore expliquée en détail.

Une vérité blessante ?

Autant nous accepterons d'admettre que les chiens ou les chimpanzés soient des animaux qu'il est possible de manipuler à coups de récompenses et de menaces, de carottes et de coups de bâtons, autant nous nous hérissurons à l'idée que l'Homme puisse être aussi simple que cela.

Certes, il est des individus qui courent, leur vie durant, après les honneurs, les médailles, les titres, la gloire, et il en est d'autres qui fuient devant la moindre menace, mais ils sont une minorité, sur laquelle on ne saurait fonder aucune généralité.

La plupart des êtres humains, pensons-nous, à commencer par nous-même, se déterminent en fonction de principes supérieurs qui dépassent de très haut les douleurs et les récompenses élémentaires dont il est question chez les animaux.

Nous aimons à nous croire supérieurs aux notions de plaisir et de douleur, et pourtant **si nous sommes attachés à certaines valeurs spirituelles, c'est essentiellement parce que nous y éprouvons du plaisir ou qu'il nous semblerait très douloureux de ne plus nous y conformer.**

Comment peut-on parler en termes de *plaisir* de ces grands principes auxquels nous nous référons dans notre conduite de tous les jours, et tout au long de notre vie ? L'honnêteté, la droiture, la religion, l'amour, le devoir, sont-ils donc des plaisirs ? Difficile à admettre... Pourtant, il suffit que l'on nous soupçonne de manquer à ces grands principes pour sentir en nous la morsure d'une douleur mentale indiscutable, proportionnée à l'attachement que

nous avons et au doute qui le frappe. L'horreur suprême serait bien que nous ayions été réellement obligés de contrevenir aux principes qui nous étaient chers, et la douleur serait vive. Un peu comme celle qui frappe un gourmand condamné à se sous-alimenter ou un gourmet obligé de se contenter d'une nourriture infâme*...

Nos grands principes procurant des plaisirs ou des douleurs intellectuels, l'honneur est donc sauf.

À côté de quelques plaisirs physiques que nous pouvons partager avec d'autres mammifères, la vie humaine, ses grandes ou ses petites décisions, se déterminent en fonction des plaisirs intellectuels qu'on éprouve et qu'on s'arrange pour multiplier, ou des douleurs intellectuelles ou physiques qu'on essaie d'éviter et de limiter autant que possible.

L'Univers, pour chaque être humain, est un ensemble de plaisirs à éprouver et espérer, et de douleurs à fuir et à craindre.

Allons ! Le soldat héroïque, qui donne sa vie pour la patrie, aurait été motivé par un plaisir, fuyant la douleur ? N'a-t-il pas choisi, au contraire, de donner sa vie et tous les plaisirs qu'il pouvait en attendre par esprit d'abnégation ? N'a-t-il pas craint la mort jusqu'au bout et donné sa vie sans hésiter ?

On peut penser que cet exemple va à l'encontre de notre démonstration, mais il n'en est rien.

Chaque acte d'un être humain est motivé par la recherche d'un plaisir plus grand ou d'une moindre douleur. (rappel)

Nous n'irons pas plus loin sans déterminer ce qui se passe dans l'esprit du héros. Si la Règle s'applique à lui, il faut qu'il attende de son acte d'héroïsme un plaisir supérieur à la crainte de la mort, ou qu'il fuit une douleur plus grande.

Quel plaisir peut-il y avoir à mourir pour la patrie ? Un homme pour qui la notion de *patrie* justifie un attachement

* Ah ! Mais ce n'est pas pareil, direz-vous, puisque la douleur du gourmet est gustative, sensitive, et non intellectuelle. Certes, mais le principe est le même.

et un dévouement indéfectible n'est pas loin d'éprouver la même chose qu'un être intensément épris d'un autre, sauf qu'il s'agit là d'une entité supérieure, démesurée, magnifique (*la Patrie*) et qui est en danger. *Exaltation altruiste et vaniteuse*, pourrait-on dire, si l'on jugeait froidement le comportement de ce héros, ou *fanatisme*, s'il s'agit d'un homme qui ne pense pas comme nous, mais c'est la même chose...

Le héros n'a pas analysé froidement la situation, mais il a choisi de la seule manière qui lui a paru possible. Son désir de participer à la défense des valeurs auxquelles il aimait s'associer (ou, plus primitivement, le désir de montrer au plus grand nombre qu'il a du courage...) a été plus fort que la peur de la mort, d'autant qu'il a pu garder, contre toute vraisemblance, l'espoir de rester en vie, intact, pour pouvoir raconter ses exploits à ses petits-enfants.

Un autre homme aurait choisi, dans la même circonstance, de fuir et déserté, plutôt que de courir vers une mort certaine, parce qu'il n'aurait pas eu la même appréciation des plaisirs et des douleurs en jeu.

C'est notre appréciation personnelle de la réalité au moment du choix qui détermine finalement chacune de nos décisions. Si la réalité nous a semblé évoluer, ou si notre appréciation se modifie, notre avis change dans la même direction.

L'action, le refus de choisir ou la passivité, résultent également de décisions motivées selon le même processus.

Il n'y a aucune liberté de choix dans nos décisions conscientes. Tout dépend de notre appréciation de la réalité en jeu au moment du choix. LE RESTE EST AUTOMATIQUE.

Pas de choix ? Pas le choix ! Monstrueuse hérésie contre laquelle nous avons tous envie de nous dresser, tant nous sommes convaincus (par des siècles de conditionnement socio-culturel) que notre libre-arbitre est une évidence indiscutable !

Résisterez-vous à un autre test? Vous avez le choix entre deux tartines de confiture : groseilles que vous adorez, et mûres que vous détestez. Laquelle allez-vous choisir? Aucune?

Vous allez attraper la tartine détestée, l'avaler avec une grimace, puis me regarder avec un sourire triomphal. N'avez-vous pas échappé à la Règle?

Pas du tout. Le plaisir de me contrarier a été simplement supérieur à votre dégoût pour la confiture de mûres et au plaisir de manger celle de groseilles.

Auriez-vous refusé de prendre une tartine, cela aurait simplement prouvé que la crainte d'apporter de l'eau à mon moulin était supérieure au plaisir de me contrarier, ou de manger la tartine de groseilles...

Dans cet exemple de la vie quotidienne, la stricte application d'une règle qui a l'air simpliste n'aboutit nullement à des situations primaires, stéréotypées, et facilement prévisibles. Nous sommes peut-être des espèces de machines, mais nous sommes complexes, ou, si l'on veut, riches de particularismes, de détails, qui font de chacun d'entre nous un *être spécial* au comportement difficilement prévisible.

Les tiraillements dont nous sommes les victimes, partagés entre des désirs* incompatibles, ont été perçus depuis de nombreux siècles et on a voulu les justifier. Ce n'est pas un hasard si nos désirs considérés comme *bas* justifiaient l'existence mythique de *démons tentateurs*, alors que nos *nobles* aspirations étaient encouragées par des *anges gardiens*.

Exemples

Nous sommes tous différents. Le monde existe en autant de facettes qu'il y a d'individus pour le contempler.

* Cf glossaire, page 260.

L'**importance** est la notion la plus relative qui soit. *Ce qui nous importe* est en effet différent, souvent partiellement, de ce que considèrent les autres hommes. Nous avons nos goûts, notre manière personnelle d'envisager la réalité et ses plaisirs. Si nous partageons ces derniers avec d'autres hommes, la hiérarchie établie entre eux nous est propre. Ce sont le contenu de notre mémoire, la *personnalité* forgée au cours de notre histoire personnelle, qui nous rendent **uniques**. Le fonctionnement de notre intellect est le même pour tous, d'Einstein jusqu'au plus petit d'entre nous.

Voici dix exemples de situations ordinaires ou extrêmes :

1) Pierre-Louis a le choix entre du chocolat et de la confiture pour son goûter. Il préfère le chocolat, mais il choisit la confiture. Il laisse ainsi le chocolat à sa sœur, qui aurait préféré la confiture.

2) Catherine court le marathon. Elle a encore deux kilomètres avant l'arrivée. Elle souffre. Elle est parmi les derniers. Elle choisit de continuer en surmontant sa douleur.

3) Cerné par la police après un hold-up, Yves choisit de résister, alors qu'il sait n'avoir aucune chance. Il mourra sous les balles des policiers.

4) Après toute une vie de dur labeur, Jean est remercié par le directeur de son usine. Il aurait pu goûter aux joies de la retraite, en compagnie de sa femme, mais au bout de six mois, il se pend dans son garage.

5) Nicolas effectuait des études brillantes. Il laisse tout tomber pour entrer dans une secte.

6) Aline est dans une chaloupe de sauvetage, avec ses deux jeunes enfants, sur une mer démontée. L'embarcation prend l'eau. Lourdemment chargée, elle ne va pas tarder à couler. Au loin, des hommes l'ont vue, mais il sera trop tard quand ils arriveront. Aline se dresse alors dans la barque et elle se jette à l'eau, pour soulager le bateau. Elle ne sait pas nager.

7) Roland est dans le désert avec son meilleur ami, Michel. Leur 4X4 tombe en panne et ils ne parviennent pas à le réparer. Ils tirent au sort pour savoir lequel des deux ira chercher du secours en emmenant les deux tiers de la ration d'eau. Roland est désigné. Il part et se trompe de route. Au moment où il s'aperçoit de son erreur, il a le choix entre deux pistes :

— une qu'il connaît bien, mais elle est trop longue pour qu'il y ait encore des chances de secourir Michel à temps ;

— une autre, plus rapide, mais qu'il ne connaît pas et où il risquerait de s'égarer encore.

Malgré son amitié pour Michel, il choisit la première route.

8) Marie déteste son travail. Son salaire est bas. Elle pourrait trouver un emploi ailleurs. Elle restera pourtant au même poste jusqu'à la retraite.

9) Sophie aime la glace au chocolat. Elle choisit néanmoins une salade de fruits, qu'elle aime moins, mais qui ne la fera pas grossir.

10) Patrick est masochiste et apprécie certaines douleurs comme des plaisirs.

Ces dix scènes offrent un panorama de comportements humains variés qui obéissent tous à la Règle, applicable à tous nos actes.

Passons-les en revue :

1) Alors qu'il préfère le chocolat, Pierre-Louis choisit de manger la confiture, pour embêter sa sœur. Il éprouve plus de plaisir* à l'idée d'embêter sa sœur et à manger la confiture qu'à manger le chocolat. Il a choisi ce qui lui faisait le plus plaisir* sur le moment.

2) Catherine souffre de partout, mais l'idée d'abandonner alors qu'elle est près du but lui est encore plus désagréable*. En continuant, elle choisit ce qui lui paraît le moins douloureux*.

* Cf note, page 37.

3) Yves sait ce qui l'attend s'il résiste. Il n'a rien à y gagner, seulement de très grosses chances de mourir. C'est un suicide déguisé. Il préfère la mort à la perspective d'un séjour prolongé en prison. Il opte pour ce qui lui paraît le moins désagréable*.

4) Jean ne supporte plus l'inactivité forcée à laquelle la retraite l'a condamné. La continuation de son existence inutile lui semble plus douloureuse* que tout, et même que la mort. Il opte pour le moins pénible*.

5) Nicolas était un étudiant brillant, promis au plus bel avenir. Il a rencontré des adeptes de la secte, et il lui a semblé que c'était là l'existence qui valait le plus la peine d'être vécue. Sa vie d'étudiant lui est apparue terne et égoïste. Il a choisi de se consacrer au développement de cette secte. Il a opté pour la voie qui lui promettait le plus de satisfaction* et son visage rayonnant montre clairement le plaisir* qu'il éprouve à sa nouvelle vie. Cela valait la peine de décevoir ses parents et ses proches**.

6) Aline donne sa vie pour sauver ses enfants. Elle préfère sa mort à celle de ses enfants. L'idée de leur mort est pire que tout. Elle opte pour la moindre douleur*, dans l'espoir qu'ils resteront en vie.

7) Roland choisit de ne pas risquer sa vie et il sacrifie celle de son ami du même coup. Au moment où il prend sa décision, son amitié pèse moins lourd que l'idée de se perdre seul dans le désert. L'idée de la mort, ajoutée à sa fatigue, lui semble plus douloureuse* que tout. Il opte pour l'autre voie.

8) Marie préfère la sécurité et la stabilité à l'aventure d'un changement qui pourrait n'apporter rien de positif. Elle endure les désagréments* de son emploi, sans essayer d'en changer. La crainte de ne pas retrouver de travail (et même de se retrouver à la rue...) lui semble plus terrible que le *statu quo*. Elle choisit le moindre mal*.

* Cf note, page suivante.

** L'étrange plaisir ressenti par ce jeune homme sera explicité dans la troisième partie de ce livre. On peut déjà dire qu'il sera appelé *nostrophilie*.

9) Sophie semble raisonnable. Elle préfère manger moins bon, pour ménager sa ligne. Elle éprouve simplement plus de plaisir * à la perspective de pouvoir remettre les maillots de bain de l'année précédente qu'au goût fugace de son dessert favori. Elle ne fait que choisir ce qui lui fait le plus plaisir *. L'orgueil l'emporte ici sur la gourmandise...

10) Patrick aime certaines souffrances. Il ne fait que choisir ce qui lui est agréable *. Ses goûts ne sont pas ceux de tout le monde, mais il applique la même Règle que les autres :

Nous choisissons tous, et en tous nos choix, ce qui nous semble globalement le plus agréable ou le moins désagréable.

Chaque individu a une appréciation de la réalité qui lui est propre. Laissons de côté les jugements moraux faciles. Il y a assurément dans cette petite galerie de portraits des gens bien et d'autres plus ordinaires, moins héroïques. Ils réagissent, chacun à leur manière, à la réalité à laquelle ils sont confrontés, ou, plutôt, à celle qu'ils se représentent.

En énonçant la Règle, on aurait pu penser qu'en l'appliquant, tous les hommes devraient se comporter exclusivement en jouisseurs forcenés et lâches. Nous avons vu des hommes ordinaires ou même héroïques, et ils n'ont fait que l'appliquer, à leur insu.

L'ennui

L'ennui vient nous fournir la preuve que nous ne vivons que pour le plaisir, si choquante cette idée puisse-t-elle paraître.

L'ennui, cette inactivité intellectuelle, à laquelle nous sommes parfois contraints par des circonstances extérieures ou par un mystérieux malaise intérieur, est douloureux dans la mesure où notre soif permanente, vitale, de plaisirs ne trouve pas à s'éteindre.

* Ces répétitions ne sont pas dues à une extrême pauvreté de vocabulaire. Sans faire aucun réductionnisme, **la totalité de nos actes, de nos choix, sont conçus en terme de plaisir ou de douleur**. Nous ne le formulons pas ainsi dans la vie courante, préférant les mots « priorité » ou « importance », mais il s'agit toujours de notions assimilables et convertibles (comme une monnaie) d'une part en *coups de bâton* (sauf pour les masochistes) et d'autre part en *récompenses*.

Si nous étions aussi neutres que nous aimons le croire vis-à-vis des plaisirs, l'ennui, c'est-à-dire l'absence d'occupations pour la conscience, devrait nous trouver sereins.

L'homme qui trouve toujours à s'occuper, à réfléchir ou à se remémorer, ne connaît pas l'ennui. La frustration de l'ennui indique un déficit de plaisir qui est douloureux, plus peut-être qu'un petit désagrément tant nous parvenons souvent à trouver de bons côtés aux mauvaises choses.

L'espoir et la peur

La peur* n'est jamais qu'une douleur physique ou mentale à laquelle nous nous attendons, que nous éprouvons comme si elle était déjà là. Cette possibilité n'a rien d'extraordinaire, tous les mammifères connaissent la peur. Ce n'est pas une projection de l'avenir dans le présent, car cette « hypothèse d'avenir » n'est jamais *fabriquée* qu'avec des souvenirs. La peur n'est qu'une intervention de la mémoire au service du présent. Qu'elle soit la crainte de l'instant qui va suivre ou à plus long terme et qu'on la baptise anxiété, elle désigne une même **représentation douloureuse d'une réalité qui n'existe pas encore**, et qui n'existera peut-être jamais.

C'est un élément déterminant de notre choix, et si certains d'entre nous dépassent leur peur, c'est qu'il est en eux une peur ou un espoir plus forts qui l'emportent. L'objet de la peur devient alors *un moindre mal* ou *un mauvais moment à passer*.

L'espoir est en effet le pendant exact de la peur, et la longueur de l'échéance envisagée ne change pas plus sa nature réelle de **représentation agréable d'un événement qui n'existe pas encore**.

Espoir et peur sont fondés sur des souvenirs d'événements identiques ou jugés proches, vécus ou dont nous avons eu connaissance d'une manière quelconque et que nous estimons possibles.

* Cf glossaire, page 262.

Les besoins

Innés ou acquis, naturels, physiques ou mentaux, sains ou pervers, les besoins sont des plaisirs et des douleurs liés à la réalisation d'un acte. Lorsque le besoin se manifeste, c'est toujours sous une forme douloureuse, de manière à nous pousser à réaliser l'acte libérateur. Il arrive aussi fréquemment que l'acte auquel nous sommes ainsi incités soit récompensé par un plaisir spécifique.

Le besoin d'uriner diffère peu de l'envie que l'on peut éprouver d'acheter tel objet, car nos désirs sont des besoins auxquels nous avons accepté de nous soumettre. S'il nous est possible d'acquérir la chose convoitée ou de nous soulager la vessie, la douleur cessera, remplacée éventuellement par le plaisir que l'on espérait. Par contre, parmi les multiples besoins artificiels que nous pouvons nous inventer, certains sont inaccessibles, et ils seront éprouvés douloureusement chaque fois qu'ils se manifestent à la conscience. Ainsi, lorsque nos besoins recouvrent des rêves inaccessibles, la tension douloureuse ne disparaît définitivement qu'avec la cessation du besoin. Il ne s'agit pas de confondre un besoin et une rêverie agréable. Si un besoin peut être doublé d'espoir, ce qui n'est pas toujours le cas, le premier peut créer une espérance illusoire.

Chaque homme a sa vision de la réalité, différente de celle de tous les autres dans les détails. Ce sont précisément ces détails qui font le caractère imprévisible et foisonnant des comportements humains.

L'apparence de liberté n'est qu'un désordre dû à une multitude d'appréciations déformées de la réalité. Si nous avions tous une vision objective et donc identique de la réalité, nos comportements deviendraient étrangement simples, compréhensibles et semblables.

L'expression « *Si j'avais été à sa place, j'aurais fait mieux et autrement* » devrait être dans notre bouche : « *Si j'avais été lui, j'aurais fait la même chose* ». Pour nous mettre à la place d'un autre, fût-il très différent, il nous faudrait adopter sa vision du monde. Dans le cadre de celle-ci, son attitude n'est plus qu'un enchaînement

implacablement logique, et une application de la Règle, à laquelle **nul ne peut se soustraire.**

Ainsi est-il un peu vain de condamner les actes d'un autre, si bizarres aient-ils pu paraître. Il ne nous appartient que de déplorer qu'il ait pu avoir une représentation de la réalité si fautive qu'elle l'ait entraîné à des aberrations. S'il n'est pas toujours possible de le ramener à une plus juste vision des choses, au moins vaut-il la peine d'essayer d'éviter que d'autres hommes ne s'éprennent des mêmes erreurs...

Tous les hommes, à quelque époque que ce soit, ont toujours appliqué la Règle à toutes leurs décisions. **Il n'est pas de situation qu'elle ne régit totalement.**

Même si, pour le plaisir de contrarier, nous décidons de faire le contraire de ce que nous aurions préféré autrement, nous appliquerons encore la Règle. Nous ne saurions y échapper, ne fût-ce qu'une seule fois*!

Ce qui fait la multiplicité des choix des hommes (qui laisse croire à une liberté de choix), et donc la diversité infinie de nos actes, c'est notre capacité à nous inventer des plaisirs particuliers, personnels, originaux, des espoirs, des besoins ou des peurs, que nous ne partageons pas avec tous les autres hommes, et que nous sommes parfois seuls à éprouver.

Ces plaisirs sophistiqués, intellectuels, éventuellement pervers, invitent certains d'entre nous à se livrer parfois à des conduites apparemment monstrueuses. S'ils sont plus forts que tous les arguments que nous pouvons leur opposer, nous ne saurons leur résister. C'est toujours la Règle.

Elle s'appliquait déjà aux mammifères. En la matière, nous ne sommes pas différents d'eux, ni supérieurs. Nos plaisirs sont moins primaires, moins strictement liés à la satisfaction des besoins vitaux, mais ils nous enchaînent aussi bien.

Le plaisir de la rationalité et du raisonnement objectif a conduit l'Homme vers les progrès scientifiques que l'on

* Si vous avez du temps libre, essayez de trouver une exception. Bon courage!

connaît. Se serait-il complu dans le respect et la stricte observance de traditions millénaires, il serait resté à l'Âge de Pierre.

Ultime rappel :

Nous choisissons toujours ce qui nous semble le plus agréable ou, s'il n'y a rien de plus agréable, ce qui nous paraît le moins désagréable.

Un esprit rebelle pourrait penser que si c'était vrai, tous les hommes préféreraient aller s'amuser plutôt que d'aller au travail. Certains le font, mais la plupart estiment que ne plus avoir de salaire serait plus désagréable que le travail, puisqu'il faut de l'argent pour vivre et se distraire...

Cette Règle simple devrait nous assurer le bonheur, ou, au moins nous permettre de *limiter les dégâts* dans un milieu hostile. Elle ne remplit pas toujours son rôle à cause des multiples plaisirs incompatibles qui *se partagent notre intellect**, et surtout parce que notre monde, façonné par l'homme, n'a pas toujours pour but le bonheur de l'humanité.

* Les *plaisirs* viennent en fin d'ouvrage. Il nous reste encore bien des pages remplies d'idées désagréables...

Chapitre 3

La conscience remise à sa place ?

Éprouvant plaisirs et douleurs, témoin privilégié de l'activité de l'Inconscient, la conscience peut être aisément prise pour l'auteur des pensées, puisque celles qui lui parviennent ont souvent été émises en réaction à des perceptions ou à des pensées qui ont été elles-mêmes conscientes. Il est aussi facile à un primitif de confondre ce qui est projeté sur un écran de cinéma avec la réalité qui y est reproduite.

Conscience et perception

Nous ne percevons pas le monde tel qu'il est mais tel que nous avons appris à le connaître, à l'apprécier ou à le détester. Là où nous voyons quelque chose, un nouveau-né ne verra rien, faute d'avoir l'écho en mémoire. C'est à peine exagéré.

Le monde n'a d'existence à nos yeux que dans la mesure où il réveille en nous de l'intérêt. Montrez une carte de France à un chien. Vous pouvez aussi bien lui montrer une feuille blanche. Elle n'aura d'intérêt pour lui que si elle a une odeur connue. Il en est de même pour nous.

La carte de France offre toujours un peu d'intérêt pour nous. Devant une carte représentant une obscure province de Chine, écrite en idéogrammes, notre intérêt ne sera pas le même. Nous ne saurons pas où regarder, et s'il n'y a pas le moindre détail pittoresque, nous ne verrons pas grand-chose de plus que si la feuille était blanche, alors qu'un chinois ou un sinophile pourront s'y intéresser longuement.

C'est dire que nous regardons autant avec nos yeux qu'avec notre mémoire. La conscience ne reçoit pas les sensations brutes, mais des informations raffinées par le passage dans l'Inconscient. Nous

ne sommes pas encombrés de sensations inutiles, inintéressantes. Notre attention se consacre à l'utile et à l'agréable, parce que, **si nous avons mieux à faire**, l'Inconscient oppose un barrage aux sensations neutres, aux bruits ordinaires, aux visions sans attrait, aux odeurs banales...

L'Inconscient fait barrage aux sensations inutiles. Ainsi la conscience n'est-elle pas perpétuellement encombrée des messages de nos récepteurs périphériques.

Assis sur une chaise et lisant, sommes-nous sans cesse conscients de la pression que subit notre séant au contact du siège ? C'est rare. Faut-il en déduire que les nerfs de la région fessière cessent d'envoyer leur message ? Si nous sommes sourds au bruit des voisins, car notre lecture est passionnante, est-ce parce que nos nerfs auditifs ne sont plus parcourus par un message ? Si c'était le cas, comment pourrions-nous savoir qu'il faut les *rebrancher*, s'il n'y avait pas un gardien vigilant qui retransmettra le message urgent « *À table !* » alors qu'il a bloqué tous les autres, la plupart du temps. Est-ce un facteur aléatoire qui bloque les messages nerveux ? S'il s'agit vraiment d'un message urgent, nul doute que la lecture la plus passionnante sera immédiatement interrompue*. C'est une nécessité vitale. La charge des éléphants n'attendra pas la fin de la page...

La vue

C'est le sens principal de l'être humain, et, puisque l'œil est mobile, la démonstration de la passivité de la conscience dans la vue sera facile.

Lorsque nous regardons une carte, que nous promenons notre œil dessus, il n'erre pas au hasard, ni selon un trajet géométrique, mais il saute le plus souvent de mots en mots, alors que l'impartialité

* Sauf cas pathologique.

voudrait qu'il passe autant de temps dans les espaces vierges qui séparent les noms de lieux... Même si ce sont des noms inconnus, s'ils sont écrits en caractères latins, ils offrent à l'œil quelque chose à quoi *s'accrocher*.

De même, un œil qui lit saute de mot en mot, enjambant les articles sans s'y attarder autant qu'aux mots difficiles, dont le sens est incertain. Nous ne fixons pas toutes les lettres, et même pas tous les mots. Là encore le hasard n'y est pour rien.

Notre œil est attiré, et cela prouve la corrélation entre mémoire et mouvement. Là encore, tout vient de l'Inconscient, et la conscience est le témoin, la jauge de son activité.

Un enfant qui voit une glace au chocolat peut éprouver le désir et l'espoir de la manger. C'est souvent le cas. Tant qu'il ne la mange pas, le plaisir n'est pas gustatif, ce n'est que celui du souvenir d'une fois précédente. La vision d'une glace au chocolat peut très bien provoquer plus de douleur que de plaisir (s'il sait qu'il est puni et qu'il n'en aura pas...), alors que si l'Inconscient n'était pas intervenu, l'œil de l'enfant n'aurait pas été davantage retenu que par un papier gras, un pigeon ou un vêtement dans une vitrine...

Le survol est rapide, mais nous reverrons la conscience un peu plus loin, de manière plus détaillée.

Conscience et mouvements

Si un raisonnement est suffisant pour nous convaincre de l'impossibilité consciente de l'élaboration des pensées, pourrions-nous réaliser le même miracle avec les mouvements ?

Peut-on prétendre que tous nos mouvements, même les plus simples, sont effectués sans que la conscience ait un rôle *moteur* ?

Attention ! Précisons que la conscience sert effectivement à quelque chose dans de nombreux mouvements, mais il ne s'agit pas d'un *rôle actif*. Pour user d'une excellente comparaison, disons que la conscience joue le rôle de la glace dans laquelle la danseuse

se regarde quand elle s'entraîne... Elle est d'autant plus utile que le mouvement complexe en est à sa phase d'apprentissage. Quand il sera bien su, il s'effectuera sans recours à la conscience, et il sera beaucoup plus précis.

Dans les mouvements complexes, qui nécessitent un apprentissage, la conscience est indispensable au début, nuisible ensuite. Pour arriver à une certaine perfection, il faut que le mouvement soit inconscient, qu'il s'effectue sans que l'on soit obligé d'y réfléchir, d'y penser consciemment. Si vous n'en êtes pas persuadé, demandez à n'importe quel professeur de gymnastique, de dactylo, ou de piano...

Pour les mouvements simples, par contre, *il nous semble*, au contraire, que la conscience *maîtrise* le processus, du début à la fin.

Je lève mon bras devant moi, je fais tourner ma main, je redescends, je pivote. Chaque mouvement ou changement est précédé par une *pensée de volonté*, plus ou moins simultanée, et c'est précisément elle qui fait croire que *la conscience commande*.

Bougeons-nous si vite qu'aucune pensée commandant chaque phase ne peut être émise? *Il nous semble* que nous voulons chaque changement ou la continuation. **Et d'où nous vient cette impression?**

Reprenons au début. Comment fais-je, consciemment, pour lever mon bras devant moi? Certes, je contracte le faisceau antérieur de mon deltoïde, ce muscle de l'épaule, et mon bras se lève. Comment fais-je pour contracter ce muscle?

Il apparaît que le mouvement se fait tout seul, mais si sa naissance échappe **par nature** à la conscience, des milliards d'hommes croient que la source du mouvement *peut être* consciente.

Des mouvements, dont tout le monde reconnaîtra qu'ils ne sont pas voulus consciemment, il y en a des milliers, sans aller jusqu'aux tics. Ne nous arrive-t-il pas de faire des gestes avec les mains en parlant, quand la discussion est un peu passionnée? Ces gestes ne sont pas voulus, mais **acceptés**, quand la conscience a son attention attirée sur eux, *quand nous les remarquons*.

Nous vivons au milieu de gestes machinaux, d'automatismes, qui débarrassent la conscience d'une tâche de surveillance, qui serait terriblement envahissante. Ces mouvements, souvent très complexes, sont effectués parfaitement et inconsciemment. Si nous les remarquons parfois, c'est parce qu'il leur arrive d'être **incongrus** et donc gênants.

Quel automobiliste n'a jamais fait l'expérience du « pilotage automatique », se retrouvant sur un chemin *qu'il connaît par cœur*, mais qu'il n'a plus de raisons de prendre (par exemple, le chemin de son ancien domicile, s'il a déménagé) ?

Nous sommes tellement immergés dans les mouvements inconscients, que nous ne remarquons qu'ils n'ont pas été précédés et accompagnés de pensées volontaires que lorsqu'ils viennent en contradiction douloureuse avec la logique de notre raisonnement. Autrement, quant à la manière dont notre conscience perçoit les mouvements, il n'y a pas de différence entre un acte totalement inconscient et un autre dont la *justification préalable* a été envoyée à la conscience.

Il suffit que notre conscience soit occupée à autre chose pour que le pilotage automatique entre en jeu immédiatement. Il n'y a pas de temps mort. Le relais n'est pas passé à l'Inconscient. **Il ne l'a jamais lâché.**

Marchons dans la rue en concentrant la conscience sur chaque pas. Au moment où nous allons cesser d'y penser pour nous pénétrer d'un quelconque problème métaphysique, allons-nous trébucher ? Au contraire, nous serons même incapables de déterminer à quel moment précis la conscience a semblé lâcher les rênes du mouvement !

Il y a d'autant moins de danger qu'elle n'a jamais eu entre les mains qu'une illusion, une impression de pouvoir, de maîtrise, qui n'est pas désagréable, d'ailleurs...

Pour finir, après avoir admis que la conscience recevait ses pensées, ses ordres, de l'Inconscient, il serait assez fou qu'elle puisse commander à notre corps. Puisque l'Inconscient est l'intermédiaire

obligatoire qui est à l'origine du processus physique du mouvement musculaire, à quoi servirait-il de déléguer une part de décision à *un organe asservi* ?

Une nouvelle fois, ne nous laissons pas aveugler par l'illusion de la volonté, à laquelle nous sommes habitués.

Si l'Inconscient est si puissant que l'on veut bien le lire, et s'il est le maître de tous les mouvements, comment expliquer la différence de qualité entre les mouvements dont nous lui reconnaissons aisément le contrôle et ceux qu'il nous reste à apprendre et qui envahissent largement la conscience en se déroulant tant bien que mal ?

Savez-vous jouer d'un instrument, tout est fait inconsciemment, automatiquement, surtout quand vous connaissez le morceau par cœur... Apprenez-vous à jouer du piano, vous vous trompez souvent, vous êtes lent, maladroit, comme si vous ne deviez jamais y arriver !

L'Inconscient est un peu comme un aveugle. Il a besoin de voir ce qu'il fait pour pouvoir le refaire les yeux fermés plus tard. **La conscience est son œil.** Plus le mouvement est complexe, plus l'Inconscient mettra de temps à vérifier auprès de la conscience que son apprentissage est correct. Il faudra des milliers d'heures pour apprendre à jouer du piano, et de la persévérance.

Pour finir, raisonnons par l'absurde :

Si la conscience était à l'origine des mouvements que l'Inconscient ne maîtrise pas encore, parce qu'il ne les a pas assez répétés, comment expliquer qu'un beau jour elle puisse en perdre la direction, pour la laisser aux mains d'un Inconscient qui n'aurait rien appris à faire ? Comment expliquer qu'il puisse alors s'en tirer mieux qu'elle ?

D'autre part, comment expliquer qu'un mouvement que l'Inconscient maîtrise bien puisse être *gâché* par *ce qui nous semble être* une intervention de la conscience ? Pour l'Inconscient, le mouvement est un ensemble aussi parfait que la durée d'apprentissage l'a

permis ; même dictée par de bonnes intentions, toute intervention de contrôle qui brise le déroulement du mouvement le ralentira et nuira à son efficacité globale.

Un perchiste en compétition peut éventuellement se concentrer sur un aspect de son saut (force d'impulsion, vitesse...) mais il ne saurait s'offrir le luxe d'attirer sa conscience sur une phase technique du déroulement (placement des pieds, position du corps, etc.) sans enlever à son exécution toute la perfection du mouvement inconscient que ses entraîneurs l'ont aidé à mémoriser.

La conscience est un idiot muet

Lorsque nous pensons « *Je comprends...* », il nous semble que nous savons consciemment ce que cela signifie, que nous comprenons consciemment ce que nous entendons par cette pensée, qui nous est venue et que nous avons acceptée, parce qu'elle est venue au bon moment et que nous sommes habitués à nous considérer consciemment comme les maîtres de nos pensées et de nos actes.

La meilleure preuve que nous pourrions donner à un homme qui douterait que nous comprenons consciemment notre pensée « *Je comprends...* » serait d'ajouter à *la suite* toutes les définitions, les explications du verbe *comprendre* dont nous sommes capables. La preuve n'est pas bonne.

Une fois de plus, elle vient *a posteriori* au secours de la fiction mentale à laquelle nous sommes habitués, selon laquelle la conscience est intelligente.

Qui a envoyé le flot d'explications qui viennent, soi-disant, nous tirer d'embarras ? Qui a été les chercher, pour qu'elles deviennent conscientes ?

Pour comprendre véritablement ce que signifie chacune de nos pensées, il faudrait nécessairement que la conscience soit systématiquement et simultanément encombrée des périphrases expliquant leur sens, tous ces arguments que nous sommes certes capables de

penser consciemment, mais **seulement après coup et les uns après les autres** ! La conscience étant véritablement vide de toute mémoire, il faudrait, pour la supposer capable de la moindre intelligence, qu'elle subisse à chaque pensée un cours complet pour lui en réapprendre le sens.

Dans la réalité, la conscience se satisfait du plaisir lié aux mots qui la traversent, et, lorsqu'ils s'avèrent inadéquats, c'est l'Inconscient lui-même qui envoie la pensée : « *Mais qu'est-ce qui me prend de penser une chose aussi stupide ?* »

L'Inconscient se comporte vis-à-vis de la conscience comme envers un autre individu avec lequel il simule une conversation, à ce détail près qu'elle ne répond jamais avec des mots, mais en goûtant le plaisir ou la douleur contenus dans le discours. C'est en fonction des réactions de plaisir ou de déplaisir de la conscience, le plus souvent prévues et attendues, que l'Inconscient poursuit son émission de pensées comme autant de phrases.

Si nous étions confrontés continuellement et sans échappatoire à des situations absurdes et douloureuses, nous pourrions finir par en perdre la raison*. Pour fuir la douleur ressentie, l'Inconscient adapterait progressivement son discours à la réalité apparente, son but final restant que la conscience en tire du plaisir.

La musique, *une belle idiotie* ?

Il peut paraître choquant de considérer que nous sélectionnons nos pensées inconsciemment, non pas en fonction de leur pertinence intellectuelle (qui n'a aucun sens psychiquement) mais en fonction du plaisir que nous pouvons éprouver à leur agencement (ce qui revient au même quand nous avons eu une bonne éducation à laquelle nous avons bien réagi).

* La raison n'est qu'une attitude mentale adaptée à une certaine vision officielle de la réalité. Dans certaines sociétés, les comportements hors norme peuvent ainsi être assimilés à de la folie.

La composition, la création musicale, viennent à point nous donner un exemple de fabrication intellectuelle totalement dénuée d'intelligence. Chacun d'entre nous est capable, avec plus ou moins de bonheur, de créer un air de musique, sans rien connaître du solfège, et nous y prendrons du plaisir. Qu'y a-t-il à comprendre à cet assemblage de sons de longueurs d'onde différentes, que nous avons appris à aimer et qui ne sont que des bruits ?

Nous ne parlons pas ici des spécialistes, des musicologues, des musiciens même, pour qui la musique est un domaine structuré, codifié, et qui s'offusqueront à juste titre si on leur affirme qu'il n'y a rien à comprendre à la musique, comme si l'on pouvait écrire n'importe quelles notes les unes après les autres et se prétendre musicien.

Pensons plutôt à tous les hommes ordinaires qui sifflotent dans leur salle de bains le dernier tube de l'été. Pour peu que ses paroles aient été chantées dans une langue étrangère et incompréhensible, il ne reste rien de raisonnable à l'attachement que nous pouvons éprouver aux groupes de sons qui composent la mélodie. À moins que la cause raisonnable de notre attachement ne soit elle-même inconsciente...

Deuxième partie

**LES ROUAGES
DE L'ESPRIT**

Cette seconde partie est la plus difficile à appréhender. Comprendre notre psychisme, c'est un peu comme essayer de décrire la portion de branche sur laquelle nous avons toujours été assis. La gymnastique est ardue. Gare aux migraines !

Cette partie étant indépendante de la troisième, si la lecture devient trop rebutante, on peut sauter directement à la page 151, pour entrer dans le monde sinon plus agréable, du moins plus facile, de... nos plaisirs.

CHAPITRE 4

Zéro plus zéro égale l'infini

Un principe simple

Notre psychisme est composé d'une *machine*, **l'Inconscient**, et d'un élément apte à éprouver du plaisir et de la douleur, **la conscience**.

La fonction essentielle de l'Inconscient est de préserver au mieux la conscience de la douleur et de lui assurer en permanence le maximum de plaisir, en tenant compte de la réalité extérieure et des obligations de tout être vivant.

Ni concurrence ni révolte ne sont possibles :

l'Inconscient ne connaît que son travail et la conscience que les sensations agréables ou désagréables. Le premier ne saurait détourner le but de son activité, puisqu'il ignore le plaisir, et la seconde n'a aucune activité propre, aucune indépendance.

La conscience

La conscience a deux fonctions : elle est à la fois un instrument de mesure gradué, une sorte de **thermomètre** des plaisirs ou des douleurs, et un **cahier de brouillon**, permettant à l'Inconscient de tester le bien-fondé de ses décisions avant (ou au lieu) de les confronter à la réalité extérieure.

Chauds sont les plaisirs, les espoirs et souvenirs agréables ; *froids* sont les mauvais souvenirs, les craintes, les douleurs, et les désirs et besoins insatisfaits.

Chacun de nos actes consciemment préparés dépend de la *température* de la conscience au moment exact de la prise de décision. S'il fait plutôt froid, toute décision tendra à nous aider à quitter une situation désagréable pour l'améliorer. Si la chaleur l'emporte, nous pouvons adopter le *statu quo* ou vouloir améliorer encore la température.

Une température si basse que le thermomètre menace de se rompre correspond à une séance de torture physique ou mentale (où l'on subit...) à laquelle on ne voit pas d'issue.

Une température excessivement élevée correspond à l'annonce que nous sommes élu président, Prix Goncourt, gagnant au Loto, que le personnage le plus sexy de la série américaine *Dallas* nous attend sur le palier, que le médecin nous a trouvé une constitution de centenaire ou que notre pire ennemi est à l'hôpital...

Les pensées sont produites par l'Inconscient pour vérifier que ses décisions sont bien adaptées à sa mission : rendre la conscience aussi *heureuse* que possible. Cela ne veut pas dire que les pensées soient toutes conçues pour faire plaisir. La douleur a son utilité. Savoir souffrir permet souvent d'atteindre des plaisirs plus grands, plus solides et durables, que si l'on évite systématiquement la moindre douleur. Un Inconscient ayant subi une bonne éducation doit savoir cela.

L'Inconscient

Il est la machine à tout faire du psychisme.

Il reçoit toutes les sensations ; il envoie partiellement les plus importantes à la conscience, pour affiner son jugement et en tirer le meilleur parti.

Il agit, utilisant là encore la conscience pour ses actes les plus importants ou ceux dont il est le moins sûr, de manière à pouvoir réagir au moindre dérapage, corriger au plus tôt les erreurs, les approximations.

Il émet des pensées en direction de la conscience, véritables *actes à blanc* (comme on dit des *balles à blanc*), qui permettent d'économiser les fausses manœuvres au contact d'une réalité pas toujours amicale, de gagner du temps et de parvenir directement à agir d'une manière efficace et satisfaisante, sans avoir à multiplier les tentatives.

Pour certains raisonnements extrêmement difficiles, l'Inconscient peut recourir à des actes destinés à lui seul. Le monologue, l'écrit, le dessin, permettent à l'Inconscient de dégager la zone occupée par sa mémoire immédiate, pour mieux se concentrer, en enrichissant son raisonnement de stimulations sensorielles allant dans le même sens.

Alors que la conscience ne peut être occupée par plusieurs sens à la fois sans qu'ils se livrent une concurrence féroce nuisible à tous, l'Inconscient reste en permanence en prise directe avec la réalité sous toutes les formes que les organes sensoriels lui permettent de capter.

Monologuer, c'est doubler sa pensée des messages de l'ouïe et de ceux des mécanismes moteurs du langage, c'est donc tripler l'importance de l'information d'une pensée, même si l'on y perd en rapidité.

Écrire pour soi, c'est ajouter à la pensée la vue et les organes moteurs de l'écriture et donc tripler également l'occupation de l'Inconscient au sujet de l'information contenue dans cette pensée. Comme l'on peut toujours relire l'écrit, cet acte est bien plus rentable qu'un simple monologue.

Le Plaisir

Il est à la fois le but du psychisme et le moyen d'y parvenir. Tout notre psychisme s'organise autour de lui. Toutes nos pensées, tous nos actes, destinés à nous amener davantage de plaisir et moins de douleur, contiennent une part de plaisir ou de douleur proportionnelle à l'importance de leur rôle, ce qui permet au psychisme de contrôler constamment l'efficacité de ses décisions.

Avec un système aussi simple, comment expliquer que le rendement soit aussi faible, les résultats aussi déplorable pour une majorité de nos contemporains ?

On peut penser que le seul obstacle au bonheur*, c'est l'hostilité du milieu.

Pour l'homme d'aujourd'hui, il n'y a plus guère de fauves ou d'hostilité naturelle. C'est généralement la société qui forme obstacle.

D'une part, le plaisir des uns y fait souvent la douleur des autres.

D'autre part, l'incompatibilité de nos plaisirs respectifs et leur antagonisme au sein d'un même individu engendrent un fonctionnement aberrant de l'Inconscient et son incapacité à assurer le bonheur de la conscience.

Ainsi, quand plusieurs désirs strictement incompatibles coexistent en nous, la satisfaction du plus important d'entre eux peut provoquer une douleur supérieure au plaisir qu'il promettait, rien que par l'addition des douleurs des différents désirs non réalisés ! L'Inconscient ne peut pas savoir que son travail est vicié dès le départ. Comme prisonnier des sables mouvants, toute intervention de sa part ne fait que l'enfoncer davantage dans ce qu'il était censé éviter**.

Les données

L'Inconscient est une banque de données.

On peut distinguer plusieurs sortes de données :

- les données conventionnelles ;

La capitale de la France est Paris. Le vert est la couleur des feuilles d'arbre l'été, des fruits qui ne sont pas mûrs, des martiens, des écologistes... Quand deux verbes se suivent, le second se met à l'infinitif. L'angle plat mesure 180°. Le mètre se divise en cent centimètres, etc.

* Nous désignerons par bonheur une période durable de joies simples et sereines surpassant largement les désagréments inhérents à toute existence humaine.

** Cf Conflits de désirs, page 249.

- les données rationnelles ;

Ce sont des propositions dont on a vérifié soi-même l'exactitude, ou au moins la très forte vraisemblance. Elles sont fondées sur une démarche de recherche de l'objectivité.

Tous les hommes sont mortels. Je suis un homme. Donc je suis... L'alcool enivre. Le café stimule. La terre est ronde.

- les croyances.

C'est un vaste fourre-tout, dont nous ne savons jamais où il commence ni où il finit. Les propositions sont acceptées comme vraies, conventionnelles ou rationnelles, parce que nous éprouvons plus de plaisir(s) à les adopter que les propositions inverses. Les plaisirs procurés par les croyances peuvent être extrêmement variés et toucher tous les domaines d'activité. Il se classe dans cette catégorie beaucoup de données faussement rationnelles.

Je suis plutôt beau, intelligent, malin... Je m'habille avec goût. Mon équipe de football préférée est la meilleure. Mon homme politique de prédilection est le seul honnête, le plus capable, le meilleur. Si j'étais né riche, je serais ministre ou président de multinationale. Si j'étais né pauvre, je ne le serais pas resté longtemps. Je vais gagner au loto un jour ou l'autre. Je suis appelé à être un grand artiste.

Une mauvaise surprise ?

Dans l'Égypte ancienne, la croyance en l'existence du dieu Osiris pouvait être considérée comme une donnée conventionnelle (indiscutable) ou rationnelle (*prouvée*).

Parmi les milliards d'hommes qui savent que Paris est la capitale de la France, combien en ont vérifié la réalité ? Comment sont-ils si sûrs que Paris existe réellement ?

Parmi tous ceux qui savent que les oiseaux pondent des œufs, combien ont vu de leurs propres yeux un oiseau en

train de pondre ? Ils ont aussi pu voir un prestidigitateur faire pondre une oreille. La vision est-elle vraiment une preuve ?

Certes, de par le nombre de personnes qui partagent les deux opinions ci-dessus, il est hautement vraisemblable que cela corresponde à la réalité, mais la certitude que nous pouvons en avoir ressort cependant du même phénomène que la croyance. Nos connaissances, si objectives paraissent-elles, reposent sur la confiance que nous avons envers les êtres qui nous ont enseigné ce que nous croyons savoir. Les règles de la logique la plus pure, qui nous aident à comprendre au mieux la réalité extérieure et à l'influencer efficacement, en perfectionnant nos techniques, sont elles-mêmes le résultat d'un acte de foi, certes renforcé maintes fois par les confirmations du réel.

Essayez de faire admettre à un témoin de Jéhova que la vie et l'univers existaient déjà il y a vingt mille ans, et vous vous apercevrez qu'il refuse d'adhérer à votre système de croyance scientifique. Pour lui, Jéhova a créé l'univers il y a un peu plus de six mille ans, et vos preuves scientifiques du contraire ne sont que des erreurs. On a bien longtemps cru que la Terre était plate...

Le fonctionnement psychique humain est fondé sur le seul phénomène de la croyance, c'est-à-dire l'adhésion d'une certaine somme de plaisir à certaines assertions. Mieux celles-ci permettent la satisfaction de l'individu, ses plaisirs plus que ses douleurs, plus forte sera leur ancrage, leur poids, c'est-à-dire la force de notre certitude.

Le doute systématique n'est pas possible. Qu'advient-il de l'individu qui ne *croit* plus que le mot *chaise* corresponde vraiment à l'objet que l'on a l'habitude de désigner ainsi ?

L'univers psychique humain repose sur la seule croyance, elle-même plus ou moins en adéquation avec la réalité. La différence entre une *croyance objective* et une croyance ordinaire, c'est que la nature du principal plaisir attaché à la première est détaché de la personne du croyant, qu'elle ressort de ce plaisir acquis appelé

*rationalité**, et qu'en dernier ressort nous ne manquons pas de confirmations en provenance de la réalité extérieure.

Les pensées

L'Inconscient conserve les informations sous forme de données stockées de manière plus ou moins durable, et il fabrique les **pensées** à partir de celles-ci, comme un parfumeur qui déboucherait des flacons de parfum pour dégager des senteurs.

Une pensée est un produit éphémère, qui n'aura d'existence que le temps de passer à la conscience. Si elle est nouvelle et satisfaisante, elle pourra être mémorisée, devenant ainsi une donnée, susceptible de contribuer à l'élaboration de nouvelles pensées et à de nouveaux raisonnements.

Une pensée peut être la stricte copie d'une donnée, par exemple conventionnelle, du point de vue du sens qu'elle véhicule, mais le plaisir qu'elle transportera à la conscience pourra être sans commune mesure avec celui contenu en germe dans l'Inconscient pour cette seule donnée.

L'on pose à un enfant cette question : « *Quelle est la capitale de la France ?* », « *C'est Paris.* » répond-il.

On est généralement content de répondre correctement à une question que l'on nous pose, mais ce plaisir dépend de la personne qui interroge, et de celles qui sont témoins de l'échange.

Si l'interrogateur est une personne quelconque, le plaisir sera faible, ou nul, entraînant l'ennui – voire négatif, parce que l'enfant aurait préféré répondre à côté exprès, pour le plaisir de contrarier ou de faire rire ses camarades, et qu'il n'a pas osé le faire.

Maintenant, si la question est posée par Monsieur le Maire lui-même, en visite dans l'école de l'enfant interrogé, celui-ci connaîtra certes la peur, mais aussi le plaisir d'une fierté supérieure.

* Ce plaisir est décrit page 244.

Le dosage est fait par l'Inconscient en fonction de circonstances extérieures toujours complexes, qui entraînent un comportement spécifique, imprévisible même pour l'Inconscient qui est censé être actif. Il fait de son mieux en fonction des informations qu'il possède pour assurer le plaisir de la conscience au contact d'une réalité dont il n'a pas toujours une appréciation objective. Plus sa vision du monde est déformée, plus il est difficile d'assurer le bonheur à l'individu, quelles que soient les performances de son psychisme.

Toute pensée nouvelle qui n'est pas le reflet exact d'une donnée unique est une approximation, au point de vue du sens, et du plaisir que la conscience peut y éprouver.

Les pensées machinales sont la recopie intégrale et automatique de textes en mémoire. De même que les paroles improvisées. Ce n'est pas par hasard que les mêmes mots reviennent souvent dans les mêmes bouches : c'est un système d'enregistrement particulièrement sophistiqué. Les paroles des personnes séniles montrent bien le caractère mécanique du langage dans la mesure où les phrases ne sont plus exprimées à bon escient, mais reproduites pour le seul plaisir habituel lié à elles.

Les pensées créées pour l'occasion ne sont jamais sûres à 100 %, ni du point de vue du sens, ni du point de vue du plaisir qu'elles sont censées contribuer à apporter à la conscience. C'est lorsqu'elles atteignent la conscience que l'Inconscient peut les juger véritablement, les corriger ou les renforcer. Bien souvent, comme il nous arrive de l'admettre, l'Inconscient est lui-même surpris du résultat de sa fabrication de pensée : la nouvelle pensée est inattendue, mais, finalement, satisfaisante.

Tout étant inconscient, il est difficile de décrire les mécanismes du mélange de données qui donnent lieu à la création d'une pensée nouvelle. Si celle-ci est jugée positivement, elle va se trouver mémorisée sous forme de *donnée nouvelle*, et elle servira à son tour à l'élaboration de nouvelles pensées.

En l'occurrence, s'il n'y avait pas eu de conscience, l'Inconscient aurait été contraint de confronter directement sa nouvelle pensée à la réalité extérieure pour juger de son

utilité. Autrement dit, il aurait agi ou parlé, attendant de voir les conséquences de ses actes (par exemple, les réactions d'autrui) pour éventuellement enregistrer la pensée nouvelle comme une donnée nouvelle.

Grâce à l'usage de la conscience, un raisonnement peut avancer de manière considérable en évitant d'avoir à vérifier systématiquement en actes qu'il est bien valide, donc sans perdre de temps. L'essentiel se passe à l'intérieur de la tête et les données se développent, se nourrissent au contact les unes des autres, en circuit fermé, sans interaction avec l'extérieur.

Si l'Inconscient est habitué à la rationalité, ces possibilités interactives permettent des progrès intellectuels de plus en plus rapides. Si les croyances – c'est-à-dire les informations invérifiables non fondées sur la recherche de l'objectivité – l'emportent sur les autres données, un Inconscient, même confronté avec le monde extérieur (pour lequel la recherche de l'objectivité n'est pourtant pas toujours une vertu), peut facilement sombrer dans la démence, en suivant une logique aberrante. Les exemples ne manquent pas.

Comme sur un bon ordinateur*, les données le plus souvent utilisées bénéficient d'un traitement de faveur : leur accès devient plus rapide, presque instantané, comme si leur emplacement dans la mémoire était enregistré à part dans une zone rapide d'accès, alors que d'autres données nécessitent une recherche, qui peut s'avérer infructueuse même si l'on est convaincu de l'existence de la donnée, quelque part, à l'intérieur.

* Ce que l'on appelle la mémoire cache. Une part de la mémoire vive de l'ordinateur constitue un réservoir des informations les plus souvent utilisées, de manière à rendre moins fréquents les accès au disque dur, qui constitue une mémoire de stockage beaucoup plus lente.

Chapitre 5

La conscience

Généralités

Tout ce qu'elle perçoit, tout ce qui l'*habite* l'espace d'un instant, est d'abord perçu ou conçu par l'Inconscient*, puisque la conscience est son *goûteur*. Isolée en bout de chaîne, la conscience sert à contrôler les actes de l'Inconscient et la fidélité à sa mission**, car elle seule peut percevoir la différence entre un plaisir et une douleur, qui sont pour l'Inconscient deux notions abstraites et arbitraires.

Comme toute perception, plus son champ est étendu, moins grande est la précision.

Nous savons tous ce que notre conscience peut percevoir. Son champ peut se diviser en deux catégories dont l'importance est toujours proportionnelle aux plaisirs ou aux douleurs qui s'y rattachent :

- A) les perceptions sensorielles
- B) les pensées

Tout passe par l'Inconscient, en vient ou y retourne. À part l'appréciation des plaisirs ou douleurs associés, cet envahissement du champ de la conscience ne fait-il pas double emploi, puisqu'elle ne saurait en tirer parti ?

Rien n'est superflu, et la machine psychique humaine ne serait rien si la conscience se cantonnait à la douleur et au plaisir. Ceux-ci sont liés aux sens et aux pensées, et si l'Inconscient pouvait pro-

* Pourquoi une majuscule à "Inconscient" et pas à "conscience"? L'auteur a voulu insister sur la différence d'importance entre les deux et l'immense prééminence du premier, à l'opposé du sens commun.

** La mission théorique de l'Inconscient est de permettre à la conscience d'éprouver à chaque instant plus de plaisir et moins de douleur, dans sa confrontation avec une réalité parfois hostile.

curer facilement à la conscience des plaisirs purs, détachés de toute réalité matérielle ou imaginaire, il ne se donnerait pas toute cette peine pour nous satisfaire. Nous serions une race d'animaux stupides plongés dans l'extase et voués à une extinction rapide.

Les perceptions sensorielles conscientes

L'inconscient perçoit en premier les informations venues des sens, puisqu'elles parviennent à la conscience *diminuées* et accompagnées de pensées de référence, qui permettent d'éprouver du plaisir, quand la sensation ne contient pas elle-même le plaisir. C'est toute la différence entre la vision d'une oasis et un bain relaxant. (voir le chapitre *Inconscient et perceptions*)

Voici un exercice montrant combien les perceptions conscientes sont parcellaires, par rapport à toutes les informations que nous amènent nos sens :

Asseyez-vous face à un espace assez grand. Fixez un point situé en face de vous et gardez votre regard sur lui, totalement *immobile pendant tout l'exercice*. Concentrez-vous ensuite sur ce qui est visible à la périphérie de votre champ visuel, le plus loin possible du centre qui permet seul un regard net. Même si vous êtes devant un paysage que vous connaissez par cœur, plus vous éloignez votre attention consciente du point regardé, plus il vous est difficile de voir ce dont il s'agit. Vous noterez au passage que mieux vous vous concentrez sur la périphérie, moins vous êtes conscient du point fixé, pourtant situé dans une zone visuelle privilégiée. Comme l'œil n'arrête pas d'envoyer ses informations, à moins d'imaginer que l'image centrale soit jetée aux oubliettes, il faut bien qu'elle parvienne quelque part, en un lieu où s'effectue le tri des informations sensorielles. Pourquoi pas l'Inconscient ? Puisque nous devons bien admettre que nous ne faisons pas le tri de nos différentes sensations consciemment, il ne reste que lui.

Tout le monde a entendu parler des perceptions subliminales. On intercale, par exemple, dans la pellicule d'un

film projeté, une image suggérant un besoin à satisfaire, par exemple la soif. Consciemment, l'image n'est absolument pas perçue, mais le comportement des spectateurs indique clairement qu'ils l'ont vue, car une proportion significative d'entre eux agit dans le sens de la suggestion. Cela montre :

1) que la conscience ne reçoit que des perceptions de qualité inférieure, en comparaison avec ce que les sens rapportent à l'ensemble du psychisme ;

2) que l'Inconscient peut obéir à des suggestions venues de l'extérieur, comme s'il en était l'origine. Dans la mesure où la suggestion n'a pu passer à la conscience, l'Inconscient considère celle-ci à l'égal de ses propres productions, et, comme pour celles-là, il lui est possible d'y céder ou d'y résister en fonction de ses propres arguments. Cela explique que les suggestions subliminales ne puissent prétendre qu'à une efficacité relative.

Il y a donc, à travers la conscience, une seconde perception du milieu, et elle n'est pas superflue. Au contraire. Elle permet à l'Inconscient de vérifier que le sens privilégié et son objet méritent l'attention dont on les entoure, par leur plus grande utilité, leur meilleure capacité à assurer l'application de la Règle. Le but étant toujours d'utiliser la conscience au mieux, l'Inconscient surveille constamment les cinq sens, bloquant avec plus ou moins de souplesse l'accès aux sensations sans intérêt.

Nous connaissons tous la douleur que peut provoquer une piqûre que nous avons le tort d'attendre et de redouter. Au contraire, lorsque nous nous blessons par inadvertance, il nous arrive souvent de ne pas nous en apercevoir immédiatement. Soudain, lorsque nos yeux voient le sang, nous ressentons consciemment la douleur. Où était-elle bloquée ? L'Inconscient avait estimé que l'occupation actuelle de la conscience était supérieure et que la blessure ne valait pas la peine qu'on la dérangeât immédiatement. La vision du sang a changé l'appréciation. La sensation douloureuse a été alors libérée et envoyée à la conscience.

“Comment ? objecterez-vous, l’Inconscient envoie délibérément à la conscience une sensation douloureuse ?! Où est son devoir de gardien du plaisir ?”

D’une part, tant qu’une sensation physique n’est pas passée à la conscience, l’Inconscient ne sait pas si elle recèle une douleur ou pas. Rappelons qu’il est incapable de ressentir ce genre de chose, mais que la conscience est faite pour cela. Il ne faut d’ailleurs pas confondre l’intensité d’une sensation et la force du plaisir ou de la douleur qu’elle entraîne. Pour la conscience, un coup ou une blessure sont essentiellement douloureux, mais l’Inconscient dissocie la perception de la douleur qu’il ne perçoit pas véritablement.

D’autre part, les sensations physiques douloureuses, en tant que signaux d’alarme montrant une atteinte à l’intégrité physique, ont un caractère prioritaire. L’Inconscient se doit de mesurer à la conscience la douleur qu’ils apportent afin de décider au mieux de la conduite à tenir pour revenir au calme et au plaisir.

Remarquons que, dès qu’une douleur physique a commencé à envahir la conscience, l’Inconscient ne peut plus la bloquer, particulièrement si elle est forte. Elle s’impose alors à la conscience, et nous sommes bien placés pour savoir qu’il est difficile ensuite de penser à autre chose, *si nous ne sommes pas dans un cas d’urgence*. Il s’agit de toute évidence d’une *sécurité* mise en place pour éviter à l’Inconscient d’**oublier** la source de la douleur, et donc le dommage corporel subi. La douleur persistante est le prix de meilleures chances de survie.

En connaissant la perception la plus utile, l’Inconscient peut intensifier ses envois à la conscience dans la catégorie sensorielle considérée, par une attention visuelle, auditive ou olfactive (ou autre) supérieure (toujours au détriment des autres sensations). L’athlète concentré sur son effort musculaire ferme sa conscience aux autres sens.

Un verre mesureur d’un litre ne peut être rempli à la fois d’un litre de farine et d’un litre d’eau. La conscience n’est pas plus extensible. Toute augmentation de l’importance d’une sensation se fait au détriment de la présence des autres.

Précisons que ce n'est pas la valeur absolue (au point de vue utilité-plaisir) d'une sensation qui entraîne ou non son envoi à la conscience. C'est sa valeur relative, en fonction de l'occupation présente de la conscience.

Des perceptions à peine conscientes peuvent donner naissance à des pensées-souvenirs conscientes d'une précision supérieure. Ainsi nous est-il possible de nous souvenir d'une phrase que nous n'avions pas écoutée, mais à peine entendue en pensant à autre chose. Lorsque notre interlocuteur répète sa phrase, il n'a besoin que de la commencer, un *écho* se réveille en nous et nous en connaissons consciemment la fin, alors que nous n'y avons prêté aucune attention consciente. *Heureusement, à l'intérieur, quelqu'un écoute... mieux.*

Nos souvenirs ne se justifient qu'à cause de la force du plaisir (ou de la douleur) qui y est attaché. Les perceptions restées inconscientes sont par définition de peu d'intérêt. Quel intérêt offrirait leur souvenir? L'encombrement serait d'autant plus stupide que les perceptions inconscientes sont **au moins** cent fois plus nombreuses que celles qui peuvent filtrer à la conscience*.

À quoi bon me souvenir du contact de mes pieds dans les chaussures, au moment où j'écris ces lignes? Du contact permanent du col de chemise sur ma nuque, ou de ma montre au poignet, quand j'avais dix ans? Des milliers de détails perceptibles à tout moment par mes sens, et donc **perçus par l'Inconscient?**

Leur mémorisation peut bien être aussi bonne que celle des sensations conscientes très agréables ou douloureuses qui nous ont marqués. Mais *leur évocation consciente deviendra pratiquement impossible*, parce que ces détails ne présentent aucun intérêt: il ne s'y rattache aucun plaisir, aucune chance d'en espérer un ou de fuir une douleur possible.

* Nous verrons au chapitre suivant que les perceptions reçues par l'Inconscient sont éminemment plus détaillées et précises que les *pensées-souvenirs* qu'il envoie à la conscience.

Nos sens ne se ferment pas à la perception comme des micros que l'on coupe. Nos yeux ouverts ne deviennent pas aveugles, mais leur accès à la conscience est souvent très amoindri, pour permettre à d'autres sens une attention prioritaire.

De fait, il ne se passe guère de secondes de notre vie éveillée où notre Inconscient n'envoie à la conscience des sensations extrêmement brèves, souvent sans grand intérêt, qui nous donnent une impression de conscience permanente de notre corps et de la réalité extérieure. Nous pouvons réfléchir intensément, nous ne risquons pas d'être subitement conscient de ne plus rien voir, alors qu'il fait grand jour. À l'état de veille, notre conscience est perpétuellement habitée par quelque pensée ou perception, alternativement, comme l'arche d'un pont sur une rivière dont le flot serait incessant mais varié.

Nous avons l'impression que notre conscience est empreinte d'une continuité certaine, alors qu'elle reçoit des dizaines de perceptions disparates qui s'enchaînent sans arrêt, comme les 24 images/seconde d'un film apparemment d'un seul tenant. La différence principale, c'est que les multiples occupations de la conscience n'ont souvent aucun rapport les unes avec les autres, l'Inconscient dirigeant successivement vers la conscience les différents canaux sensoriels ou ses propres pensées, à un rythme soutenu.

Nous ne pouvons suivre un film consciemment que parce que notre conscience saute continuellement de la vision à l'écoute, imperceptiblement, sans oublier de goûter les plaisirs que l'Inconscient associe au spectacle du film et qu'il envoie docilement à la dégustation...

Nous ne sommes nullement choqués par cette occupation multiforme et saccadée de la conscience, et c'est normal. Nous nous sommes en effet habitués à ce défilement, et l'Inconscient serait le seul à pouvoir le mettre en évidence.

La seconde appréciation, qui intervient quand les sensations accèdent à la conscience, favorise incontestablement la mémorisation. Il s'agit pour l'Inconscient d'une véritable répétition.

La présence d'une perception sensorielle sur la scène de la conscience provoque, à la mesure de son intensité plaisorielle*, des réactions, des commentaires de la part du *public*, l'Inconscient. Ces pensées évoquées en réaction vont se rattacher, dans la mémoire, au souvenir fondé sur cette perception, multipliant ses chances d'être évoqué, rappelé et de servir de référence à son tour.

Au contraire, une perception consciente mais sans intérêt — comme il nous en arrive de façon constante et éphémère — ne provoquera aucune réaction, sera peut-être (qui sait?) mémorisée, solitaire, avec une note de plaisir nulle et disparaîtra de notre conscience éveillée, le plus souvent pour toujours. Les décors de nos rêves sont-ils tissés de ces souvenirs de sensations sans importance? Si, au moment où nous les vivons, notre Inconscient n'y réagit pas, c'est vraisemblable. Sinon, il ne saurait s'empêcher de nous expliquer où nous sommes, exactement comme dans la vie éveillée. Mais les rêves sont une autre histoire...

Nous savons tous que pour bien mémoriser une perception (par exemple, un paysage splendide) il convient de bien y prêter attention pendant un laps de temps suffisant. Cette durée et cette intensité d'attention servent plus à « graver l'image dans notre mémoire » qu'à en multiplier les possibilités d'évocation. En effet, **bien se souvenir de quelque chose, ce n'est pas l'avoir bien enregistré, c'est surtout pouvoir se le rappeler.** Il s'agit d'entourer d'un réseau de connections le souvenir que l'on veut pouvoir rappeler aisément, de manière à toujours trouver aisément un fil susceptible de nous y conduire. Ainsi l'on se souviendra d'autant plus précisément des détails d'un tableau qu'on aura pu les comparer et les relier à des souvenirs existant déjà, qui auront été évoqués à la conscience pour la circonstance et qui retourneront dans les placards de l'Inconscient, enrichis d'une nouvelle liaison.

* Cf glossaire, page 262.

On se souvient d'autant plus facilement des choses qui sont reliées, associées, avec ce que nous avons de plus personnel, de plus intime.

Ainsi, si nous avons un nom assez rare, nous nous souviendrons très longtemps (et sans effort) d'une boutique sans importance, située dans un village sans intérêt, dont le commerçant porte notre nom. De même s'il est notre sosie, ou simplement si nous partageons certains centres d'intérêt spécialisés...

Les plaisirs physiques

À ne pas confondre avec les plaisirs intellectuels liés aux sens. Les plaisirs physiques sont directement liés aux nerfs sensitifs. De même que le message sensoriel peut être inhibé plus ou moins totalement par l'Inconscient au profit d'une préoccupation supérieure, le plaisir physique associé partage son sort.

Ainsi la dégustation de notre mets favori, qui mérite d'ordinaire toute notre concentration, peut-elle n'apporter aucun plaisir à la conscience si nous ruminons de sombres pensées (urgentes, importantes, donc prioritaires), ou au contraire des pensées terriblement plaisantes. À nous souvenir du plaisir de la dégustation, nous éprouverons un certain plaisir, mais c'est un fantôme*, sans comparaison avec l'original. Il faut le rêve pour que l'Inconscient nous envoie de bonnes chimères. On connaît le danger des hallucinations...

Les plaisirs physiques, différant par nature des plaisirs liés aux pensées, sont comparables au point de vue de la notation** et ne bénéficient d'aucun avantage spécial. On atteint rapidement leurs frontières et ils subissent très fortement la concurrence de plaisirs dont les seules limites sont celles de notre imaginaire.

* Cf glossaire, page 261.

** Un chapitre est consacré aux jugements et à la notation, page 95.

Comme si la concurrence n'était pas assez déloyale, il convient d'ajouter que la nature matérielle des plaisirs physiques leur confère une durée de vie limitée. Les plaisirs sexuels ou gastronomiques s'épuisent plus ou moins vite selon les individus, mais ne durent jamais autant que le plaisir d'orgueil, ce cher compagnon, qui nous accompagne tout au long de notre vie.

Conscience et pensée

La conscience des pensées a une importance considérable. Elle seule permet à l'Inconscient de vérifier l'adéquation à la réalité de son fonctionnement le plus élaboré.

La mémoire peut être comparée à une armoire de rangement extraordinairement compartimentée, dont le contenu ne peut être *visionné* avec précision que projeté sur l'écran de la conscience. Nous allons voir qu'il y a des degrés dans la netteté de cette **projection**.

Suivant la situation, une pensée se forme d'une manière automatique en fonction de la parenté des éléments en mémoire avec la réalité perçue. L'Inconscient réagit ensuite à sa propre pensée, comme s'il s'agissait d'un élément extérieur, réel. Il engage un véritable processus de *réflexion*, un raisonnement autour des plaisirs ou des déplaisirs qu'il perçoit à la conscience, au confluent de ses pensées et de la réalité, telle qu'elle a été analysée ou approchée.

Le but du *raisonnement* est encore une fois d'assurer à la conscience le plus de plaisir ou le moins de douleur, à travers la circonstance de la réalité présente à laquelle l'individu est confronté.

L'envoi d'une pensée à la conscience permet d'enrichir la réalité d'un élément qui va provoquer d'autres pensées de correction, de précision, de détails...

En l'absence d'une réalité immédiatement stimulante et créatrice de satisfactions, la pensée permet de fournir à la conscience matière à plaisir éventuel (rêverie), voire une préparation à la réalité proche, anticipée, et une meilleure protection contre les éventuels dangers.

À quoi sert la pensée ?

Que l'on considère le schéma traditionnel (où la pensée est le fruit de la conscience) ou le nôtre (où la conscience est un simple "écran de contrôle"), du point de vue du *fabricant de la pensée*, celle-ci ne peut être qu'inutile, si l'on refuse d'admettre le phénomène de *réflexion* qui vient d'être décrit.

En effet, si l'auteur des pensées est seul en scène, il pourrait aussi bien se dispenser de les émettre. Elles sont aussi nécessaires que les paroles d'un homme qui est tout seul et qui parle à haute voix. À quoi bon ?

Nous savons tous, pourtant, que nos pensées servent à quelque chose, ne serait-ce qu'à stimuler l'arrivée d'autres pensées. Dès lors, il faut bien que l'expéditeur découvre le véritable contenu de ses pensées au moment où elles parviennent à la conscience.

Chaque pensée, idée, ou souvenir, outre sa signification intrinsèque, est porteuse d'une charge affective, négative ou positive, dont la valeur est systématiquement contrôlée lors de son passage à la conscience.

Une nouvelle fois, le rôle de la conscience est de tester le plaisir lié aux idées (souvenirs, projets ou rêves), d'en vérifier la supériorité face à d'autres idées ou à ce que suggère la réalité.

L'envahissement de la conscience par les pensées permet à l'Inconscient de vérifier que les pensées émises d'une manière automatique en réaction aux stimuli du milieu sont adaptées à la situation.

L'homme qui parle entend sa propre voix. L'homme qui pense perçoit sa pensée comme une parole intérieure, mentale, mystérieuse, dont on ne peut saisir ni le timbre ni le ton, une **voix fantôme** dont on ne perçoit que les paroles...

L'homme qui lit entend plus ou moins la même voix prononcer les mots que ses yeux parcourent. L'homme qui se remémore ou crée mentalement une musique ne l'entend pas véritablement, mais il la *perçoit* comme avec un sens différent. Il en est de même pour une odeur, une image, que l'on imagine ou dont on se souvient.

Nous appellerons ce *sixième sens* de la conscience le canal ou la perception *fantôme*. Il permet au contenu de la mémoire de passer à la conscience, même lorsqu'il n'est pas exprimé en mots. Il est à la fois une sixième voie d'accès à la conscience, un parallèle aux cinq sens et un plagiare qui ne trompe personne, tant qu'on est éveillé.

La lecture *fantôme* du contenu des pensées est la seule participation de la conscience à l'intelligence.

Il n'y a aucune différence de nature entre une pensée *neuve*, fraîchement fabriquée, et un *souvenir*. Ce dernier est une pensée comme les autres au point de vue formel, à tel point qu'il est strictement impossible de les distinguer. Quelle différence y a-t-il entre le souvenir d'un air et celui que l'on vient d'imaginer, sinon la certitude, par une pensée accolée, dans le premier cas, de l'avoir déjà entendu ? La même chose se produit dans tous les domaines sensoriels ou pseudo-sensoriels.

Le canal fantôme se caractérise par un très grand flou. Les détails y sont rares et l'ensemble semble souvent perdu comme dans une brume épaisse.

Imaginons, représentons-nous, la *tour Eiffel*, par exemple. Incontestablement, nous en possédons tous les détails en mémoire. Pourtant, consciemment, nous aurons beau nous concentrer pendant des heures, nous ne parviendrons pas à nous la représenter à moitié aussi bien que si nous en regardons une mauvaise photographie.

Le flou du canal fantôme évite la concurrence avec les perceptions réelles. On conçoit aisément le danger qu'il y aurait à confondre la réalité et l'imaginaire. Don Quichotte en offre un bel exemple dans sa lutte contre les moulins à vent.

La fidélité des souvenirs ou les performances de l'imagination risqueraient d'engendrer un plaisir de la rêverie trop intense pour ne pas devenir nuisible à l'ensemble de la vie. Les effets seraient semblables à ceux des hallucinogènes.

La perception fantôme qui permet la « lecture » des produits de l'Inconscient, en plus des autres sens, est bien une perception comme les autres, concurrente, rivale de toutes, dans la mesure où elles se disputent l'attention de la conscience, au champ si limité.

De même qu'une pensée peut venir interrompre l'écoute béate d'un concert, une réflexion intense peut être troublée par un cri, un bruit, pas nécessairement riche en décibels, une perception *vraie* notée de manière urgente, importante, à cause de la *notation* des arguments déclenchés par son passage dans l'Inconscient. Comme toute concentration de la conscience sur un sens particulier, une réflexion intense s'effectue toujours au détriment des autres sens qui n'atteignent plus la conscience que de manière occasionnelle.

Avant la maîtrise du langage, les *pensées* qui peuvent parvenir à la conscience le font par le canal fantôme, sous forme d'images, d'odeurs, de bruits fantômes, dont la pauvreté ne permet guère de différencier les décisions conscientes ou inconscientes, si ce n'est grâce au plaisir que seuls les jugements conscients peuvent procurer.

Par la conscience, l'Inconscient ne se livre plus à des pensées sporadiques, liées à des perceptions diverses. Il peut apporter un *suivi*, réagissant à ses propres créations par des réactions perfectionnistes, enrichissant sans cesse son répertoire adaptatif. Les pensées ne cessent plus d'exister dès leur émission, mais elles deviennent la cause de nouvelles pensées destinées à assurer la meilleure satisfaction de la conscience.

La conscience, par la *lecture* des pensées *parlées*, offre à l'Inconscient une nouvelle source de stimulations dont il est directement l'auteur, et elle est incommensurablement plus riche que tout ce que l'on pouvait produire avec seulement des perceptions fantômes.

La *concentration* permise par le langage et par le rôle amplificateur de la conscience sépare radicalement l'intelligence humaine de ce qu'elle peut atteindre chez les *animaux moins supérieurs*. À

cause de l'immense accumulation d'idées qu'elle permet, elle n'a plus grand-chose de commun avec les associations ponctuelles et superficielles dont les animaux sans langage articulé sont capables.

L'arriération mentale des enfants qui n'ont pas appris à parler (enfants abandonnés, enfants-loups, etc.) est caractéristique de la dépendance de notre intelligence à l'égard du langage articulé. Abstraction faite de ce dernier, notre psychisme ne diffère en rien de celui des autres mammifères. Ils connaissent manifestement la douleur et le plaisir, et tout nous porte à croire qu'ils sont organisés comme nous, sauf peut-être la haute idée que nous aimons avoir de nous-mêmes.

Le langage, à travers la pensée parlée, nous a permis de nous libérer du caractère instantané du psychisme des mammifères. Bien sûr, nous continuons à penser d'une manière ponctuelle, déterminée par le présent événementiel du monde, mais nous avons **nommé** le temps, dans le passé comme dans l'avenir.

Nous attachons du plaisir à la connaissance de l'histoire, de la préhistoire, d'époques auxquelles nous n'avons pas participé, et nous pouvons préparer activement toute notre vie un avenir meilleur que nous ne verrons jamais, parce que nous serons morts ou qu'il ne se fera pas... Nous ne sommes plus tributaires du seul plaisir proche, de l'espoir immédiat, mais la pensée représentant le futur (le passé) est bonne en elle-même. Elle nous aide à supporter une réalité désagréable, grâce au plaisir qu'elle *promet* dans l'avenir (ou suggère qu'il y a eu dans le passé), mais qu'en réalité elle **donne**.

Elle contient en effet une bonne part du plaisir futur (passé). C'est plus qu'un acompte, puisqu'**il peut s'agir d'un plaisir supérieur à ce qu'il sera (était) vraiment** quand le futur deviendra le présent (quand le passé était le présent; le plaisir de la réalité historique n'existe qu'à nos yeux: fabriqué par nous, il vient de notre personnalité propre...). La pensée, le langage, nous permettent de manipuler la réalité, d'éprouver **aujourd'hui** du plaisir à des réalités qui n'existent pas, n'existent plus, n'ont pas existé ou n'existeront jamais...

Il y a à prendre et à laisser dans les *super-pouvoirs* que nous offre le langage. Là encore le désir d'objectivité reste le meilleur critère de tri. Vaut-il mieux une agréable existence peuplée de plaisirs illusoire qu'une vie de douleurs objectives? Que choisir?

Les mots

Ils ont une structure complexe, dans la mesure où ils ne sont pas seulement formels mais signifiants. Dotés d'un sens, celui-ci est également formé de mots, d'images-fantômes, et il nous semble choquant que la conscience soit incapable de compréhension. Nous croyons que nous comprenons le sens de nos pensées, de nos paroles, que nous en sommes *intelligemment conscients*.

Consciemment, l'intelligence n'a aucun sens.

Certes, notre conscience est traversée de pensées empreintes de la plus vive intelligence, mais la conscience n'a pu les élaborer et elle est incapable, à cause des mêmes raisons techniques, d'en apprécier la signification.

Évidemment, à peine me suis-je mis à contester l'intelligence de ma conscience, celle-ci s'est vue bombardée de *preuves du contraire* :

Il me suffit de penser : « *Je pense.* » en voulant me pénétrer de son sens, pour que j'aie conscience de l'évidence de cette connaissance. En réalité, je me contente aisément d'une impression de connaissance, qui me rassure, qui me fait plaisir.

La compréhension réelle d'une phrase pensée encombrerait la conscience d'une manière délirante :

Il faudrait ajouter aux définitions des mots de la phrase, celles de chacun des mots de chaque définition, etc. pratiquement jusqu'à l'infini.

La conscience ne possédant aucune mémoire propre, il faudrait partir de zéro, tout réapprendre à chaque fois.

Semblable à un récepteur de télévision, notre conscience est incapable de comprendre les programmes qu'elle reçoit.

Elle n'est simplement pas là pour ça. Tout est produit par l'Inconscient.

Si notre conscience était intelligente, pourquoi aurait-elle besoin de mots, d'images-fantômes et autres signes conventionnels? Elle se contenterait du sens pur, nu, dépouillé de ce vocabulaire lourd, encombrant...

Ah! Mais, justement! Nous avons parfois l'impression de comprendre un problème, avant même de l'avoir formulé en pensées parlées ou en paroles. Eh oui, juste une impression, et qui peut ne pas être suivie de pensées expliquant ce qu'il y a à comprendre... Ce qui lui donne toute sa saveur.

Il est facile de démontrer qu'un mot n'a de sens apparent pour la conscience que s'il est accompagné, suivi de pensée(s)-signifiant. Prenons notre propre nom. Prononçons-le mentalement ou écoutons-le dans la bouche d'autrui.

La première fois, aucun problème, une pensée « *c'est moi* » ou « *c'est mon nom* » vient accompagner le mot pensé ou entendu. Répétons l'opération plusieurs dizaines de fois.

Le mécanisme ne résistera pas longtemps, et le mot ne tardera pas à se retrouver tout seul, totalement vidé de son sens! Notre propre nom!

L'Inconscient peut être comparé à un ordinateur multi-tâches. Pendant qu'un programme utilise le moniteur et est confronté à la réalité représentée par l'utilisateur, d'autres programmes tournent en *tâches de fond*, sans requérir l'utilisation de la conscience.

Ainsi, dans l'exemple précédent, d'une part l'Inconscient dit notre nom, et d'autre part, il réagit automatiquement à l'évocation de celui-ci. La répétition vient rapidement à user ses réactions et cela montre le caractère inintelligent et mécanique du phénomène de reconnaissance de notre propre nom.

Pourquoi nos pensées prennent-elles la forme de phrases ou d'images? En pensant par phrases, nous ne faisons que nous parler à nous-même, comme un *ordinateur qui joue contre lui-même*.

La parole sert à communiquer avec autrui, mais la pensée, à qui parle-t-elle ?

Que croyez-vous que je fasse ? Je me pose les questions et les réponses viennent à leur suite. Au lieu de penser, de parler tout seul, je (mon Inconscient, bien sûr) traduis automatiquement mes pensées en mouvements de doigts, et mes yeux lisent le résultat sur l'écran. Tout ce fatras de mots n'a de sens que pour mon Inconscient, et comme il me pondra les réponses, je me sens bien, je lui fais confiance.

Une bonne conversation donnerait le même résultat. Les phrases fabriquées par l'Inconscient ont besoin d'être vérifiées pour être fiables, avant qu'il n'en envoie d'autres allant dans le même sens. Est-ce dire que l'Inconscient est aveugle et que la pensée lui sert à tester ses créations, avant de les lâcher dans la réalité, en paroles ou en actes ? On ne le répétera jamais assez.

L'émission d'une pensée ne servirait à rien, si à l'intérieur de nous-même, elle n'était pas soupesée, enregistrée et utilisée, car, dans la minute qui suit, notre conscience peut être occupée à tout autre chose, sans rien de commun.

Notre conscience est un bocal éternellement propre, qui ne garde jamais aucune trace de ce qu'il a contenu. Nos pensées, nos perceptions sont-elles perdues pour autant ? Non, comme si quelqu'un, caché à l'intérieur, prenait des notes, des croquis, pour mieux nous les retransmettre ensuite ! Qu'y a-t-il de monstrueux ou d'amoral à ce que ce bienfaiteur de notre humanité soit le seul véritable maître ?

Chapitre 6

L'Inconscient, une organisation

Confondu avec la conscience dans l'illusion que nous avons de notre psychisme, l'Inconscient possède toutes les propriétés que nous prêtons à la conscience, plus quelques autres auxquelles nous nous interdisions de penser.

Il est le seul élément actif du psychisme, le centre de la mémoire, de la pensée, du mouvement, mais il est aussi une mécanique aveugle, stupide, animée d'un mouvement perpétuel*, dont dépend l'individu, sa survie et... son plaisir.

Préambule

Une pensée est un phénomène perçu consciemment comme éphémère, mais nous sommes cependant capables de percevoir maintes fois des pensées similaires. Il existe donc dans notre psychisme un élément qui conserve le contenu des pensées d'une manière durable, qui peut se prolonger jusqu'au terme de notre vie.

Où s'arrête une pensée? Où commence la suivante? Qu'est-ce qu'une micro-pensée, une pensée qui ne fait qu'effleurer la conscience sans y passer clairement? Notre ignorance reste entière quant aux mesures qu'il faudrait employer pour décider d'une unité de pensée. Nous serons donc contraints, tout au long des chapitres consacrés au fonctionnement de l'Inconscient et des pensées, de nous

* Aussi longtemps que dure la vie de l'individu. Après? Qui sait?

cantonner à une description approximative, et la pensée unitaire sera une espèce de petite phrase pensée, un équivalent des propositions de l'analyse logique grammaticale.

Ainsi, pensant : « *Je vois Jean / qui va à l'école.* » il y aurait deux pensées, deux unités logiques, et, donc, comme on va le voir, deux cases-mémoire originelles. C'est une décision arbitraire, mais elle simplifiera la démonstration, sans nuire au sens général.

À moins d'imaginer la conscience comme un organe mobile se déplaçant dans l'Inconscient pour aller y lire les pensées enregistrées, on doit considérer la pensée comme une sorte de *message* émis par des cellules (ou cases-mémoire) servant à conserver durablement l'information. Ce message-pensée passe à la conscience ; celle-ci en goûte le plaisir en même temps qu'elle permet à l'Inconscient d'en visualiser le contenu, d'en vérifier le sens et l'adéquation à la réalité.

De manière à assurer la continuité du fonctionnement psychique, les cases-mémoire doivent impérativement conserver avec le sens la mesure du plaisir ou du désagrément que vaut cette pensée. L'envoi d'une pensée implique donc la duplication du contenu de l'information et de ce que l'on désignera comme la *note plaisorielle*.

Toute information, à laquelle se trouve très rapidement attachée une note plaisorielle, peut exister sous deux formes, message (en provenance des sens ou des cases-mémoire) ou souvenir (inscrit dans une case-mémoire).

Les zones de l'Inconscient

Nous pouvons diviser l'Inconscient en trois zones, en fonction de ses trois activités principales. Entre ses trois zones, certaines informations circulent et sont transformées, enrichies.

On distingue le **pradier***, zone élémentaire qui contient les cases-mémoires et, en réaction aux perceptions du milieu intérieur et extérieur, émet automatiquement et aveuglément des pensées et des suggestions d'action.

* Ce que recouvre ce néologisme, en hommage à un ami, sera expliqué plus en détail page 111.

Il y a également la zone de tri, pré-consciente, chargée de réserver la conscience aux pensées et perceptions les plus utiles, dans la mesure où il y a le choix. Cette zone n'est pas essentiellement différente du pradier, mais elle ne s'est formée qu'à la suite d'un apprentissage, et elle possède donc ses habitudes et routines de fonctionnement spécifiques à chaque individu.

Il y a enfin une zone post-consciente, qui recueille les informations passées à la conscience, et gère notamment leur **notation***. Elle n'est pas dépendante de l'éducation de l'individu, et ses fonctions sont stéréotypées, automatiques, non susceptibles de modifications acquises.

Ces trois zones ne sont pas des entités différentes, indépendantes, isolées. Elles forment un ensemble plus ou moins harmonieux selon les gens, mais dont on ne peut nier l'efficacité.

L'Inconscient est un meuble

Il est éminemment difficile de dire de quoi notre Inconscient est fait à *la base*. On peut le présenter comme **un meuble pourvu de millions de cases-mémoire reliées entre elles** selon une logique mise en place lors du remplissage (c'est-à-dire tout au long de la vie) et régulièrement révisée. Ces *cases-mémoire* contiennent des données et elles sont reliées entre elles de manière à constituer des ensembles cohérents susceptibles d'être évoqués à la conscience, c'est-à-dire d'envoyer une image partielle de leur contenu. Les *cases-mémoire* peuvent contenir des mots, des souvenirs de sensations, mais le contenu réel aura beau être précis, une représentation très approximative et un pâle reflet du souvenir** enregistré en mémoire seront seuls envoyés à la conscience.

Dans les *cases-mémoire*, les informations sont accompagnées du plaisir ou de la douleur qui leur est associé, et qui sera automatiquement ressenti à la moindre évocation consciente.

* Cf glossaire, page 262.

** Cf *infra* et page 263 du glossaire.

L'Inconscient est constitué d'un extraordinaire réseau qui donne tout son sens aux associations d'idées.

L'efficacité du psychisme dépend entièrement de l'organisation de l'Inconscient. Le *remplissage* et le *rangement* de la mémoire doivent être conformes à la Règle. De perpétuelles vérifications sont effectuées à la conscience, pour corriger les jugements arbitraires, d'autant plus nombreux que l'être humain est plus proche de la naissance. Pendant la croissance, l'Inconscient tend à s'organiser d'une manière plus rationnelle, tendant vers une meilleure application de la Règle et limitant les comportements hasardeux.

Un très jeune enfant, à qui l'on est en train d'apprendre ce qu'est la couleur rouge, est soudain piqué par une abeille. La vive douleur ressentie pourra être associée à la couleur rouge, par un jugement arbitraire typique de l'organisation inconsciente.

L'inintelligence de toutes les parties du psychisme autorise parfaitement un *remplissage* absurde de la mémoire, débouchant sur un fonctionnement insensé. Dans le cadre d'un psychisme sain, ce n'est vraiment possible qu'avec une distorsion du milieu, déformé d'une manière telle que les informations absurdes et les comportements aberrants procurent autant de plaisir qu'un comportement adapté dans un environnement ordinaire.

Le caractère raisonnable, objectif, d'une information n'a aucun sens pour l'Inconscient. La confrontation d'une information avec les connaissances en mémoire doit être positive, jugée telle à la conscience, soit qu'elles aident à mieux procurer un plaisir ou à mieux combattre une peur, une douleur. Seul compte le meilleur plaisir que l'on peut y éprouver.

L'aménagement, l'organisation de la mémoire sont conçus de manière à ce que l'émission des pensées, manifestation active de l'Inconscient, soit **utile et bénéfique**. Ainsi, une improvisation correcte, qui n'est rien d'autre qu'un enchaînement de décisions d'action sans consultation de la conscience, dépend totalement de la valeur, de la régularité et de la cohérence des suggestions que l'Inconscient a appris à émettre, et donc de l'**ordre** qui règne en son sein.

Le *jugement* est la décision par laquelle l'Inconscient enregistre une information-message nouvelle (venue des sens ou fabriquée à partir d'informations existant déjà en mémoire) dans une case-mémoire qu'il lui affecte, avec une notation plaisorielle spécifique.

L'organisation cohérente de l'Inconscient est fondée sur les jugements. Erronés, ils peuvent contribuer à *déranger*, à implanter le désordre dans un système perpétuellement à la recherche de l'aménagement qui permet au mieux de satisfaire la conscience en obéissant à la Règle.

Le bon fonctionnement de l'Inconscient ne passe pas seulement par la qualité des informations qu'il enregistre mais aussi par la manière de les utiliser. L'apprentissage du raisonnement, du fonctionnement raisonnable de l'Inconscient est primordial. Les meilleures informations du monde ne servent à rien sans cela, puisqu'elles peuvent être utilisées à bâtir des chimères et des absurdités.

À l'inverse, une mémoire pleine d'erreurs acquises pendant l'éducation* peut se corriger ultérieurement, si le raisonnement est empreint d'une certaine objectivité.

Un minimum d'objectivité est nécessaire pour l'obtention d'un comportement humain sensé, indépendamment du contenu de la mémoire qui résulte du contexte social.

L'évolution de l'Inconscient, ses progrès, ne peuvent dépendre que de deux facteurs :

la structure physiologique de l'encéphale, évidemment ;

le milieu qui entoure l'être humain de l'état fœtal jusqu'à sa mort, et dont la complexité rend impossible, même en prenant des jumeaux, d'obtenir deux Inconscients strictement identiques ; le caractère relatif de la perception du milieu entraîne inévitablement des différences dans la mémoire qui empêcheront inexorablement l'identité d'Inconscients.

* Cf glossaire, page 260.

Formé et déformé par les millions de microévénements qui constituent la trame de nos vies, chaque Inconscient est toujours un être unique, exceptionnel, différent.

L'Inconscient n'est pas *vide* à la naissance. Il possède déjà les connaissances indispensables aux premiers mouvements. Il existe aussi, comme chez tout jeune mammifère, le plaisir inné de la curiosité, de la découverte. C'est la fascination pour tout ce qui bouge, brille, et occupe une place particulière dans le champ perceptif.

Il faut bien *amorcer la pompe* au début... Si plus tard **l'attention** de l'individu sera motivée, dirigée, en fonction du contenu de la mémoire (des intérêts de chacun), il n'y a pas véritablement de contenu mémoriel à la naissance, et donc l'attention ne saurait être justifiée. *La curiosité des enfants est un phénomène automatique.* À ne pas confondre avec celle des adultes, qui espèrent, attendent un plaisir particulier, connu, qui motive cette apparente *curiosité*.

Curiosité, imitation et répétition, ces trois plaisirs innés marchent du même pas, pour éduquer et *remplir* l'Inconscient*.

Toute la mémoire, en mieux

La mémoire est une mine d'informations conservées avec une extrême précision. Considérée à partir de la conscience et de l'illusion de son rôle moteur, elle est éminemment mystérieuse, capricieuse et contradictoire.

Nous avons vu que les pensées *imaginées ou sonorisées* étaient d'une grande imprécision. Ce n'est pas le récepteur (la conscience) qui est en cause, puisqu'elle peut recevoir des fausses perceptions de qualité supérieure dans le rêve ; c'est l'Inconscient qui émet de mauvaises reproductions, pour ne pas concurrencer la réalité. Les *originaux*, en mémoire, sont sans doute aussi bons que les perceptions qui les ont produits.

* Ces trois plaisirs sont traités dans la troisième partie de ce livre, sous le nom d'*égophilie primaire*, page 160.

Prenons un tableau connu. Par exemple, la *Joconde* de Léonard de Vinci. Décrivez de mémoire avec toutes les précisions dont vous êtes capables le décor qui constitue l'arrière-plan du tableau. Éventuellement, vous pouvez dessiner.

À moins d'être un admirateur fanatique, vous n'irez pas bien loin dans la description. Décrivez donc ses vêtements. Leur couleur exacte ? Pas facile.

Quand vous serez sûr d'avoir donné tous les détails que vous pensez connaître, un artiste va reconstituer le tableau à partir des éléments que vous lui avez transmis. Il partira de la *Joconde* originelle, avec son fameux sourire et ses mains croisées, et il comblera pour le décor et les vêtements les *blancs* que vous aurez laissés.

Vous n'avez pas pu donner la position des éléments de l'arrière-plan, l'artiste va les mettre à sa façon, respectant l'esprit de l'auteur, mais pas la disposition originelle*.

De même, si la couleur des vêtements vous semblait inconnue, l'artiste a compensé en mettant des nuances légèrement différentes de l'original. Les plis du vêtement ne seront pas aux mêmes endroits, sans que cela ait rien de choquant.

Que pensez-vous qu'il arrivera lorsque vous serez confrontés à la nouvelle *Joconde*? Comme si votre petit doigt vous parlait à l'oreille, vous verrez bien ce qui *cloche*, tous ces petits détails non conformes à l'original, *dont vous semblez avoir une photo dans la tête*.

Bien sûr, s'il ne s'était agi que de modifier un cheveu, ou un arbre dans le paysage, vous ne l'auriez peut-être pas remarqué, mais les défauts dont vous pourrez prendre conscience sont sans commune mesure avec la représentation imagée que vous vous en faisiez *a priori*.

Ce phénomène ne constitue pas vraiment une nouveauté ou une surprise. Nous y sommes complètement habitués. Combien de

* Comme vous n'avez rien pu en dire, cela ne devrait pas avoir d'importance...

visages sommes-nous incapables de décrire et que nous reconnaissons tout à fait dès que nous sommes confrontés à leur image ? Combien de mélodies dont nous sommes incapables de décrire une seule note, et qui nous choquent dès que la vitesse d'exécution ou les instruments sont légèrement modifiés ? Bien entendu, un spécialiste entraîné sera plus à même d'évoquer en détails un souvenir, parce qu'il a le vocabulaire adéquat, voire, lorsqu'il s'agit d'un interprète, les souvenirs de mouvements indispensables à l'exécution de l'objet mémorisé.

Les refus de l'Inconscient de fournir un renseignement qu'il finit par avouer ne sont pas de véritables trous de mémoire, mais un refus normal de confier à la conscience la réplique exacte et fidèle du contenu de la mémoire. Pourquoi ce refus normal ? Il nous semble avoir tout à perdre à cette *mauvaise volonté*, mais elle nous préserve du danger de la rêverie.

Qu'est-ce qu'une hallucination, sinon une pensée envoyée à la conscience avec la précision d'une véritable perception et qui entre en concurrence avec notre appréciation du monde extérieur ? Puisque la pensée est un phénomène automatique, contrôlé seulement *a posteriori*, **il vaut mieux que nos pensées soient imprécises.**

Sinon, en regardant à la conscience, l'Inconscient finirait par ne plus savoir ce qui est réel et ce qui est imaginaire... Là, le tri est vite fait, puisque les perceptions ont un relief évident par rapport aux pensées *imaginées* ou d'une manière générale *fantômes*.

Prenons une œuvre littéraire que nous connaissons bien, mais dont nous serions incapables de réciter une seule phrase par cœur. Amusons-nous à lire une version où des tournures de phrases auront été changées pour d'autres aussi correctes, où des synonymes remplaceront certains mots, et où des phrases entières inutiles à l'action seront supprimées ou ajoutées. Pensez-vous que nous ne nous apercevrons de rien et que, de temps à autre, notre Inconscient ne nous enverra pas une pensée du genre : « *Tiens, c'est bizarre, j'aurais juré que ce n'était pas comme ça dans l'œuvre originale. Il manque quelque chose... Ou bien, il y a une phrase en trop...* » ?

Un acteur entraîné est capable de restituer un texte long appris par cœur. Sans être capables d'en faire autant, nous pourrions nous apercevoir d'une erreur de texte d'un comédien.

Pour un livre que nous venons de lire, il est intéressant de noter que si nous sommes incapables de reproduire une seule phrase, nous nous souvenons du sens général. Le livre existe donc en mémoire sous sa forme littérale et sous un résumé du sens. Un simple résumé du sens ? Que non ! Si l'on nous offre un résumé qui ne correspond pas exactement au livre, nous nous en apercevons immédiatement, même si notre résumé spontané était infiniment moins détaillé. Il y a donc des détails du résumé qui refusent d'apparaître spontanément mais qui sont là. La lecture d'un résumé complet risque de ne rien nous apprendre de neuf, alors qu'elle pourra contenir dix fois plus de détails que ce que nous pouvions en citer.

Puisque nous sommes capables de nous souvenir du sens général, pourquoi ne pas nous le remémorer avec des phrases du texte original ? Pourquoi ce *travail de réécriture* ? N'était-ce pas forcément mieux dit dans le texte ?

Cette réécriture est une obligation.

Rappelons-nous que les mots lus n'ont pas un sens en eux-mêmes, mais qu'ils en acquièrent un lorsque la perception visuelle du mot lu entraîne l'évocation de son sens, s'il est en mémoire. Ceci entraîne la fabrication de chaînes de mots signifiants qui passent plus ou moins à la conscience, se contentant en fait d'y déposer le poids de plaisir qui s'y rattache.

Un texte en mémoire est lié à de nombreux éléments préexistants qui sont également reliés entre eux pour l'occasion, de manière à représenter le sens total de tout le texte. Au fur et à mesure de la lecture, se tisse un réseau extraordinaire de liaisons entre les mots du texte, leurs homologues déjà en mémoire et le sens partiel et total des informations assemblées.

En effet, quand la lecture est rapide, la conscience n'est pas envahie par la compréhension de ce qui est lu, mais elle est traversée par un résumé *fantôme* et, surtout, *plaisoriel*. Pour que la conscience soit traversée par le sens* de

ce qui est lu, il faut peu ou prou arrêter la lecture, ou au moins cesser d'envoyer à la conscience la vision des mots lus (ce qui n'empêche pas la lecture de se poursuivre, puisque c'est l'Inconscient qui fait tout le travail).

Bien mémoriser, c'est multiplier les petits détails importants (plaisants ou déplaisants) de manière à ce qu'ils occupent chacun une case fortement notée. On se souvient mieux de ce qui a fait l'objet d'une analyse consciente détaillée, et de ce qui est fortement agréable ou désagréable. La répétition, en créant de nouvelles liaisons à l'intérieur de l'Inconscient, nous permet de mieux évoquer le contenu du souvenir.

Un cancre, qui n'arrive pas à retenir une leçon mais se souvient très bien du dernier dessin animé qu'il a vu, montre que la facilité d'évocation d'un souvenir est proportionnelle à sa force plaisant.

Quel intérêt y a-t-il à garder des souvenirs désagréables et à se les infliger régulièrement ? Ne serait-il pas plus plaisant de les oublier ? Certes, mais la mémorisation des événements les plus désagréables de nos vies est censée nous aider à éviter qu'il s'en reproduise de semblables, et donc nous garantir un futur moins déplaisant. D'autre part, l'évocation des mauvais souvenirs peut aussi constituer une source de plaisirs, quand on se délecte d'une situation actuelle nettement meilleure en comparaison.

* Le sens, c'est-à-dire la signification, de ce qui passe à la conscience est toujours partiel, tronqué. C'est un résumé approximatif tel que l'Inconscient en a besoin. Il se comprend à demi-mot.

Le seul vrai maître

L'Inconscient est le seul juge du fonctionnement de l'intellect. C'est lui qui apprend à trier les pensées, en fonction de la manière de satisfaire la conscience qu'il a appris à considérer comme la plus efficace. La conscience n'est qu'un bon instrument utilisé à bon escient ou gaspillé.

Inconscient et perceptions

L'Inconscient reçoit en premier les perceptions avant de les laisser éventuellement atteindre la conscience. Ce passage préalable par l'Inconscient déclenche automatiquement l'émission de *pensées de référence, notées plaisoriellement*, qui escorteront la perception retransmise à la conscience.

La perception sensorielle brute (donc inconsciente) déclenche l'excitation de certaines cases-mémoire qui émettent leur contenu (avec sa note), et ces messages accompagnent la perception dans son passage éventuel (ce n'est pas une obligation, puisqu'il y a généralement l'embarras du choix) à la conscience. Il existe un lien, une parenté entre la sensation et les pensées de référence.

Si je vous dis : « Angleterre ! », vous pourrez penser à la reine, à son Premier ministre, à Henry VIII, aux Beatles, à *la perfide Albion*, à la viande bouillie, à Big Ben, à Shakespeare, ou à n'importe quoi d'autre.

C'est assurément une réaction personnelle. Dans votre Inconscient, le mot *Angleterre* va provoquer des pensées spécifiques, originales, peut-être exceptionnelles, que vous ne partagerez avec personne d'autre. La case-mémoire correspondant à votre pensée de référence a ouvert grand sa porte pour lâcher son message-information, et votre conscience en savoure plus ou moins le plaisir. Quand le

mot *Angleterre* parvient à votre conscience, il n'est pas seul, mais escorté de pensées de référence ayant un rapport plus ou moins étroit et logique avec lui.

Le lien entre la case-mémoire *Angleterre* et celles de vos réactions préexistait à mon intervention. Il n'est sans doute pas absolu, durablement *prioritaire*.

Si vous n'avez été conscient que d'une seule (comment les compter ?) pensée de référence escortant *Angleterre*, rien ne prouve qu'elle soit la seule pensée à avoir été émise. Tout ce qu'il est possible d'affirmer, c'est qu'elle est la seule qui soit parvenue à la conscience. Quelque part dans la zone de tri, elle a pu être considérée comme la plus utile, la mieux susceptible d'assurer le confort de la conscience, et ses concurrentes malheureuses ont été perdues.

Précisons bien que seule la première pensée accompagnant simultanément le mot *Angleterre* peut être considérée comme une authentique pensée de référence. Les suivantes ne sont que des pensées de réaction à ce qui est précédemment passé à la conscience. Pour notre conscience, il n'y a pas de différence perceptible de nature. Dans les deux cas, il s'agit de messages émis par des cases-mémoire.

Prenons le cas de la publicité subliminale. Des messages perceptibles à nos sens mais ne pouvant déboucher à la conscience* entraînent des réactions appropriées, comme s'ils avaient été compris. Ce qu'ils ont été. La réaction de l'Inconscient au message subliminal « *Vous avez soif !* » est l'envoi à la conscience de la pensée « *J'ai soif !* ». Cette pensée n'est pas une intruse ou une erreur. Comme toute pensée, elle est le fruit d'une réaction de l'Inconscient à la réalité perçue. Cette suggestion subliminale ne saurait provoquer de discussion, de raisonnement, puisqu'elle n'accède pas à la conscience, qui est le seul terrain permettant à l'Inconscient de lancer un débat, une confrontation avec les informations en mémoire.

* Voici assurément une excellente preuve que notre conscience n'est pas susceptible de recevoir un message sensoriel de qualité supérieure, mais seulement un sous-produit approximatif que l'inconscient accepte de laisser filtrer.

Si la suggestion est choquante ou incongrue, la pensée qu'elle fait générer à l'Inconscient sera suivie d'une série de pensées qui la remettront à sa place, l'empêchant de perturber la construction intellectuelle de l'Inconscient. Finalement, viendra la question : « *Mais qu'est-ce qui m'a pris de penser une chose aussi stupide ?* », qui permettra de rendre sa sérénité à l'édifice de notre illusion de liberté (alors que, logiquement, ce genre de question devrait apporter le trouble en commençant une enquête sérieuse sur la réalité de notre psychisme...).

Concrètement, en fonction de son rangement et des informations de la mémoire, **l'Inconscient explique, commente la perception.**

Ce qui n'était objectivement qu'une forme colorée grossissant dans le champ visuel devient, par l'envoi simultané de références, une automobile approchant de l'observateur. L'absence de telles pensées explicatives peut déclencher une pensée différente, par exemple empreinte de terreur devant le spectacle inconnu et impressionnant que peut représenter une auto pour un primitif...

Cette **explication de la perception** est encore plus nette dans le phénomène de la lecture. Objectivement, les lettres des mots des phrases sont un fouillis de formes variées sans aucun sens évident. (Pour vous en convaincre, lisez du sanscrit, du chinois ou du cunéiforme...) La traduction des mots écrits n'existe que dans la mémoire des Inconscients qui ont appris le langage écrit en question. L'appréciation dépend plus que jamais du contenu de la mémoire.

Seules les sensations physiques ayant une valeur **plaisorielle** directe peuvent être appréciées par la conscience sans intervention de l'Inconscient, et sans connaissances particulières s'y rattachant. Il s'agit par exemple de coups ou de caresses. Dans la réalité, il est bien rare que l'Inconscient ne se mêle pas de tout, dépréciant ou renforçant par ses commentaires les sensations agréables ou douloureuses.

Au niveau des perceptions, le travail de l'Inconscient comporte deux phases :

- L'émission automatique des pensées de référence ; elles passent ou non à la conscience, en fonction de leurs notations réciproques ; les pensées suscitées permettent à

l'Inconscient de juger approximativement de l'intérêt d'une perception et de déterminer son sort par rapport à l'occupation présente de la conscience. Si celle-ci est occupée par un plaisir supérieur, la perception restera bloquée dans la zone de tri de l'Inconscient. Sinon, elle passera à l'étape suivante.

– Le passage à la conscience d'une perception dûment escortée, expliquée ; il entraîne éventuellement de la part de l'Inconscient des **pensées de réaction**.

La *projection de la perception sur l'écran de la conscience* permet un deuxième examen, plus conséquent. L'Inconscient ne se contente plus de juger la perception sur les seules notes des premières pensées de référence venues. Il peut consacrer la part de lui-même qui *occupe* la conscience, à l'observation de la perception et à son jugement. Plus question de fonder son appréciation sur de vieux souvenirs plus ou moins appropriés : la lourde machine à penser est en marche, au service de la conscience, et on ne badine pas avec le plaisir. La recherche la plus efficiente du plaisir est en œuvre. Il s'agit d'un travail logique, complexe et acquis, et non plus d'un automatisme.

La musique est un plaisir, si son audition (ou sa pratique) provoque l'émission de pensées agréables. Celles-ci n'ont souvent aucun contenu intelligible, parce qu'elles ne sont pas formulées en mots. De là à en nier l'existence, il n'y a qu'un pas. Nul ne niera pourtant que le plaisir musical vient de l'intérieur, et qu'il s'apprend. Ainsi une musique radicalement différente, comme celle de Bali, restera longtemps hermétique à des oreilles occidentales. Il faudra un apprentissage pour commencer à pouvoir l'apprécier.

Il n'est rien que nous ne puissions apprendre à aimer ; tout est question du nombre de répétitions auxquelles nous accepterons de nous soumettre, avec une disposition d'esprit positive.

Au contraire, si nous sommes disposés à déprécier, c'est un sin-cère dégoût qui apparaîtra, souvent assez vite...

Les pensées de référence ne sont pas seulement des explications ou des traductions, mais des interprétations de la réalité, en fonction du contenu de notre mémoire, de nos préoccupations et de notre personnalité.

Montrons à quelques individus très différents une même photographie représentant l'intérieur d'une usine. Aucun n'y verra la même chose.

L'ingénieur reconnaîtra les machines et verra de quelle sorte d'unité de fabrication il s'agit.

La déléguée syndicale aura vu des ouvriers au visage tendu, fatigués par les conditions de travail.

Le patron aura vu une usine bien tenue, bien conçue et agréable.

La ménagère aura reconnu dans les visages des hommes telle ressemblance avec un frère, un parent ou un voisin.

Le prêtre reconnaîtra des « frères » au visage rayonnant d'une force intérieure.

La militante écologiste n'aura vu qu'un ensemble confus, et des ouvriers sans tenue de sécurité.

Le ministre verra une usine-modèle et des ouvriers heureux d'avoir du travail.

Chacun voit les choses comme elles sont en lui-même. La vue est une *auberge espagnole*. La nourriture est fournie par l'Inconscient et l'objet de la vision ne constitue que le décor, le prétexte à faire ripaille. Aucune vision n'est plaisante en elle-même, et il faut bien que le plaisir, l'agrément ou la douleur, soient *apportés de l'intérieur*. Ceci s'applique à toutes les perceptions de l'extérieur.

Nous regardons ce qui nous intéresse. Autrement dit, nos connaissances déterminent directement les mouvements ou les arrêts de nos globes oculaires. L'Inconscient *fait son marché dans le champ visuel*, pour apporter à la conscience une réalité conforme à sa représentation du monde, de manière à former un ensemble cohérent, rassurant et aussi peu douloureux que possible, à moins que la douleur ne soit jugée nécessaire.

Notre regard n'est attiré dans une zone du champ visuel que parce qu'elle a provoqué inconsciemment l'évocation d'une suggestion de regard supérieure à toute autre.

Si, après le premier regard, il apparaît que la vision n'a pas procuré le plaisir espéré, car elle n'a finalement pas un rapport assez étroit et direct avec la promesse de plaisir qu'elle laissait espérer, elle sera abandonnée par l'œil au profit d'une autre. Le passage à la conscience est nécessaire pour vérifier la validité des hypothèses de l'Inconscient *perpétuellement à l'affût d'un meilleur plaisir.*

L'Inconscient peut même tricher avec ce qu'il *voit*, et transmettre à la conscience des références inadaptées ou même une *perception retouchée*. Il ne s'agit généralement que d'aménagements, de légères déformations, d'interprétations de la réalité.

Il nous arrive à tous de croire avoir entendu le contraire de ce qu'on nous a dit. C'est rarement fortuit. La systématisation de ce genre d'erreurs appartient à la pathologie mentale.

La lecture d'un roman passionnant à la lecture facile provoque un plaisir directement lié aux pensées traduisant le texte écrit et occupe la conscience, avec la complicité bienveillante de l'Inconscient. Ce dernier juge de l'intérêt des autres perceptions, et, en fonction de leur notation, il interdit ou non leur accès à la conscience.

Il est particulièrement utile d'insister sur le fait que c'est l'importance de la notation de la pensée évoquée lors du passage de la perception dans l'Inconscient qui détermine l'attention de la conscience, et non l'intensité de la perception elle-même. À désintéret égal, l'intensité pourra jouer, en fonction de notre code personnel de valeur.

Ainsi, une conscience plongée dans une lecture captivante pourra ne pas percevoir une musique pourtant parfaitement audible, mais elle percevra très bien un son pourtant plus faible, s'il est synonyme de danger. Cela peut être un léger sifflement, annonçant une fuite d'eau ou de gaz, ou la présence d'un serpent. Le son n'attire l'attention que parce qu'il est incongru, inhabituel, et, donc, synonyme de danger possible, ce qui lui donne une notation élevée.

Bien sûr, dans la pénombre de son fonctionnement, l'Inconscient est prompt à l'erreur. Le sifflement si inquié-

tant peut être simplement le bruit de l'arrosage du jardin des voisins, et quelques secondes d'attention consciente suffisent à calmer l'Inconscient. Le plaisir de la lecture peut alors reprendre.

Lorsqu'il fonctionne d'une manière autonome, sans recours à la conscience, l'Inconscient est assurément beaucoup moins complet, moins précis, moins efficace, mais ce qu'il perd en qualité, il le gagne en vitesse.

Cette sélection des perceptions en amont de la conscience, en fonction des connaissances, est particulièrement évidente dans le sommeil : une jeune mère, indifférente à des stimuli assez forts, se réveillera au moindre appel de son enfant.

La concentration de la conscience et son imperméabilité relative aux perceptions peut également prendre la forme de la *distraction* baptisée aussi *inattention*.

L'attention n'implique-t-elle pas *de facto* l'inattention envers autre chose ? La distraction est produite par la présence à la conscience d'un enchaînement d'idées agréables (on dit aussi *importantes*) qui excluent, par la force de leur notation, toute intrusion moins bien notée. Une perception de menace, par exemple sous forme de rappel à l'ordre, est souvent le seul moyen de rompre le charme, de *retourner sur terre*, jusqu'à la prochaine fois.

La distraction des *grands savants* est proverbiale. La concentration nécessaire à d'importants travaux s'accompagne mal d'une ouverture perpétuelle de la conscience aux banalités du monde extérieur.

Chapitre 7

Jugements et notation

Les jugements

Chaque information passant par le psychisme fait l'objet d'un jugement. Si simple soit-elle, elle doit être reliée à d'autres informations en mémoire qui lui donneront son sens, et subir une notation.

En mémoire, une information isolée est inutilisable. Elle est impossible à évoquer, et, surtout, elle n'a aucun sens, car *les données ont un sens parce qu'elles sont reliées à des éléments connus.*

De la même façon, il ne suffit pas de savoir lire pour comprendre les mots d'un dictionnaire, car il y a un minimum de mots à connaître préalablement, à moins de s'aider de dessins. L'édifice psychique humain repose sur un certain nombre de *données-souvenirs de sensations*, sur lesquelles les définitions des autres données s'appuient ensuite, pour progresser vers une plus grande sophistication. Nos données les plus abstraites reposent toujours sur des bases simples.

Ainsi, quelque part dans notre psychisme, le mot *chaise* est relié à la *représentation fantôme d'une chaise vue*, et à la *notion de position assise*, vue (*vision d'une personne assise*) et sentie (*sensation physique de soi, assis*).

La donnée de base est l'association de mots avec des souvenirs de perception. Viennent ensuite quelques représentations pseudo-sensitives (sous forme de souvenirs fantômes de perceptions) de notions logiques telles que l'identité, l'égalité, la différence, la supériorité, etc.

Chacun de nous possède, bien enfoui au fond de son Inconscient, sa propre définition de l'identité (par exemple), en fonction de la manière – personnelle – dont il a appris à comprendre cette notion quand il était enfant. Cela peut être le souvenir de la vision de deux grosses pommes rouges posées côte à côte sur une table dans un livre d'images, avec le commentaire en-dessous, que seule la maîtresse pouvait lire : « **Elles sont PAREILLES** ». À partir de ce souvenir, enfoui depuis longtemps, nous avons bâti une représentation logique de la réalité. Les objets identiques ne manquent pas, pour nous faire réviser cette notion simple, et recouvrir en mémoire l'image qui nous a fait découvrir cette notion ; mais si nous pouvions remonter le fil de notre compréhension, nous finirions toujours par arriver à des données de cette sorte.

Parce que nous avons suffisamment de points d'ancrage solides pour relier notre langage à la réalité, nos données ont une valeur objective certaine ; nous pouvons jongler avec les mots comme si nous jonglions avec les réalités qu'ils désignent : le résultat est aussi bon que notre description du réel en mots est fidèle, précise, adéquate.

Les liens reliant les souvenirs, et permettant de les évoquer, peuvent être complètement irrationnels.

Dans l'épisode de la *madeleine* de Proust, c'est le goût du gâteau qui déclenche la remémoration de toute une scène vécue, qu'il croyait oubliée.

Le souvenir en question n'était pas isolé dans la mémoire, mais relié par un fil invisible à l'information *goût de madeleine*, qui, ayant été excitée, a *automatiquement* rappelé la scène à la conscience.

L'orthographe d'un mot est une connaissance précise, et elle est reliée aux lettres qui composent ce mot, aux mots qui définissent son sens, et aux idées auxquelles nous l'avons associés antérieurement.

Jouez-vous aux mots croisés ? À partir d'une définition et éventuellement de quelques lettres, vous savez reconsti-

tuer des mots ! Magique ? *Vous êtes bien forcés de reconnaître que le bon mot vous vient tout seul, comme sorti du néant.*

Si la vision d'une certaine nuance de vert nous **fait penser** à nos dernières vacances en Angleterre, c'est uniquement parce qu'en mémoire, ce vert est relié à la notion de *gazon anglais*. Cette liaison a été effectuée par un jugement. En toute inconscience. Même s'il arrive qu'une part de jugement passe partiellement à la conscience, l'Inconscient rend ses jugements tout seul, en fonction du plaisir de la conscience, comme on prédit le temps en regardant un baromètre.

D'une manière générale, toute notre intelligence et notre capacité à manier des concepts complexes résultent du bon apprentissage des jugements effectués par l'Inconscient. Cette efficacité peut s'étendre à certains domaines, et pas à d'autres. En fonction des circonstances de l'éducation, un Inconscient généralement rationnel peut adopter délibérément un comportement *magique*, illogique, dans certaines branches de son activité. Il peut s'agir d'un jeu poétique, auquel la conscience trouve plaisir, comme des superstitions les plus baroques. Ces différentes conceptions dépendent de la qualité des liaisons internes et donc, des jugements qui les ont créées.

La notation

Le plaisir que la conscience peut goûter aux pensées et aux sensations qui ne sont pas directement plaisorieuses est attaché à elles par la notation.

L'Inconscient note tout ce qu'il juge et juge tout ce qu'il fait et perçoit. Une information qui n'aurait pas subi la notation n'aurait aucune utilité pour le psychisme, aucune existence.

Il y a deux manières de *noter* : la notation par extrapolation et la notation par jugement conscient. La première s'effectue entièrement à l'intérieur de l'Inconscient, alors que dans la seconde l'Inconscient mesure le plaisir effectivement éprouvé par la conscience. La première est rapide, expéditive, alors que la seconde s'effectue à l'issue d'une réflexion consciente, où l'Inconscient a eu tout le loisir de motiver sa décision.

Le phénomène de la notation est mis en évidence lorsque nous choisissons un prénom pour un enfant à naître. La personnalité des gens que nous connaissons et que nous n'aimons guère nous interdit de donner le même prénom à un enfant que nous aimons déjà. N'est-ce pas la preuve que quelque part en nous ce prénom est **contaminé, pollué**, irrémédiablement, alors même que nous savons pertinemment que des milliers de personnes portent ce prénom-là et peuvent être pleines de qualités ?

La notation inconsciente

La notation par extrapolation s'effectue par une rapide comparaison avec des éléments en mémoire considérés comme proches, suffisamment pour motiver une notation par association, par contagion. Cette forme de notation est caractéristique du psychisme des nouveaux-nés (parce qu'ils n'ont pas encore appris à se servir de la conscience) et de l'improvisation, de toutes les situations où l'on n'a pas le loisir de *réfléchir*, c'est-à-dire d'utiliser la conscience.

Dans la mesure où la notation est un travail purement inconscient, il est difficile de la décrire en détails. Elle couvre l'éventail de tous les plaisirs et douleurs qu'un être humain peut éprouver dans sa conscience. On peut donc représenter la notation comme l'attribution d'une note plaisorielle positive ou négative, plus ou moins forte en fonction de l'intensité éprouvée ou supposée.

Une même pensée ou perception peut recevoir plusieurs notations successives, la dernière étant toujours la seule valable.

Une perception sensorielle déclenche l'émission de pensées de références et profite de leur notation. Une vision qui provoque une réminiscence agréable devient instantanément une vision agréable.

Ainsi, chaque perception nouvelle qui parvient à la conscience a fait l'objet d'une notation inconsciente. Si celle-ci est supérieure à celle de l'occupation actuelle de la conscience, et si le centre de tri n'y voit pas d'inconvénient*, l'Inconscient n'hésitera pas à lui imposer par surimpression cette perception.

Une fois à la conscience, automatiquement, l'Inconscient réagit à cette perception, en fonction de ce qu'il a en mémoire, renforçant ou diminuant sa *note* plaisorielle, l'affinant. À la suite de ce processus de réflexion, la perception va être enregistrée en mémoire avec une note définitive... jusqu'à son prochain passage à la conscience.

Évidemment, une perception dont la notation inconsciente élimine par la faiblesse de sa note tout passage à la conscience ne fera jamais l'objet d'un second jugement. On peut légitimement supposer que cette perception ne deviendra jamais un souvenir et qu'elle sera perdue.

Quel intérêt pourrait-il y avoir à envoyer systématiquement à la conscience *la sensation du contact des chaussettes avec la peau du pied*?

Certes, il nous arrive, des milliers de fois par jour d'être conscients de sensations corporelles et extérieures sans

* Cf le chapitre sur la personnalité, page 124.

grand intérêt. Remarquons que ça n'est jamais pour interrompre franchement un plaisir ou une douleur importants. Ce sont plutôt des micro-interruptions dans l'occupation pensée de la conscience. Nous n'avons presque pas conscience d'être interrompu dans nos pensées par un picotement, une gêne, ou la vision ordinaire d'un mur, l'écoute d'un bruit sans intérêt, alors que nous le sommes en permanence. Nous avons l'impression d'être conscients de plusieurs sensations à la fois et ce qui fait la *douceur* des interruptions, c'est qu'elles ne nous coupent jamais complètement et subitement de la préoccupation qui siégeait à la conscience. Elles semblent s'imposer subrepticement, comme un disc-jockey *shunte* une musique pour en envoyer progressivement une autre, comme un *fondus enchaîné*. Si brutale que la transition puisse être, elle n'est jamais choquante que si l'Inconscient la fait remarquer.

La *note* d'un jugement inconscient est empruntée aux éléments (ou à l'élément) qui ont aidé à former le contenu de la pensée, objet du jugement. De la même façon que pour un jugement conscient ; mais le rapport véritable, la relation entre les différents éléments n'est que supposée, elle n'a pas été vérifiée sur l'écran de la conscience par un raisonnement.

Une pensée habituelle est la duplication d'une information contenue dans une case-mémoire ; une pensée nouvelle, originale, est la duplication d'une nouvelle information provenant d'une case-mémoire nouvellement formée à partir de cases-mémoire existant déjà. Si son sens est une addition, un mélange d'informations existantes, sa note sera fonction de celles des cases-mémoire qui ont servi à sa fabrication.

On conçoit aisément ce que cette note provisoire peut avoir de gênant ou de dangereux. Si, dans un Inconscient d'enfant, les cases-mémoire « *j'aime le bœuf* » et « *j'aime le chocolat* » s'unissent pour former « *donc j'aime le bœuf au chocolat* », la note plaisorielle de cette dernière devra être au moins égale à la plus faible des deux premières, donc avec un certain décalage par rapport à la réalité... Une

réflexion consciente permettra seule de rendre à cette pensée originale une note correspondant à une estimation plus juste de sa valeur plaisorielle.

La notation par la conscience

La notation par jugement conscient* fait l'objet d'un apprentissage, et elle favorise la rationalité, la tendance à l'objectivité, tout ce qui fait de l'homme un animal supérieurement efficace...

La conscience éprouve un certain niveau de plaisir à une perception ou à une pensée, en fonction des pensées qui l'accompagnent et qui la commentent. Le plaisir éprouvé à la conscience est mesuré par l'Inconscient qui indiquera son intensité en *notant* la pensée ou la perception en question. La conscience éprouve le niveau plaisoriel global, correspondant aux envois de l'Inconscient, mais lui seul calcule, évalue, intervient et finalement *note* ce qui deviendra un souvenir. Cette notation permet de graduer l'intensité du plaisir que la conscience devra éprouver lorsque l'Inconscient lui enverra un *duplicata* une prochaine fois (fig. 1, page 103).

La vision d'une glace au chocolat qu'on nous apporte provoque un plaisir indéniable. Ce n'est pas une vision neutre, surtout quand on est amateur. L'intensité du plaisir éprouvé à la pensée que cette glace va nous fondre dans la bouche n'est pas une sensation physique plaisorielle. Nous salivons peut-être, mais le plaisir est intellectuel, même s'il a été produit à l'origine par des sensations gustatives agréables. Ce *rappel* purement intellectuel est le fait de la notation, et de la *note* très positive attachée à la notion de glace au chocolat, qui s'est trouvée accolée à la présente vision, par notation inconsciente.

Supposons que cette glace soit infecte au goût. Que va-t-il se passer ?

* Précisons qu'un jugement conscient ne l'est jamais que très partiellement, et qu'il n'élimine aucune des possibilités d'erreur des jugements inconscients. C'est un jugement inconscient amélioré, enrichi.

Indéniablement, la notion de glace au chocolat va subir une révision à la baisse. Sa *note* va descendre. **Un peu**, si cet accident reste unique, parce que le plaisir attaché aux pensées-souvenirs des fois précédentes combattrà à la conscience le désagrément du mauvais goût une seule fois éprouvé. Par contre, s'il arrive d'autres fois où la glace au chocolat est immangeable, la *note* va devenir négative (et le café prendra la première place...). Il s'agit manifestement là d'une attitude raisonnable, comme seule peut le permettre une décision consciente.

La notation par la conscience joue un rôle essentiel dans chacune de nos décisions. L'Inconscient envoie tous les éléments qu'il suppose nécessaires pour que la décision soit rendue de manière satisfaisante. Au fil de l'appréciation plaisorielle des arguments par la conscience, le choix finit par se dessiner d'une manière claire, et à la question « *Agir ou non ?* » la notation répondra. Ce sera oui, si la *note* est positive. Sinon, ce sera l'expectative ou le rejet, en fonction de la force de la *note* et des circonstances.

L'Inconscient s'efforce de bâtir à la conscience un raisonnement solide, où chaque élément est à sa place pour motiver une décision judicieuse. Il fait l'addition des plaisirs éprouvés par la conscience aux arguments des différentes options possibles et il amène à la conscience la conclusion avec une note correspondant aux différentes additions. Le choix s'impose alors, conformément à la Règle et à une certaine logique.

La conception personnelle de ce que doit être un raisonnement bien construit joue un rôle déterminant dans la rationalité de la décision.

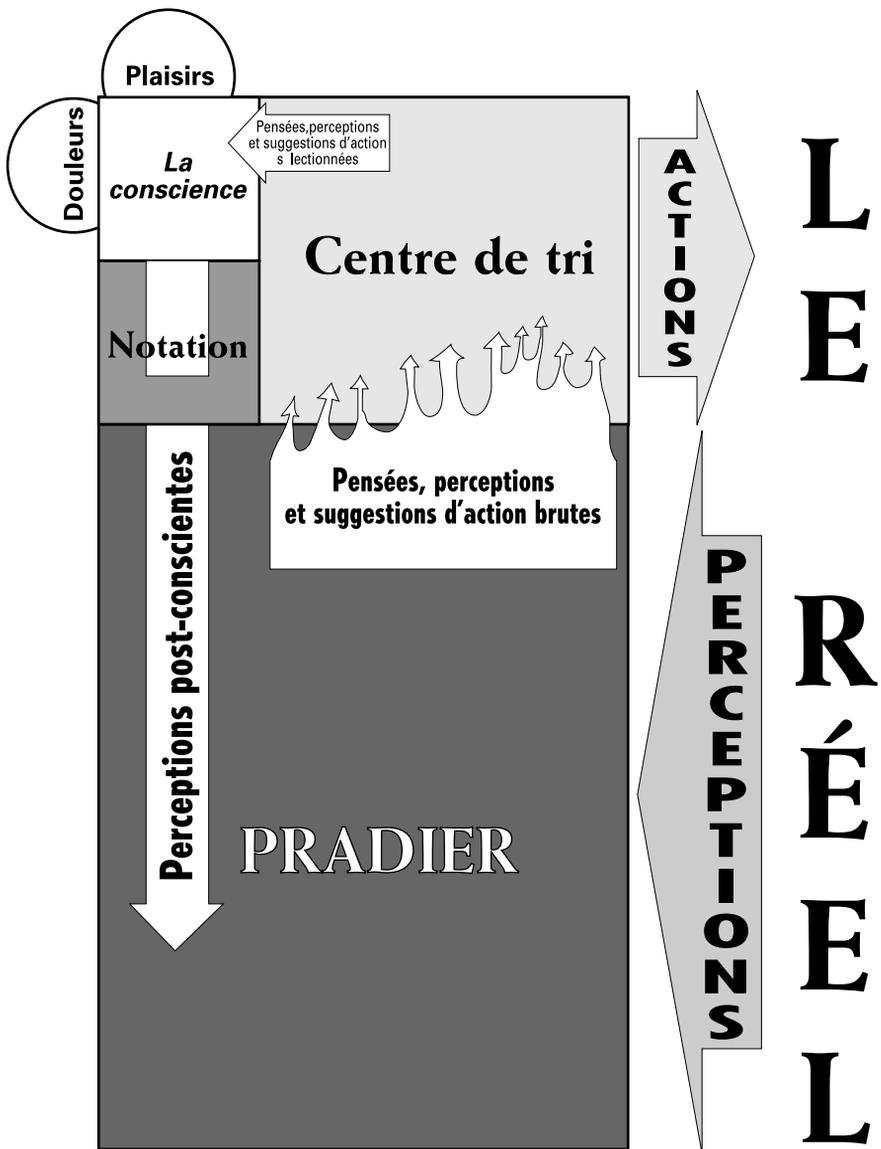


Fig. 1 — Plan du psychisme

Le verdict

Chacune de nos suggestions d'action est mise en délibéré, puis, en fonction des plaisirs respectifs des arguments, une décision est prise : ACTION, PAROLE, REFUS D'AGIR, SUSPENSION DE SÉANCE, etc.

À quel moment est prise la décision ? Si l'on attend que tous les arguments soient arrivés à la conscience, cela risque d'être long, d'autant que l'on n'est jamais sûr que tous les témoins ont bien défilé à la barre. Il n'y a pas moyen de le savoir. Le verdict est donc lâché à un certain moment, et tant pis si des retardataires d'importance se présentent après. On essaiera de corriger la faute ensuite.

Quand, par qui, comment ou pourquoi est-il rendu ?

Cela dépend une nouvelle fois de la force du plaisir en cause. Pour une décision de faible importance, on conçoit qu'il ne soit pas nécessaire de tergiverser longtemps.

Nous marchons sur un trottoir. En plein milieu, juste en face de nous, se dresse un arbre. Allons-nous le franchir par la droite ou la gauche ? Nous ne nous arrêterons pas devant (ou alors, juste pour me contrarier ?), pour en admirer la structure.

Logiquement, pour la superbe intelligence à laquelle nous aimons nous identifier, il n'y a aucune raison pour préférer un côté plutôt que l'autre (en l'occurrence, il n'y a pas un côté propre et un autre jonché d'excréments canins).

Nous allons ignorer l'obstacle. Il sera franchi à l'issue d'un jugement totalement inconscient. À la fois juge et parties, la décision sera expédiée sans formalité. Le premier argu-

ment en faveur d'un des deux côtés sera accepté, et la décision sera immédiatement exécutable.

Par rapport au niveau d'occupation de la conscience, la décision ne présente aucun intérêt. Il n'est donc nullement utile d'y consacrer du temps conscient. La prudence n'est pas de mise.

Le verdict immédiat, après un seul argument, est le jugement naturel, originel. La prudence, la « sagesse », sont des notions qui entrent en jeu et aident l'Inconscient à retarder sa décision, mais elles doivent être acquises, apprises. Elles existent même chez les autres mammifères.

Un rat, soumis à des excitations contradictoires et changeantes, ou tout simplement un chien dont le maître est lunatique, deviendront méfiants, hésitant face à des situations qui provoquaient à l'origine une réaction simple et immédiate. L'esprit de l'animal, déchiré entre plusieurs contraintes, devient plus prudent. La névrose n'est pas toujours loin.

À l'issue d'un apprentissage qui dure jusqu'à l'âge adulte, notre Inconscient apprend à retarder sa décision en fonction de la somme de plaisir escomptée (ou de la somme de douleur redoutée), et naturellement de l'urgence de la situation. C'est tout un art du compromis auquel un bon Inconscient est rôdé.

L'urgence est une notion qui entre en jeu, comme un argument parmi les autres, mais elle agit sur la *décision de verdict* elle-même. Elle combat les arguments de prudence avancés pour retarder le verdict. Alors que ces derniers sont toujours fondés sur la crainte (de l'erreur), l'urgence peut aussi bien être motivée par un espoir, un besoin.

L'Inconscient apprend à pratiquer la *réflexion* (le mot est particulièrement heureux, si l'on pense au rôle d'écran de projection que joue la conscience), à attendre d'être à *peu près sûr** que les arguments décisifs ont tous été évoqués. Prenant en compte ses propres erreurs passées, il sait aussi retarder sa décision autant que l'urgence le permet.

* La certitude n'existe que parmi nos illusions.

Cet apprentissage est naturellement différent pour chaque individu, et le degré de sagesse n'est pas le même pour tous. Qui tourne sa langue sept fois dans sa bouche avant de parler ?

La prudence, qui empêche de statuer immédiatement, ne résiste qu'un temps. À part chez certains hésitants pathologiques, dont l'Inconscient cultive la crainte comme une vertu. Nous avons tous remarqué qu'avant un achat important et agréable longtemps attendu, l'objet de nos désirs se pare des plus belles couleurs, un peu comme si un condensé des meilleures publicités de notre temps était projeté dans notre esprit. Souvent, la réalité de l'acquisition procure moins de satisfaction que l'on en espérait.

En l'occurrence, l'Inconscient n'hésite pas à en *rajouter*. Il fabrique des arguments sur mesure pour renforcer le plaisir attendu de l'action, voire même pour dévaloriser la prudence qu'il a lui-même prêchée. Ne lui demandons pas d'être toujours logique, mais rappelons-nous qu'il ne demande **qu'à nous faire plaisir**.

Il va de soi qu'un Inconscient formé à la rationalité, à l'objectivité (et à la méfiance de soi) dans tous les domaines, se laissera moins facilement entraîner dans ce genre de scénario. Au contraire, l'Inconscient d'une *cigale* qui a l'habitude de pourvoir sa conscience de tous les plaisirs à la ronde nous donnera dix mille exemples d'un tel comportement, et quelle proie pour la publicité !

Chapitre 8

Le Maître à penser

La pensée

La pensée est un produit spécifique de l'Inconscient fabriqué pour le seul passage à la conscience.

Il ne devrait donc pas y avoir à proprement parler de pensées inconscientes ; il n'y a jamais qu'un travail de l'Inconscient résultant en actes ayant une incidence extérieure ou *intérieure*.

La pensée est un produit qui ne peut être déchiffré et apprécié qu'à la conscience.

Il est donc superflu d'émettre des pensées qui ne seront pas envoyées à la conscience. *Superflu* ne signifie pas qu'il faille balayer cette possibilité : les pensées émises automatiquement, se trouvent, à l'égal des perceptions sensorielles, en compétition pour l'accès à la conscience, l'Inconscient effectuant lui-même le tri, en fonction de la notation.

Qu'est-ce qui fait *pousser* une pensée ? Qu'est-ce qui la fait passer à la conscience ? Pourquoi celle-ci, et pas une autre ?

Nous sommes tous d'accord pour reconnaître que certaines perceptions nous *font penser* à quelque événement passé, à quelque acte projeté, à quelque chose. Or, si la vision d'un objet précis peut, à tel moment, déclencher chez nous telle pensée, nous pouvons voir cinquante fois le même objet sans qu'il nous refasse à nouveau penser à quoi que ce soit. Puisqu'il ne serait pas raisonnable de supposer que c'est l'objet qui décide de nous envoyer telle pensée à tel moment et de ne rien émettre le reste du temps, il faut bien que la décision soit prise en nous, inconsciemment, donc en notre Inconscient.

Peut-on imaginer que l'Inconscient, cette mécanique stupide, puisse décider de mettre en route tel processus de pensée à la suite de telle perception, rien qu'en fonction de ce qu'il suppose comme attrait à la pensée en question ? Autrement dit, il faudrait qu'il juge de l'intérêt d'une pensée, avant même de l'avoir fabriquée. C'est difficile à concevoir. Par contre, si l'émission des pensées est automatique, là on peut comprendre que l'Inconscient puisse une fois de temps en temps *céder* à la pensée proposée, évoquée par la perception en question. Quels seraient ses critères de choix ?

Bien évidemment la note, et, conséquence de notre éducation relativement rationaliste, le rapport avec l'occupation actuelle de la conscience. La note est prioritaire, mais le second élément, acquis, est d'une importance considérable pour éviter le *coq-à-l'âne* perpétuel que nous serions autrement obligé de pratiquer. Dès qu'une pensée serait supérieure, elle entraînerait automatiquement son envoi à la conscience, dans le but d'une occupation plaisamment supérieure de la conscience, *ce qui est bien la mission de l'Inconscient*.

À long terme, ce serait une véritable catastrophe, et notre Inconscient a progressivement appris l'intérêt de la continuité logique, au détriment de l'inattention superficiellement satisfaisante. L'étourderie continuelle, l'incapacité de fixer son attention, sont le trait des enfants, mais représentent pour des adultes un handicap indéniable et la marque d'Inconscients qui n'ont pas acquis les routines de fonctionnement globalement efficaces.

Pour reprendre un peu de langage informatique, curieusement adéquat, nous pouvons dire que l'Inconscient a conçu au fil de l'éducation un programme qui permet de filtrer les pensées les mieux notées en fonction de leur rapport avec celles qu'il avait précédemment envoyées à la conscience. Faute de cette continuité, la fiction intellectuelle de notre *moi* serait sans cesse douloureusement contrariée. Au lieu de cela, les quelques pensées discordantes ayant échappé au filtre sont aussitôt compensées par une correction du style « *Mais qu'est-ce qui m'a pris de penser une chose pareille ?* », qui rétablit le plaisir habituel de l'image du *moi*, libre, volontaire et *maître de toute pensée*.

Définitions

La pensée peut être considérée comme une fausse sensation, une simulation d'action, de parole, d'image, de sons, d'odeurs, de perceptions en général.

La pensée est un élément ressemblant à une perception qui permet un enrichissement de la réalité, préparant des actes plus efficaces dans leur application de la Règle ou contenant le plaisir en lui-même.

Les actes que nous sommes capables d'imaginer en pensée sont le pendant des perceptions de nos propres mouvements, que nous prenons pour des actes volontairement conscients. En réalité, nous nous contentons de subir consciemment nos actes physiques et de les accepter. Ils sont évidemment amenés par l'Inconscient de manière à s'insérer dans une logique comportementale mieux susceptible de garantir le plaisir. Nous avons appris par notre éducation à éprouver un désagrément aux mouvements incohérents et intempestifs, et l'Inconscient se plie à ces exigences aussi souvent que cela lui est possible.

La pensée n'est qu'un message, un commentaire de la réalité permettant de mieux se comporter vis-à-vis de celle-ci, un brouillon permettant de tester les actes éventuels, les paroles à dire, prêtant une fausse réalité à ce qui n'est jamais qu'un produit de l'Inconscient.

La conscience est une perception fermée, limitée, et la pensée permet de tester, d'insister sur certains aspects du réel, de réviser avant l'acte, de goûter plaisirs ou douleurs avant la réalité, voire (ce qu'on appelle la *rêverie*) d'apporter des plaisirs ou douleurs à la place du réel, pour compenser les désagréments de celui-ci, en renforcer l'agrément, ou mieux se préparer à en affronter les vicissitudes.

La pensée n'est qu'une pré-réalité puisqu'elle prépare à l'acte, et une post-réalité puisqu'elle est une réaction aux perceptions du réel. C'est un sixième sens, **artificiel**, qui contribue à un enrichis-

sement de la réalité extérieure : il permet l'existence d'une non-réalité passée, plausible, ou mythique, de manière à mieux agir sur la réalité, dans le sens d'une application de la Règle plus satisfaisante encore.

La pensée renforcée

Considérée jusque là comme purement immatérielle, la pensée est très souvent liée à l'acte, même si celui-ci n'est qu'une préparation à l'affrontement de la réalité extérieure. Ainsi le monologue solitaire est l'expression d'une **pensée renforcée** par la parole. L'écriture est une autre forme de **pensée renforcée**, mais il y en a autant de formes qu'il y a de formes différentes d'actions physiques réelles.

L'intérêt d'une **pensée renforcée**, c'est qu'elle acquiert une réalité supérieure à une pensée simple vis-à-vis de la conscience et permet une concentration supérieure de la part de l'Inconscient sur le sujet considéré. D'autre part, une pensée exprimée à haute voix est nécessairement structurée, cohérente, puisque l'Inconscient va y réagir comme s'il s'agissait de la parole d'un autre.

Quand on se parle à voix haute, le sixième sens n'est plus le seul occupé par la pensée en question : l'ouïe et la sensation kinesthésique de l'action-parole viennent témoigner également de la réalité de cette pensée exprimée en mots. Cette triple convergence permet une meilleure mémorisation et une notation supérieure de l'activité pensée, sans la fatigue liée à une concentration intellectuelle sur la seule pensée, à l'exclusion des messages sensoriels.

Les mots parlés, captés auditivement, prennent facilement un relief supérieur, susceptible d'en faire le point de départ d'un raisonnement plus achevé, alors que nos pensées vagabondent et s'envolent au gré des urgences extérieures. Dès l'instant où nous ouvrons la bouche pour parler, alors que nous sommes seuls, nous sommes contraints par notre éducation à structurer les phrases, comme si nous nous adressions à quelqu'un d'autre. Nous n'avons pas une manière spéciale de nous parler, et nous n'aimerions pas

nous entendre bredouiller, parce que le bredouillis est mal vu, mal noté, à moins d'être ivre – ce qui constitue d'avantage une explication qu'une excuse.

Pourquoi allons-nous plus vite en pensant qu'en parlant tout haut ? Parce que l'Inconscient limite ses envois de pensées au strict nécessaire, sans limitation d'aucune sorte. On ne lui a pas appris à penser d'une manière rigide, on ne l'a pas jugé là-dessus, et sa manière d'utiliser la conscience en pensées est basement utilitaire. Ce sont souvent des fragments de mots, des pensées minuscules, des images infimes, qu'il envoie, juste pour les faire goûter, évitant au maximum l'encombrement inutile de la conscience. Il suffit de penser à la manière dont nous lisons et aux milliers de fragments d'images qui nous traversent la conscience tout au long de la lecture, déposant leur charge plaisorielle sans déranger plus que nécessaire, de façon à peine perceptible. S'il nous fallait décrire à haute voix tout ce que nous ressentons consciemment à la lecture d'une seule page, ce serait impossible, à cause de la quantité même d'informations qui envahissent successivement la conscience.

Voilà pourquoi dans les moments où nous avons besoin de réfléchir intensément nous préférons souvent monologuer ou écrire nos pensées pour qu'elles soient plus claires, structurées, durables, loin de l'effusion, de la dispersion, et du flot rapide des pensées pures.

Le pradier

Nous allons maintenant nous pencher de près sur une zone particulière de l'Inconscient, à laquelle il a fallu donner un nom : le **pradier** – néologisme créé par l'auteur en hommage à un ami.

Le **pradier** correspond à ce que nous appelons la mémoire. Il est le fourre-tout qui contient toutes les **données**, mais il est aussi la machine à fabriquer les pensées. Automatiquement, il réagit à l'arrivée de chaque information sensorielle et à ce qui est projeté sur l'écran de la conscience, par l'émission de pensées.

Combien produit-il de pensées par seconde ? Des dizaines ? Des centaines ? Certainement un grand nombre. Il n'est que de penser aux mille *micro-pensées* qui nous viennent en regardant autour de nous.

Chaque fois que nous regardons ces objets, ils évoquent automatiquement les mêmes pensées, éventuellement enrichies des derniers développements. Si notre conscience n'est pas déraisonnablement envahie par la production du pradier en perpétuelle ébullition, c'est uniquement parce que la quasi totalité de sa production est perdue en cours de route, jetée, abandonnée, pour que ne soient sélectionnées que les meilleures pensées, les plus utiles à la situation, ou... les moins désagréables.

Le tri, nous l'avons vu, n'est pas effectué au niveau du pradier, mais *au-dessus de lui*. Il n'empêche que le pradier subit différents niveaux d'activité perceptibles de l'extérieur.

Par rapport au niveau habituel d'activité de l'état de veille, le pradier peut connaître (en gros) une **suractivité**, visible extérieurement comme un état de surexcitation, d'anxiété, et, au contraire, une **baisse d'activité**, remarquable par cet état *mystérieux* de l'ennui, en cours de journée, et habituelle dans la période qui précède l'endormissement.

À l'heure de s'endormir, si le pradier n'est pas en état d'hypo-activité, les pensées les mieux notées qu'il produit sont d'une force supérieure au besoin normal de sommeil et elles l'emportent sur le *centre du sommeil*.

La crainte de ne pas réussir à s'endormir, dont nous pourrions dire qu'elle est une pensée émise de manière plus ou moins continue, est un facteur aggravant l'insomnie.

En effet, au niveau du mécanisme autorisant ou non l'endormissement, il n'y a pas la moindre once d'intelligence. La *crainte de ne pas réussir à s'endormir* est donc considérée comme une *crainte* tout court, et, comme telle, prise en considération à hauteur de sa note. À ce niveau de l'Inconscient, rien ne permet de distinguer cette crainte particulière de celle des cambrioleurs, du mari saoul qui va rentrer pour tout casser, ou des rats... La sécurité passe

avant le besoin normal de sommeil. Tant mieux pour les gens qui ont à lutter contre le sommeil dans leurs activités.

Nous savons cependant que l'on peut contrarier le besoin de sommeil jusqu'à un certain point seulement, et qu'à l'instant même où le pradier ne fournit rien qui lui soit supérieur, **c'est l'endormissement immédiat**, et le fait que l'on ait les mains refermées sur le volant d'un véhicule filant sur l'autoroute ne saurait rien y changer...

Il ne servirait à rien de s'accuser stérilement, l'incident est *mécanique*: notre contrôle intellectuel n'est qu'illusion. Nous sommes une mécanique qui fonctionne autour d'une illusion de contrôle et de liberté.

Une donnée n'existe dans le pradier que tant qu'elle est connectée à d'autres données. Plus elle est liée à un grand nombre de données, plus ses chances d'être excitée par une perception (sensorielle ou rétro-consciente) sont grandes. Lorsqu'une donnée est *excitée*, elle contribue à la production d'une pensée nouvelle.

L'accession de celle-ci à la conscience peut augmenter encore le nombre de liaisons de la donnée qui est à son origine, et peut entraîner une correction de sa note, en fonction de la satisfaction provoquée par son passage à la conscience, lorsque celle-ci revient dans le pradier sous forme de perception rétro-consciente. (fig. 2)

Si la pensée nouvelle n'est pas acceptée à la conscience, elle est perdue.

On peut parfaitement imaginer qu'avec le temps, une case-mémoire à faible notation, dont les liaisons ne sont jamais *rafraîchies* par le passage à la conscience de son contenu, voit celles-ci se dégrader, pour finalement disparaître et la laisser isolée dans le pradier, où elle pourrait (comment savoir ?) être réécrite, réutilisée avec un contenu plus utile.

Plus une donnée envoie une pensée à la conscience (et que celle-ci la reçoit), plus elle devient féconde et utile, à cause du nombre de liaisons qu'elle a développées autour d'elle, au sein de l'Inconscient.

LE MAÎTRE À PENSER

Ce qui existe à l'intérieur de l'Inconscient doit être bien distingué de ce qui est envoyé à la conscience :

Dans la mémoire, on trouve des concepts, des informations ou des souvenirs.

Seules sont envoyés à la conscience par le *canal fantôme* des pensées ou des perceptions *fantômes*.

L'Inconscient *fabrique* les pensées en fonction de ce qui existe dans la mémoire et de ce qui vient de l'extérieur ou de l'intérieur, c'est-à-dire de la conscience. Cette *fabrication* peut aller de la simple duplication d'une information existant en mémoire, à la construction d'un ensemble complexe. Inconsciente par nature, cette activité défie la description, et nous laisserons à d'autres le soin d'en imaginer les détails...

Toute pensée **nouvelle**, dont le sens n'était pas déjà existant en mémoire, possède de par ses origines une notation approximative. Extrapolant à partir des notations des souvenirs ayant servi à sa création, l'Inconscient donne à son *produit* une note indicative provisoire, qu'il confirmera ou infirmera en le *passant* à la conscience et en le jugeant.

De la même façon, une pensée nouvelle possède un sens qui n'est jamais sûr à 100 %.

Elle sera d'autant plus fiable que l'Inconscient qui l'a concoctée est plus maître de son sujet et capable d'improviser.

Plus une pensée est proche des éléments qui ont servi à la construire, plus son sens et sa note provisoires sont vraisemblables, et moins l'on a à craindre de mauvaise surprise. C'est le cas des pensées de référence : leur évocation automatique au passage d'une perception est une simple lecture de l'information-souvenir.

Qu'est-ce que l'intelligence ?

C'est la faculté qu'a l'Inconscient de faire de judicieux *mélanges de connaissances*, et de pouvoir reconstituer des situations complexes, dont il ne possédait pas tous les éléments en mémoire et dont la composition n'est pas immédiatement évidente.

Définition floue s'il en est, mais l'intelligence n'est-elle pas une notion multiforme difficile à cerner ? Bien sûr, si l'intelligence n'est qu'un simple mélange, elle est aussi synonyme de *folie*, de *fantaisie*, ou de n'importe quoi... Tout se mélange dans nos pauvres (!) esprits, et tout n'est pas intelligence.

L'intelligence est un mélange tendu vers la satisfaction de la Règle, vers une certaine rationalité, et naturellement, elle s'apprend.

Comprendre une situation dont l'Inconscient ne possède qu'une partie des éléments, c'est devoir reconstituer ce qui lui manque, travail éminemment complexe où il va jongler avec les informations en mémoire à une vitesse défiant toute description. Il devrait être incroyable que nous ayions pu admettre que cette tâche pouvait être consciente.

L'inégalité toujours

Les pensées ne sont pas égales devant la conscience. À notation égale, certaines sont émises beaucoup plus souvent que d'autres. La fréquence d'émission d'une pensée dépend du nombre de concepts auxquels elle est rattachée à l'intérieur de la mémoire.

L'effet *boule de neige* est au rendez-vous : plus une pensée va à la conscience, plus elle y sera appelée facilement.

Une pensée est aussi souvent évoquée que se présentent des circonstances plus ou moins directement liées à son contenu (perceptions sensorielles, très parentes quand il s'agit de pensées de référence, ou, par l'intermédiaire de la conscience, quand la situation appelle le concept).

Une pensée relative à la tour Eiffel sera évocable par réaction à la notion de tour, de M. Eiffel, ou de Paris, ainsi qu'à

toutes les pensées qui ont pu associer leur concept à la célèbre tour, dans l'Inconscient personnel de l'individu (escaliers interminables, vieux ascenseurs, style 1900, etc.), pour des raisons liées à l'expérience de chacun.

La fréquence d'évocation d'une pensée est fonction de sa note et de l'importance du réseau de liens qu'elle a pu tisser autour d'elle, à l'intérieur de l'Inconscient, et donc vis-à-vis de la représentation de la réalité que nous avons.

Une obsession est donc un concept abusivement lié à de très nombreux domaines de la réalité, dont le pouvoir évocateur se renforce perpétuellement, en l'absence d'une intervention saine de l'Inconscient régulateur.

Dans la mesure où le radotage est mal vu dans notre société, un sujet de réflexion qui revient trop souvent peut voir sa note descendue en flèche, et malgré son passé agréable et le nombre de ses liaisons, sa nouvelle note l'empêchera de revenir aussi souvent.

Les pensées peuvent avoir un contenu verbal, mais aussi imagé, olfactif, auditif, ou tactile. Imaginer, ce n'est qu'utiliser une partie du stock en mémoire pour créer ou recréer une représentation de la réalité passée ou future, sérieuse, humoristique ou impossible.

Une pensée-souvenir n'est qu'une pensée ordinaire accompagnée d'une autre indiquant qu'il s'agit de quelque chose de vécu, voire de pensées indiquant les circonstances de l'*enregistrement*.

De telles pensées accompagnatrices peuvent fort bien être erronées, accompagnant alors de faux souvenirs. Les personnes âgées ont ainsi souvent tendance à réécrire leur passé, le repeignant aux couleurs du bon vieux temps, l'enrichissant de détails pris ailleurs. En toute bonne foi. Cela arrive d'ailleurs à tout le monde.

La réécriture d'une agression est souvent spectaculaire. Les témoins de bonne foi décrivent des agresseurs revus et corrigés par leur Inconscient, qui n'ont plus qu'un très lointain rapport avec ceux qui étaient réellement présents.

L'inverse est aussi vrai. Il nous arrive également d'avoir des pensées-souvenirs dont l'étiquette « *Attention souve-*

nir! » a été perdue en route. C'est ainsi le cas, par exemple, du musicien qui plagie sans le savoir et sans le vouloir, écrivant un air qu'il a réentendu dans son crâne, mais dont il ne se souvient plus qu'il est d'un autre, prenant cette pensée-souvenir pour une création personnelle.

Les photos-souvenirs sont souvent la seule base des pensées de remémoration, reconstruites non plus à partir des événements oubliés mais des images vues et revues.

Un beau menteur

L'Inconscient est capable, on le sait, de fabriquer des mensonges. Ce sont des pensées exprimant une **non-réalité** accompagnées de messages « *ce n'est pas vrai, c'est un mensonge qui m'arrange* » et éventuellement des pensées justifiant cette entorse à la représentation objective de la réalité.

Création de l'Inconscient, le mensonge, s'il est important, peut devenir un souvenir à part entière, perdant parfois son étiquette « *Attention mensonge!* ». Il sera alors considéré comme une représentation fidèle de la réalité, et la tentative de représentation objective du monde en sera polluée d'autant. Victime de sa faiblesse à l'égard de la conscience, l'Inconscient mal éduqué développe des faux souvenirs qui pourront éventuellement handicaper le psychisme par la suite.

Improvisation et inspiration

À côté des pensées familières qui participent à la fiction de la pensée-conscience, on a admis le phénomène de *l'inspiration*.

Il s'agit de pensées dont nous reconnaissons volontiers le caractère spontané, autonome, imprévu et donc involontaire, incontrôlé enfin. Elles viennent malgré nous, comme *en dehors de nous*.

L'inspiration n'est pas autre chose qu'une *improvisation*, un *premier jet*, qui ne nous satisfait souvent pas totalement, mais qui nous comble autrement, et nous rassure, parce qu'en le corrigeant

nous avons le sentiment de dominer le matériau brut précédemment produit, et nous éprouvons l'illusion d'être libres et maîtres de nos esprits.

Certaines personnes, les orateurs par exemple, possèdent d'excellents talents d'improvisation, que beaucoup d'entre nous peuvent leur envier. Ils savent eux-mêmes qu'ils ont développé un talent qui leur échappe et ils sont parfois les premiers émerveillés par la rhétorique qu'ils peuvent développer spontanément. Ils ne l'avoueront pas facilement.

Ce sont souvent des hommes publics, des hommes politiques, dont le métier, la réussite, tiennent à la réputation, à la facilité d'élocution. Ils sont d'efficaces improvisateurs, et s'il leur arrive de se tromper, leurs erreurs sont d'autant plus spectaculaires. On ne parle alors que de *gaffes*. Ils n'ont plus vraiment droit à l'erreur, sous peine d'avouer qu'ils ne savent pas ce qu'ils disent (et ne peuvent donc contrôler leurs lapsus, leurs paroles malheureuses...). Leur Inconscient a la bride sur le cou, et parfois, il fait des erreurs, qui nous paraissent impardonnables, sous l'éclairage de notre raisonnement conscient, rationnel, et garni des préjugés habituels.

Lorsque nous nous exprimons spontanément en public, sans chercher nos phrases, ce n'est pas l'ensemble de notre psychisme qui s'exprime, mais une portion considérablement amoindrie, l'Inconscient laissé à lui-même.

Il ne s'agit plus de réfléchir en parlant mais de réciter plus ou moins fidèlement des idées toutes faites, toutes mâchées, des idées auxquelles nous sommes suffisamment habitués pour pouvoir les exprimer clairement **sur commande, à volonté**, et sans erreur. S'il y a erreur, c'est naturellement que notre maîtrise de la question n'était pas aussi totale que l'Inconscient l'avait présumé ou estimé.

Le raisonnement conscient sur le travail improvisé de l'Inconscient permet de sauver l'illusion de la *pensée-conscience-liberté*. Il est vrai que l'Inconscient n'est pas du tout aussi efficace seul qu'avec la possibilité de contrôle de la conscience.

Ce sont la continuité, la cohérence et la régularité dans l'émission des pensées qui permettent à un Inconscient de parvenir à une certaine fiabilité dans l'improvisation.

Inconscient et mouvements

Le mouvement n'est possible que parce que nous possédons en mémoire des *connaissances d'exécution de mouvement*. Certaines sont innées, comme les mouvements des nouveaux-nés, les autres doivent être apprises.

Chaque mouvement complexe est au départ une succession de mouvements simples faisant chacun l'objet d'une décision particulière. Au fur et à mesure de l'apprentissage et des progrès, le mouvement complexe se densifie, de plus en plus, jusqu'à ce que la répétition ait permis la formation dans la mémoire d'une *connaissance d'exécution* complète, commandant tout le mouvement, ne nécessitant plus qu'une seule décision (consciente ou pas) pour en déclencher l'exécution totale.

La perfection d'un mouvement complexe, son déroulement normal, machinal, passent par son automatisme, son unité, et son autonomie.

Un enchaînement bien su doit s'exécuter sans réfléchir, c'est-à-dire sans hésiter, sans laisser la conscience ralentir, polluer le mouvement, par les interventions de l'Inconscient qu'elle suscite inévitablement.

Toutes sortes d'activités humaines obéissent à ces lois : lecture, danse, gymnastique, dactylographie, piano, etc.

Cette meilleure efficacité inconsciente des mouvements complexes a aussi l'avantage de décharger la conscience de besoins répétitifs dont la complexité même provoquerait un encombrement évident, au détriment de la sécurité et de l'agrément*.

Nous savons tous qu'une intervention consciente sur un enchaînement complexe est toujours possible. Il nous arrive

* N'hésitez pas à relire le chapitre sur la conscience et les mouvements, page 44.

couramment de commander consciemment l'exécution de mouvements dont le fonctionnement complexe est entièrement laissé à l'Inconscient. Ainsi, la lecture, l'écriture, la parole, etc. sont formées de *blocs complexes* que l'Inconscient peut rendre partiellement conscients, en les faisant accepter comme des mouvements simples. De même qu'un moteur se fait l'intermédiaire entre le pied qui accélère et les roues d'un véhicule... Nous parlons, écrivons, lisons consciemment, sans être inutilement encombrés par la perception des rouages intermédiaires, de même que l'on peut utiliser une machine sans être le moins du monde conscient de son fonctionnement, et même en l'ignorant de façon permanente !

L'intervention consciente sur un enchaînement inconscient n'est pas toujours nuisible, si elle n'entre pas à *l'intérieur du mouvement* mais reste parallèle, concentrée sur une qualité nécessaire tout en étant extérieure. Ainsi pour le violoniste qui affine son exécution, insistant sur un des aspects de son jeu, vitesse ou *legato*. S'il insiste trop intimement, l'exécution pâtitra par un autre côté.

De même pour l'athlète qui vise à améliorer sa performance. Le jour de la compétition, aucun entraîneur ne lui conseillera de penser à un quelconque aspect de son mouvement. Ce serait risquer de bousculer l'équilibre psychologique nécessaire à l'exécution parfaite de la performance. L'idéal est donc de ne penser à rien, de faire le vide, dans la mesure où c'est possible. C'est tout l'intérêt des méthodes d'hypnose utilisées par certains sportifs de haut niveau...

L'improvisation, domaine privilégié de l'expression purement inconsciente, est faite de nombreux mouvements complexes enchaînés sans temps mort ni hésitation. Toute hésitation est une réaction de l'Inconscient à ce qu'il a perçu à la conscience, et il bloque son improvisation, pour se laisser le temps de vérifier que tout est correct ou pour corriger, avant d'aller plus loin dans l'erreur ou le délire.

Après une hésitation, la fin du mouvement complexe est souvent moins bonne que d'ordinaire, car, faute de pouvoir

continuer le mouvement complexe complet (d'un seul tenant), l'Inconscient fait appel à une portion de mouvement complet, souvenir antérieur, archaïque, donc moins achevé que la dernière version, qui est normalement la meilleure.

Une décision d'action, et, plus simplement, une action, sont des pensées ordinaires dont le contenu est un geste, un mouvement du corps, son plan, sa description et la manière de l'accomplir. Tant qu'elle n'a pas été acceptée et qu'elle n'est pas entrée dans sa phase active, une suggestion d'action reste une pensée ordinaire, à l'égal d'une quelconque rêverie.

Le revers de la médaille

Si le contrôle des mouvements complexes par l'Inconscient présente l'avantage d'une plus grande disponibilité de la conscience, il n'est pas sans inconvénient.

C'est la porte ouverte à l'erreur, à l'incongruité. Souvenons-nous de l'exemple de cet automobiliste qui retourne à son ancien domicile, où il n'a plus rien à faire. De même, il nous est tous arrivé de ranger quelque chose à un endroit où le raisonnement nous aurait interdit de le mettre. Qui n'a jamais mis au frigo un objet incongru, un assiette sale, vide, du sel, une serviette, etc. ? Cela n'a rien d'inquiétant tant que le phénomène reste exceptionnel.

C'est plus gênant quand, pour une raison forcément inconnue puisqu'inconsciente, le déroulement d'une action se passe mal, ou est incomplet. L'instrumentiste qui répète et refait systématiquement les mêmes fautes aux mêmes endroits serait bien en peine d'expliquer pourquoi. Les erreurs peuvent être aussi facilement mémorisées que les détails utiles, et, s'il est toujours possible de se corriger, chacun de nous sait que *les mauvaises habitudes sont tenaces*, comme toutes les habitudes, ces séquences de vie humaine dont l'Inconscient détient la maîtrise absolue.

L'automobiliste qui oublie d'éteindre ses phares, faisait évidemment confiance à son *pilotage automatique* pour les tâches routinières entourant sa sortie du véhicule. Si

son Inconscient ne réagit pas en voyant les phares encore allumés, parce qu'il est occupé, ou plus simplement *parce qu'il n'a pas assez fortement noté en mémoire l'information sur l'inconvénient que cela va représenter*, la batterie paiera les conséquences de l'automatisme inconscient.

Chapitre 9

La personnalité

La personnalité est notre manière propre d'agencer les cases de la mémoire et de hiérarchiser les pensées que la pression extérieure les amène à émettre.

Le mot *Enfer* n'évoquera pas les mêmes pensées dans la personnalité d'un athée, d'un prêtre, ou d'un voleur qui a gardé de la religion. Il sera perçu d'une manière plus ou moins agréable ou douloureuse, prometteuse ou menaçante, selon notre position sur la question. Cette opinion, si elle semble nous appartenir, est simplement la résultante de jugements passés, que nous avons effectués en fonction de la Règle, en tout automatisme, et elle nous lie pour nos décisions présentes et futures, tant qu'un nouveau jugement ne sera pas venu la modifier ou la surpasser.

La personnalité est un ensemble de routines fonctionnelles propres à l'Inconscient de chacun. Le *Maître à penser* ne réagit pas à l'environnement d'une manière stéréotypée mais selon une logique qui lui est propre parce qu'il l'a élaborée au cours de l'éducation. Par la suite, elle est susceptible d'accepter certaines modifications, mais l'essentiel est gravé dans les neurones de manière d'autant plus inaltérable que l'on avance en âge.

Du ventre maternel à aujourd'hui nous avons construit notre personnalité, cette manière de penser personnelle qui nous gouverne en définitive.

Imitation ou contradiction ?

Au départ, dans une mémoire de nouveau-né, il n'y a pas grand-chose, et il faut qu'elle *se remplisse*. Nous sommes programmés

pour nous intéresser au monde extérieur, alors même qu'à la naissance, il ne contient rien qui provoque en nous un écho favorable. Parmi les *instincts* hérités de nos origines animales, se trouve le plaisir de l'imitation. Il sera le point de départ, le tremplin des habitudes de toute notre vie.

Comme tous les jeunes mammifères, nous avons imité nos semblables, particulièrement ceux qui semblaient les plus qualifiés, les plus impressionnants, les meilleurs, à nos yeux d'enfants.

Parmi nos proches, nous avons établi une hiérarchie des sympathies. (La sympathie étant le plaisir global qu'on éprouve en compagnie d'une personne, dont les paroles et les actes nous font nous sentir plaisorieusement positifs.)

Comment certaines personnes pouvaient-elles nous déplaire? Nous avons appris à les associer à un désagrément, ou, plus subtilement, nous avons pu remarquer que la désobéissance envers ces personnes-là amusait plutôt nos proches préférés. La réaction aigre et inamicale des premières a suffi à boucler le cercle vicieux de l'inimitié.

L'imitation est un plaisir inné destiné à nous apporter des plaisirs et nous garantir au mieux des déplaisirs, et il doit donc pouvoir faire l'objet de corrections, d'adaptations. Pas question d'imiter n'importe qui et n'importe quoi. Le plaisir de l'imitation est faible, de manière à être vaincu dès qu'il entraîne un peu plus qu'un léger désagrément.

Nous avons donc évité d'imiter le comportement des gens peu sympathiques, prenant volontiers le contre-pied de leur *enseignement*. Nous appelons parfois cela *l'esprit de contradiction*.

L'enfant a vite compris que les adultes attachent du plaisir à se voir imités. Il n'y a qu'un pas à franchir, lorsqu'on veut déplaire, parce qu'on a été soi-même contrarié. Il suffit de faire ce qui est défendu par la *grande personne* et d'éviter tout ce qu'elle recommande.

Dans l'esprit irrationnel de l'enfant, il importe bien peu que le comportement qu'il est amené à adopter sur de telles bases soit préjudiciable à plus ou moins long terme, seul

compte le plaisir de l'instant, celui de voir l'adulte contrarié. Nul ne se rend compte que la situation peut se détériorer encore plus, si chacun des deux camps refuse de faire le premier pas et rejette la faute sur l'autre. Un cercle vicieux de plus, que seul un adulte peut rompre, à condition d'avoir la compréhension nécessaire et de ne pas se laisser enfermer dans le bastion de son orgueil.

L'enfant recherche naturellement davantage les encouragements et les caresses que les punitions et les brimades, de même qu'un chien préfère le sucre aux coups de bâton ; son comportement sera influencé directement par le caractère cohérent et logique de *l'encadrement* de ses premiers actes.

L'autorité parentale est évidemment une nécessité. Pour qu'elle ait toutes les chances d'être correctement acceptée, il vaut mieux qu'elle soit cohérente, logique, et que l'on puisse en discuter avec l'enfant sans craindre de contradiction. La confiance est une excellente chose, mais elle ne se commande pas, l'idéal n'étant pas de l'imposer, mais de l'inspirer. Des adultes incapables de motiver leurs exigences, commandant en fonction de leur humeur du moment vont s'étonner que leurs enfants se révoltent devant ce qu'il n'est pas faux d'appeler des *caprices d'adultes*.

Ce qui n'était chez l'animal qu'un perfectionnement utile au jeune, pour l'aider à acquérir la dextérité parentale, va devenir chez l'homme une source de complications et de conflits.

Les adultes sont censés s'être adaptés aussi bien que possible à la vie humaine. L'imitation de leurs qualités et de leurs travers ne devrait donc pas entraîner de conséquences trop dommageables pour le jeune.

La multiplicité et l'incohérence des modèles humains peut entraîner l'imitation et la formation de comportements inadéquats.

En effet, confronté à seulement un ou deux adultes, le jeune animal, humain ou pas, n'aurait d'autre choix que d'imiter ces modèles.

C'est la multiplicité des échanges qui va montrer à l'enfant qu'il existe d'autres manières de vivre, de penser, que celles

de ses parents ou de ses maîtres. Il peut penser qu'il n'est pas forcément *aussi bien tombé que l'on aimerait le lui faire croire*.

Face à des adultes au comportement souvent déraisonnable et inadapté, l'enfant peut imiter au gré de son humeur, c'est-à-dire en fonction du plaisir passager qu'il éprouve à le faire. Il peut ainsi construire une personnalité désordonnée, incohérente, qui l'amènera à envisager sereinement des actes, qui, dans d'autres circonstances, lui auraient paru *dignes de quelqu'un d'autre*.

Une éducation normale, c'est-à-dire normalisante, aboutira logiquement à une plus forte proportion d'individus normalement intégrés, à l'aise dans leur milieu social. Au contraire, des parents incohérents, lunatiques, mal dans leur peau, manifestement hors de la *norme* telle que l'enfant peut la percevoir par ailleurs, produiront une plus grande proportion d'individus mal adaptés, qui devront lutter pour acquérir une manière de vivre harmonieuse, ou souffrir jusqu'à ce que la mort les débarrasse d'une vie à laquelle ils ont été mal préparés.

Il ne s'agit pas de la part des enfants de copier un mauvais schéma psychologique parental, mais de répondre à un mauvais modèle par une autre forme d'inadaptation éventuellement amplifiée.

Un enfant coléreux se *fabrique* plus aisément avec des parents trop faibles. Il peut se corriger un peu par la suite, mais, *s'il lui semble* que ses colères apportent peu d'inconvénients, il pourra devenir un vieillard colérique.

De même que notre appréciation plaisorielle du monde peut se traduire par une suite de nombres négatifs et positifs, notre relation d'imitation des autres hommes s'échelonne de l'imitation absolue et indiscutée à la contradiction la plus totale. Vouloir faire le contraire de quelqu'un, c'est encore une manière de l'imiter ; il s'agit de partir de son comportement pour en adopter un nouveau susceptible de nous apporter du plaisir. On est loin de l'obéissance aveugle du début, et nombre de conduites humaines nous parais-

sent indignes à la fois d'être imitées ou le contraire, parce que la nature des plaisirs qui y sont liés est trop étrangère à nos conceptions. Elles sont alors proches de zéro sur notre échelle personnelle de l'imitation.

L'identité impossible

Les deux fondements d'un trait de caractère reposent sur l'aspect particulier de la réalité auquel l'individu a été confronté, et sur sa manière de l'interpréter.

On comprend qu'il y ait autant de personnalités dissemblables.

Nous ne sommes pas soumis aux mêmes micro-événements. Si l'identité de circonstances était absolue, notre point de vue différerait sans aucun doute possible, au moins d'un *iota*, pour l'excellente raison que notre mémoire a un contenu spécifique qui influence nos choix de manière inexorable.

Pour que deux individus réagissent **exactement*** de la même façon à une même situation, il faut qu'il y ait entre eux :

identité de structure physique ;
identité de mémoire ;
identité de circonstances ;

En théorie, si l'on *prenait* deux vrais jumeaux, séparés à la naissance, et soumis à un univers artificiel de relations sensori-motrices strictement identiques, ils devraient agir et penser identiquement aux mêmes instants, *s'il ne manquait pas une condition*.

En effet, il faudrait, pour qu'il y ait une stricte identité de mémoire, qu'ils aient occupé tous les deux la même place, aux mêmes instants, que ce soit dans le ventre de leur mère ou dans une éprouvette. Ce *détail* est précisément le grain de sable qui les éloignera l'un de l'autre inexorablement.

* En réalité, on obtient assez facilement des réactions semblables aux mêmes situations, même si la manière interne dont les Inconscients réagissent est infiniment variée.

Les pensées qui parviennent à la conscience et les paroles révèlent la personnalité. Elle est fondée sur des concepts qui envoient à la conscience des pensées accompagnant l'individu tout au long de sa vie, avec une fréquence proportionnelle à leur importance.

Moins ces concepts sont diversifiés, plus le comportement humain est simple, frisant même la caricature. Ainsi un individu dont l'unique ressort est la vanité est-il simple à analyser, et à comprendre. Mais, sommes-nous vraiment si compliqués ?

Des routines fonctionnelles multiples

Nous n'enregistrons pas les *informations* de la même façon, et l'accession à la conscience fait l'objet de traitements particuliers.

Il existe ainsi des groupes de données qui effectuent un véritable travail de tri entre les couches profondes, génératrices ordinaires de pensée, et la conscience.

Nous obéissons ainsi à une certaine idée que nous nous faisons d'un bon fonctionnement intellectuel ; ou au contraire, nous pensons n'importe comment, dans le désordre, la confusion, papillonnant en fonction des multiples idées qui nous viennent successivement et entre lesquelles nous ne nous donnons pas la peine de choisir inconsciemment. Elles se bousculent à la conscience, dans un défilement perpétuel forcément nuisible à toute activité suivie, prolongée et ardue.

Toute la différence entre ces deux attitudes vient d'un groupe de données mis en place dans l'enfance et qui intervient systématiquement dans presque chaque accession à la conscience. Que cette *unité de discipline*, ce *centre distributeur*, vienne à manquer, et l'Inconscient est laissé à son mode de fonctionnement infantile, incapable de concentration. En effet, les perceptions rétro-conscientes n'ont pas une priorité systématique sur les perceptions ordinaires inconscientes, qui ne le resteront pas et sont d'office *pré-conscientes* dès qu'elles promettent une note supérieure ou égale à l'occupation de la conscience.

Pour simplifier, on peut dire que l'Inconscient fonctionnel a affiché sur la porte de la conscience « *Ne pas déranger* »,

alors que l'Inconscient naturel laisse la porte ouverte à tous les audacieux. Difficile de travailler sérieusement dans ces conditions. C'est précisément parce que l'Inconscient *naturel* n'aura pas suivi un apprentissage efficace du travail intellectuel. Il aura plutôt fait l'école buissonnière, éventuellement développé le goût de nombreux plaisirs superficiels, qui font plaisir à court terme. On a l'Inconscient de la cigale ou de la fourmi.

Entre ces deux extrêmes, se trouve l'éventail de la population humaine. Tout être humain apprend au moins un peu à se concentrer. Autrement dit, chacun d'entre nous a en lui un groupe de cellules chargé de la *police des pensées*, plus ou moins autoritaire, borné, ou au contraire laxiste, permissif. Entre le *monomaniac* et l'*écervelé* incapable de travailler plus de quelques minutes à une même tâche, s'ouvre l'éventail des manières de penser humaines.

Indubitablement, la façon de penser influe sur le mode de remplissage de l'Inconscient. Dans la dispersion, il n'y a guère de place pour des connaissances approfondies dans quelque matière que ce soit. Inversement, plus le *centre de tri* sera rigide, moins les centres d'intérêt seront nombreux, mais la qualité aura infiniment plus de chances de s'épanouir dans ce riche terreau.

L'*idéal humain* pourrait être situé à distance prudente des extrêmes, encore que... la monomanie généralisée, ce ne serait pas si mal... À condition d'avoir chacun son obsession personnelle. *Surtout pas tous la même!* Nous pourrions ainsi cultiver chacun notre jardin.

La volonté ?

Comme nous l'avons vu précédemment, la volonté implique de pouvoir attacher de l'importance (c'est-à-dire du plaisir, même si nous ne nous le formulons pas ainsi) à des buts, et elle suppose une continuité, une constance, ce que l'on appelle fort justement **de la suite dans les idées**.

Nous possédons tous de la volonté. Elle est plus ou moins forte, et elle n'est pas la même selon les objets considérés, différence logique puisque nous n'attachons pas autant de prix (de plaisir) aux mêmes choses.

Une forte personnalité

C'est une personnalité marquée, évidente, riche en volonté. Elle ne se dissipe pas en une multitude de directions ; les centres d'intérêt sont bien cernés et ils changent rarement.

Il ne s'agit pas particulièrement de faire la louange de ce type de personnalité. Fatalement, une forte personnalité implique un esprit relativement *borné*. Bardé de solides certitudes, on peut foncer avec beaucoup d'efficacité vers les buts qu'on s'est fixés, et l'*ouverture d'esprit* serait un handicap.

Une forte volonté ne peut s'exercer efficacement que sur un petit nombre d'objets. Les préoccupations de l'individu sont réduites à un noyau au service duquel tout l'esprit va se mettre, pour le faire triompher.

Comme chez l'animal, une action qui met en œuvre la *volonté* peut à tout moment être remise en cause si la question « *Cela vaut-il la peine de continuer ?* » reçoit une réponse rendue négative par le nombre et la force des arguments qui l'accompagnent.

Il faut un Inconscient solidement structuré pour persister dans une direction qui semble d'abord difficile. Un orgueil* fort aide à surmonter les difficultés, y trouvant du *piment*, de nouveaux aliments pour se justifier.

La pensée *volontaire* est l'expression d'un ensemble inconscient qui est structuré autour d'un plaisir particulier. Ce dernier est souvent fortement gonflé d'ambition plus ou moins avouée.

Une forte personnalité permet de résister à la torture, à la menace de la mort, et d'accomplir des prodiges de ténacité et d'endurance. Pas de champion sans volonté, et la persévérance, voire la monomanie, est une condition indispensable à la réussite sportive.

Un *esprit* faible

À l'inverse, un homme qui n'a pas acquis la faculté d'attacher des plaisirs importants à certaines idées sera la proie de l'indécision et de la passivité. Les décisions d'action lui paraîtront le plus souvent un effort que rien ne justifie, parce qu'il n'en espère pas un plaisir supérieur à la morne quiétude où il végète.

Quand rien ne nous tente, nous restons dans l'expectative, l'inaction paraissant alors moins désagréable qu'un acte nouveau sans intérêt évident.

Ne plus avoir goût à la vie signifie simplement ne plus pouvoir attacher de plaisirs aux idées, sous forme de jouissances actuelles ou d'espoirs.

L'éducation** joue naturellement un rôle fondamental dans notre incapacité éventuelle à jouir des choses, des idées, et à nous créer des espoirs chatoyants. Un enfant qui a appris la désillusion et le peu de valeur de ses espoirs s'accrochera au peu de choses qu'il possède, sans rien faire qui risquerait de les lui faire perdre.

L'espoir fait vivre, dit le dicton. Il fait agir aussi.

* L'orgueil est une notion importante, développée en troisième partie, à travers l'*égophilie secondaire*.

** Cf glossaire, page 260.

Nous ne sommes pas tous égaux devant la création de plaisirs imaginaires. À réalité égale, l'homme qui s'en tire le mieux est celui qui a les plus beaux espoirs, *même si ceux-ci ne correspondent à aucune réalité*. Il faut en général (du strict point de vue plaisoriel) coller à la réalité, mais lorsqu'elle ne laisse aucune chance, l'illusion d'un espoir impossible vaut mieux qu'une lucidité lugubre, qui n'apportera jamais qu'une faible satisfaction incapable de compenser la douleur globale.

L'homme qui espère sera poussé à agir, quand son voisin, dans la même situation, s'abîmera dans la morosité. Est-ce dire que nous avons intérêt à nous leurrer, à nous jeter une carotte à poursuivre ? C'est notre mécanisme psychique qui l'exige.

Chapitre 10

Danger : inconscience !

Le jugement inconscient est par définition moins fiable que celui qui est conscient. Il peut même s'avérer dangereux pour l'individu.

Paradoxalement, c'est à cause du langage articulé que l'homme se trouve le plus exposé aux inconvénients des jugements inconscients. Les décisions des animaux sont prises à partir d'un nombre d'éléments restreints ayant tous un rapport sinon direct avec la réalité, au moins très proche. Notre faculté de recréer la réalité par le langage nous a permis de nous en éloigner souvent d'une manière considérable. Notre pouvoir de représentation du réel est devenu un pouvoir d'illusion. L'Inconscient n'hésite pas à se servir de nos réserves illusoire, à y puiser des arguments pour ses jugements à huis clos. Il n'est plus étonnant dès lors que la *folie* soit un phénomène aussi répandu chez notre espèce. Un *fou* se contente de bâtir sur une appréciation de la réalité qui lui est personnelle, des jugements aussi solidement construits que des raisonnements sains. Les fondements de notre *personnalité* reposent sur les jugements, en majorité inconscients, que nous avons tissés dans notre enfance. Leur solidité, leur vraisemblance, encore une fois, ont échappé à toute volonté de notre part, et nous vivons sur eux comme sur autant de vérités inattaquables.

L'importance des jugements inconscients est souvent négligeable, car elle est subordonnée à ce qui occupe la conscience, mais elle ne l'est pas dans tous les cas. Lorsque notre conscience est occupée par un sujet extrêmement important, douloureux ou extrêmement plaisant, l'Inconscient s'occupe seul de problèmes qui auraient accaparé la conscience en toute autre circonstance.

Imaginons un automobiliste qui songe dans un embouteillage au mariage de sa fille. Le problème est d'importance, surtout si le gendre éventuel ne correspond pas aux attentes de notre père attentionné. On conçoit que son attention ne soit pas tournée vers la circulation avec sa concentration habituelle. Il délèguera ses pouvoirs au *pilotage automatique*, et l'Inconscient s'acquittera fort bien de cette tâche dans 95 % des cas. Intéressons-nous aux 5 % d'erreurs, ces bévues dont nous aimerions nous croire incapables et dont nous sommes régulièrement les auteurs. Elles peuvent occasionner un simple accrochage idiot, ou un accident mortel.

Plus la conscience est occupée par un problème fortement noté, plus s'élève le risque d'un jugement inconscient préjudiciable. On peut jouer *machinalement* avec un engin ou un instrument dangereux, que l'on aurait manipulé précautionneusement si la conscience avait été partie prenante de l'action, mais il y a d'autres risques.

Le danger des jugements inconscients est moins évident. Lorsqu'ils n'aboutissent pas directement à une action, ils sont mémorisés. S'ils ne peuvent envoyer un *duplicata* à la conscience, ils peuvent toujours participer à la formation de pensées originales, nouvelles, les motivant de tout leur poids plaisoriel, et y joignant éventuellement leur irrationalité. Ils seront donc à égalité avec des arguments logiquement motivés, et ils entreront en concurrence avec eux lors de futurs jugements, conscients ou non.

C'est précisément lors d'un prochain passage à la conscience que l'Inconscient pourra débusquer ces imposteurs et il le fera d'autant mieux qu'il est habitué à un jugement sain et rationnel. Au contraire, s'il est pétri d'irrationnel, il aura de bonnes chances d'accueillir l'intrus issu de jugement inconscient absurde comme un argument recevable et l'irrationalité générale s'en trouvera accrue d'un degré.

L'accumulation de jugements inconscients entraîne la prolifération d'arguments absurdes qui se nourrissent les uns des autres entraînant tous les troubles mentaux imaginables. Les manifesta-

tions les plus anodines des désordres amenés par les jugements inconscients sont les *lapsus et actes manqués*, erreurs et autres oublis inexplicables, inexcusables, etc.

Le rôle du centre de tri dans la *folie*

Notre éducation et notre apprentissage de la vie ayant été différents, nous n'avons pas programmé notre *centre de tri* de la même façon. Malgré l'utilité des souvenirs douloureux dans la préparation d'une réalité plus agréable, certains *centres de tri* refoulent systématiquement les pensées fortement désagréables, leur interdisant l'accès à la conscience. Il peut en résulter, à plus ou moins long terme, l'apparition de deux personnalités (la schizophrénie?): l'une, la plus *normale*, utilisant normalement la conscience, et l'autre, manifestement *anormale*, parce que ses actes sont le fruit de processus strictement inconscients et jamais contrôlés par le passage à la conscience.

Autant il est possible d'interdire l'accès à la conscience de certaines perceptions ou pensées, autant la Règle continue-t-elle à s'imposer en permanence. De telle sorte que s'il y a concurrence entre des pensées conscientes et d'autres qui ne peuvent l'être, ce seront les plus fortement notées qui l'emporteront, au grand dam de la construction logique consciente. D'où, par exemple, la croyance en la possession diabolique.

Même si nous avons l'impression consciente de décider de nos actes, la décision, qui n'est jamais qu'une stricte application de la Règle, reste un phénomène inconscient, plus ou moins bien justifié par rapport à la construction intellectuelle du *moi conscient*. Il n'est donc pas étrange que nous puissions avoir un comportement qui échappe à la logique de l'illusion de la volonté consciente, et qui soit donc involontaire et apparemment incontrôlable, comme si le contrôle venait de l'extérieur.

Seule une organisation inintelligente, comme l'est l'Inconscient, peut laisser coexister en son sein deux logiques parallèles et contradictoires, sans jamais s'en douter et surtout sans pouvoir y remédier spontanément.

La seconde personnalité, strictement inconsciente, n'est pas obligatoirement un monstre de stupidité. Rien ne lui interdit en effet de se servir de toutes les données du pradier, et d'en faire un usage mécanique mais pouvant donner tant bien que mal l'illusion d'une intelligence de la *conscience*.

Toute situation intensément douloureuse et d'une certaine durée peut faire basculer un *centre de tri* normal dans le refus de la douleur, l'entraînant à accumuler les jugements inconscients et à développer une inadaptation grandissante à l'égard de la réalité.

L'individu est possédé par lui-même, habité par une logique incompatible avec le sens commun, qu'il est d'autant moins à même de comprendre que ses circuits inconscients sont imprégnés de l'illusion de la liberté de penser.

Chapitre 11

Entr'acte

Pourquoi ce livre? Il était temps de poser la question... – Un peu de publicité pour le prochain ouvrage, avant de poursuivre.

D'ordinaire, ami lecteur, ce genre de parenthèse ne se présente qu'à la fin. Ainsi, on peut y échapper facilement. Si vous y tenez, vous pouvez toujours sauter l'entr'acte et reprendre directement page 151.

Puisque vous avez eu le courage de rester avec nous jusqu'à cette page, l'auteur a pensé que vous auriez besoin d'un peu de détente avant d'aborder la troisième partie du livre. Voici donc une courte digression sociologique...

La réalité, le monde *extérieur*, n'existent que tels que nous les imaginons, même si, régulièrement, nous nous heurtons à nos erreurs d'appréciation. La manière dont nous nous représentons notre réalité d'être humain conditionne notre perception de la réalité globale du monde où nous vivons.

Le monde où nous vivons n'est jamais que celui où nous croyons vivre, car nous ne sommes pas ce qu'on nous a dit, car nous avons été induits en erreur par des siècles d'ignorance.

Il n'y a rien de révolutionnaire à dire que les sociétés humaines actuelles les plus avancées technologiquement présentent un certain nombre d'aberrations regrettables, auxquelles on s'efforce vainement de remédier. Citons notamment le chômage, la délinquance, les *nouveaux pauvres*, etc.

Pour résoudre les problèmes de société, des philosophes ont cherché à bâtir de nouveaux modèles sociaux où l'humanité devrait couler des jours heureux, en paix et dans la prospérité générale. On connaît aujourd'hui l'enfer des pays communistes, où on a essayé de mettre en pratique ces utopies, qui portaient pourtant d'idées généreuses.

Danger ! Société pensée !

Nos sociétés capitalistes actuelles, pour organisées qu'elles soient, n'ont pu fonctionner correctement que tant qu'elles correspondaient à une sorte d'organisation *naturelle* des activités humaines.

La *nature* se conjugue à toutes les sauces, et nous entendons par là que les sociétés ne vivent bien que tant qu'elles considèrent les individus avec l'optique qui est la leur.

Ainsi, une société religieuse ne fonctionnera correctement et durablement qu'avec des individus profondément religieux. Autant il est possible d'influencer les hommes, autant la persuasion lourde et musclée se révèle souvent inefficace.

Nos sociétés démocratiques devraient, selon leur logique, être des modèles d'organisation humaine harmonieuse et paisible. Qu'en est-il ?

Parce que des penseurs d'un passé assez lointain ont élaboré des modèles sociaux voués à l'échec économique et humain, doit-on s'interdire de penser à des modes d'organisation différents du modèle *naturel* ? Quand nous venons d'écrire que *naturel* ne signifiait rien d'autre qu'*adapté au niveau actuel des mentalités*, et quand nous écrivons ici un livre destiné à changer la manière dont les êtres humains ont appris à se considérer, nous nous sentons autorisés à imaginer ce que serait un monde *naturel* où les hommes seraient conscients de leur véritable réalité. C'est un prochain livre...

Un monde *recomposé* et plus humain

Si nous n'avions pas la prétention d'améliorer les choses, nous ne serions pas ensemble en ce moment. Reconnaissons que pour émouvants que soient les discours sur la valeur de l'être humain, la réalité économique dicte ses lois auxquelles le monde entier se plie bon gré mal gré. Nous vivons dans un monde de marchandises où l'homme n'a jamais plus de poids que lorsqu'il fait vendre et acheter plus, consommer davantage de livres, de disques, de pneus, de yaourts ou de savons... Il serait beaucoup plus juste de nous appeler *Homo mercantis* qu'*Homo sapiens*, tant la sagesse est une denrée négligée dès qu'elle ne débouche pas sur une consommation audiovisuelle ou papetière.

D'autre part, comme le montrent si bien les difficultés que ce livre a dû surmonter pour exister (et si faiblement...) – alors que sa première mouture a déjà onze ans –, la sagesse qui prête son nom à notre espèce est réservée à une catégorie très fermée de professionnels. Il est ainsi plus facile à Monsieur *Homo sapiens*-moyen de se livrer à la plomberie véritable qu'à la sagesse. Sa pose de robinet défiera les ans, alors que sa philosophie n'intéressera personne.

Il est assez déraisonnable enfin d'appeler *sapiens* un être qui est incapable d'organiser dans un pays riche un partage du travail et des richesses qui soit satisfaisant pour tous ses membres.

Que faudrait-il faire ? Loin de nous l'idée d'imposer des solutions toutes faites qu'il suffirait d'un ministère pour mettre en pratique ! La société est incohérente, mal organisée et elle le restera durablement tant que les hommes et les femmes qui la composent continueront à avoir une image d'eux-mêmes qui est fausse, incohérente et incompatible avec la réalité.

Au contraire, si les enseignements du présent livre viennent à être connus, ils changeront les mentalités humaines dans un sens profitable à la collectivité humaine, et non à l'organisation économique qui ne devrait pas être une fin en soi.

Après un survol rapide des errements du passé où dominait une mentalité magique et superstitieuse, nous envisagerons ce que pourrait représenter une société humaine organisée pour les hommes.

Le passé *divin*

Nous vivons une époque de bouleversements où nos mentalités sont déchirées entre des traditions millénaires et un univers technologique où les hommes ne sont plus parfois qu'une machine au service d'autres machines plus sophistiquées encore...

Les dieux ont accompagné les hommes tout au long de leur cheminement jusqu'à nous, et ils meurent lentement, dans l'indifférence générale, laissant la place à un vide un peu angoissant.

Les dieux ont été forts et respectés tant qu'ils assuraient une fonction sociale forte. Ils assuraient la cohésion entre les membres d'une communauté ; ils justifiaient les interdits et ils en assuraient la punition dans ce monde ou dans *l'autre* ; ils récompensaient le conformisme obscur et compensaient les malheurs de cette vie dans *l'autre* ; ils justifiaient l'existence des inégalités économiques, politiques, sociales, et ils maintenaient l'ordre existant dans des sociétés totalitaires – au moins autant que les régimes communistes mais bien mieux tolérées, et plus durables.

En bref, les dieux aidaient les hommes à survivre ensemble malgré des conditions économiques souvent très difficiles pour la majorité d'entre eux.

À travers leurs représentants sur terre, les dieux étaient souvent étroitement liés au pouvoir politique, et leur intérêt était lié à celui des gouvernants. Dès que les régimes politiques sentirent leur intérêt différer de celui des églises, le déclin des dieux commença. Quand les membres d'une société cessèrent d'être assimilés aux fidèles d'un dieu (ou d'un groupe de dieux) mais se mirent à avoir une existence indépendante, l'éloignement s'accrut. La coexistence autorisée de plusieurs religions concurrentes favorisa l'essor de l'athéisme et de la laïcité.

Les dieux cessèrent d'être des acteurs de la vie sociale, des gouvernants, pour se réfugier exclusivement dans leur monde immatériel, et leurs représentants cessèrent de participer de la perfection divine pour redevenir des hommes ordinaires – ce qu'ils n'avaient plus été depuis longtemps.

Comment, progressivement, gérer une société humaine qui ne soit plus centrée sur la religion ? Le passage du religieux à l'économique s'est réalisé progressivement. Le nouveau dieu, l'économie, a remplacé les anciens et sa présence formidable est indiscutable, indiscutée, comme il convient à un dieu efficace.

Il va de soi que les individus qui ne bénéficient pas de son rôle lui sont hostiles, mais ils sont une minorité inefficace et inorganisée. Qui oserait dire : « À partir de demain, nous allons supprimer l'argent ! » sans faire rire de lui ?

L'argent est l'étalon le plus efficace que l'homme ait trouvé pour se mesurer. On peut dire son poids ou sa taille, ou les ignorer, mais c'est avec son argent que l'on existe véritablement le plus dans la société. Vaut-il mieux être un immense artiste inconnu comme l'a été Van Gogh de son vivant ou un peintre mondain et milliardaire qui sombrera dans un oubli mérité après sa mort ? Inutile d'insister sur ces lieux communs.

L'inconvénient de l'argent et de son omniprésence, c'est l'étouffement des valeurs gratuites, la survalorisation de l'économie, qui amènent l'homme à être une machine à produire et à consommer, pour qui l'entraide et la fraternité constituent un luxe que l'on peut d'autant mieux s'offrir qu'on bénéficie d'un statut économique confortable.

La disparition des dieux présente l'inconvénient d'une désagrégation sociale dans la frange de la population qui tire le moins profit du système économique. Les valeurs dites morales laissent la place à un individualisme exacerbé.

Il y a toujours eu des contestataires et des criminels, mais ils soulevaient la réprobation générale dans leur transgression de l'ordre établi. Aujourd'hui, les inégalités ne sont plus justifiées par en haut et, comme toujours, plus on

s'élève dans la hiérarchie économique, moins fort est l'empressement à les faire disparaître, tant les avantages dont nous pouvons bénéficier nous semblent justifiés.

Les sociétés occidentales ont su échapper au danger communiste en lâchant suffisamment de lest sur le plan économique et social pour qu'une majorité d'habitants se sentent privilégiés sur le plan économique. Dès lors, puisque ce sont les majorités qui gouvernent, malheur aux vaincus minoritaires ! L'expérience socialiste en France a bien montré combien les idéaux égalitaires devaient céder le pas devant les mécanismes purement économiques, révélant clairement que la coloration politique des gouvernants importe finalement moins que les impératifs de l'économie de marché. La logique économique l'a emporté sur la volonté sociale.

Nos sociétés peuvent difficilement apporter une aide efficace à des populations en guerre, à qui nous avons nous-mêmes vendu (ou offert !) des armes... D'un côté, l'homme est (encore) considéré comme sacré, et de l'autre, les armes sont considérées comme des marchandises ordinaires, à l'égal des tracteurs ou des téléviseurs, avec des facilités de paiement souvent bien supérieures. Logique humanitaire ou logique marchande, laquelle l'emporte ?

L'aide humanitaire est en contradiction avec la logique économique, c'est-à-dire avec l'élément déterminant de notre fonctionnement social. Il faut en conclure qu'elle ne peut prétendre dépasser les limites d'un *show* médiatique plein de bonnes intentions. Elle nous rassure sur nos capacités à nous émouvoir, à être solidaires, mais elle n'est qu'un alibi pour la machine économique qui consomme des êtres humains comme des animaux ou du carburant, qui nous utilise comme des machines et qui se sert de nous pour se justifier, puisque nous consommons (avec bonheur) ce qu'elle nous fait produire.

La charité (l'aide humanitaire) est un "spectacle", qui coûte de l'argent, mais qui assure une fonction sociale rassurante et donc économiquement utile.

L'économie se doit de comprendre un certain nombre de contradictions apparentes, parce qu'elle est réalisée par des êtres qui sont eux-mêmes incohérents.

Vers une société *humaine*

Laissons-nous imaginer, dans l'ouvrage suivant, un monde, où les humains accepteraient de se regarder tels qu'ils sont, sans déguisements psychologiques ou magiques, où tous les enfants auraient lu ces pages à l'école...

Eh bien... C'est difficile de nous imaginer ce monde, tant il est différent du nôtre. La lecture du présent livre ne nous rendra pas *meilleurs* ni *bons* du jour au lendemain, et il n'en a pas la prétention. Certes, nous rêvons tous d'un monde plus fraternels où nous pourrions tous exercer nos talents en harmonie.

Le premier resquilleur viendrait détruire la tranquillité apparente du tableau... Le premier profiteur, le premier faînéant, le premier *malin*, viendraient se joindre à lui pour réduire à néant nos rêves d'humanité responsable et fraternelle... Luther a bien dit que *l'homme est mauvais!*

Nos plus grands hommes, les plus créatifs, les plus utiles, les plus respectés, jouissent d'une reconnaissance sociale indéniable, et nous serions tentés de parler d'eux comme des individus supérieurs. Meneurs d'homme, capitaines d'industrie, artistes géniaux, grands savants, ils vivent parfois aussi simplement que le commun des mortels, mais ils jouissent souvent d'un train de vie princier, parfaitement logique eu égard aux services rendus à la société. Les grands hommes vivent donc grandement et cela semble bien.

L'inconvénient d'une telle réalité c'est qu'on a ainsi tendance à assimiler l'utilité sociale avec un niveau élevé de richesse. La richesse d'un individu serait donc une bonne chose pour la société? Il est difficile de distinguer la richesse créatrice de confort et d'emplois, par exemple, de l'astuce commerçante qui permet un enrichissement

rapide en profitant d'une demande massive. On ne distingue donc pas et l'habile margoulin peut jouir des mêmes récompenses matérielles qu'un grand chirurgien. Économiquement, c'est moral. Humainement, on peut se poser la question. Ce qui nous intéressera, c'est l'utilité humaine de la richesse...

Cela ne vous ferait-il pas penser à quelques relents de communisme? Les abominations des régimes des pays de l'Est n'ont-elles pas suffi à dégoûter définitivement les hommes de l'égalitarisme matériel? Épluchons un peu cet enfer...

Un régime pour des *saints*

Aucun système politique n'est meilleur que ses propres dirigeants, parce que les hommes appelés au pouvoir sont choisis pour les dispositions qu'ils ont montrées à servir celui-ci.

La richesse matérielle des dirigeants et le plaisir qu'ils en tiraient montraient ouvertement à tous que l'idéal affiché d'égalité et de fraternité n'était qu'un discours destiné à justifier les difficultés économiques de la majorité. La mentalité d'un dirigeant de régime communiste ne différait en rien de celle d'un occidental. Seule l'obligation d'hypocrisie et de double langage s'imposait à eux dans leurs discours sur les efforts nécessaires à *l'édification du socialisme idéal*...

La faillite économique du système était logique. L'enrichissement personnel est le meilleur moteur économique connu. Pourquoi se fatiguer davantage et plus longtemps que le minimum imposé sinon pour un avantage matériel? Il faut un degré élevé de conscience et de responsabilité pour agir gratuitement. Et encore... agit-on jamais gratuitement?

Une utopie de plus ?

Imaginons un monde où la possession de richesses serait considérée comme un gaspillage ridicule, où les grands hommes mettraient un point d'honneur à montrer que leur activité leur suffit et

qu'ils n'ont pas besoin de luxe pour se rassurer sur leur grandeur, où les petits hommes ne chercheraient plus à accumuler des richesses pour se croire plus grands, mais *agiraient* sans compter leur peine.

...un monde où l'argent ne serait plus une fin en soi, mais redeviendrait l'intermédiaire qu'il n'aurait pas dû cesser d'être, et où l'homme redeviendrait un acteur au service de l'intérêt, du plaisir et du bonheur de tous.

...un monde où chaque homme accepterait sa réalité d'être mortel, provisoire, dérisoire dès qu'il cherche à paraître plus grand que ses actes, nuisible dès qu'il cherche à accaparer des biens inutiles juste pour se grandir aux yeux des autres...

...un monde où nous mettrions tous un point d'honneur à être utiles au lieu de chercher désespérément à paraître plus grands ou grands tout court.

...un monde qui paraît inhumain et auquel chacun d'entre nous aspire au fond de lui, au plus profond, sous les couches du vernis culturel et économique que l'on nous a inculqué.

...un monde sans riches ni pauvres, sans autre orgueil que celui du travail accompli, sans mépris de l'autre, sans cet égocentrisme dont les murs forment notre prison individuelle et dont nous défendons farouchement l'accès.

...un monde sans dieux, où chaque individu ne serait plus une cellule éternellement importante mais le maillon provisoire d'une chaîne mouvante et sans cesse renouvelée, enrichie.

...un monde sans demi-dieux, sans panthéons, mais où chacun s'efforcerait d'apporter la meilleure pierre à l'édifice, conscient de l'importance de toutes les pierres.

...un monde où chaque décès serait une perte mais où sa propre mort serait acceptée sereinement comme une source de renouvellement, d'enrichissement par de nouvelles naissances...

...un monde moral, où chacun reconnaîtrait que ce qu'il fait de mieux, il le doit à ceux qui nous ont précédés, entourés, et que notre grandeur éventuelle n'est pas notre propriété, mais un bien qui nous a été confié et qu'il nous appartient d'utiliser au mieux.

...un monde où nul ne chercherait à tirer profit de son héritage culturel ou génétique pour se procurer plus de confort et d'avantages personnels que ceux qui n'ont pas eu la même chance.

...un monde impossible si les mentalités humaines ne subissent pas au préalable une lente maturation, une évolution de plusieurs décennies... ou de quelques siècles...

...un monde impossible à imposer d'en haut tant il nous apparaît aujourd'hui contre-nature.

...un monde auquel nous pouvons toujours rêver !

E S P R I T

S P R I T E

P I T R E S

P E T R I S

T R I P E S



Troisième partie

PSYCHOLOGIE...
JIVARO ?

L'esprit humain est d'une complexité qui défie apparemment la description. Prétendre en quelques mots dresser la liste des éléments constitutifs de la pensée humaine, n'est-ce pas une ambition à la fois démesurée et terriblement réductrice ? Il était temps de se poser la question.

L'apparente complexité de notre psychisme réside essentiellement dans les infinies possibilités de mélange que nous pratiquons sans cesse.

Autrement dit, les ficelles qui tirent nos vies sont très grosses et peu nombreuses, mais nous avons entrelacés leurs brins les plus ténus, tissant une jungle apparemment impénétrable, qu'il nous plaît de considérer comme une richesse.

N'en déplaise à ceux d'entre nous qui aiment à se croire à la fois mystérieux et riches, **nous sommes simples** et notre principe de fonctionnement intellectuel est facile à cerner.

Chapitre 12

Plaisirs, et douleurs

Du plaisir le plus intense – le coût ou l'annonce d'un gain important au Loto – aux pires tortures, notre conscience est capable d'éprouver toute une gamme de douleurs et de plaisirs, qui sont ressentis comme un ensemble de nombres négatifs ou positifs, le zéro correspondant à la neutralité, à l'indifférence totale. Ce point zéro est d'ailleurs toujours négatif (!), l'absence de toute activité physique ou mentale agréable, l'ennui, étant toujours ressenti négativement.

Un couple indissociable

Aurions-nous voulu les traiter séparément, que cela n'aurait pu se faire. Ils sont comme le *Docteur Jekyll et Mister Hyde*.

La douleur est l'image réfléchie du plaisir, son négatif. Comme il y a peu de plaisirs purs, ils sont souvent un mélange complexe et d'une manière générale, tout ce qu'on écrira du plaisir sera applicable à la douleur.

Comme un espoir déçu peut se transformer en une douloureuse frustration, toute douleur contient en germe le plaisir correspondant. On se sent léger juste après avoir lâché un poids très lourd, et toute cessation de douleur provoque un plaisir de soulagement.

Il est malheureusement aussi des douleurs éprouvées par des êtres humains qui font plaisir à d'autres hommes... Sans pour autant que nous considérions cela comme du sadisme.

À quoi bon la douleur ?

La douleur sert à l'être humain comme aux autres mammifères, à déterminer ce qui est susceptible de nuire à sa survie, et à l'encourager à l'éviter.

Un jeune animal souffre physiquement de se frotter aux cactus et évitera à l'avenir la fréquentation de cette plante. Un jeune cadre souffre de sa franchise à l'égard de son supérieur hiérarchique et apprendra la diplomatie, la dissimulation. Le rapprochement est osé, mais dans les deux cas, la correction du comportement induite par la douleur entraînera une survie plus plaisante.

Certes, nombre d'entre nous n'hésitent guère à se rendre la vie un peu plus difficile, au nom d'une fierté qui leur fait refuser l'hypocrisie. Le plaisir de vivre en accord avec l'idée que l'on se fait de soi-même nous semble préférable que de courber l'échine. La Règle est respectée, une fois encore.

Nous pouvons dire que **la douleur est au service du plaisir de la conscience.**

Savoir éviter ou supporter les douleurs garantit une existence plus sereine et mieux susceptible de plaisirs. Pour apprendre la douleur, il faut bien en faire l'expérience. Il n'est donc nullement possible psychiquement de faire l'économie de tous les désagréments.

Notre expérience humaine nous apporte la certitude que les enfants *couvés* font souvent les adultes les plus vulnérables, et... les plus malheureux. Il n'y a pas de quoi faire un principe de l'inverse, le malheur n'est peut-être pas la meilleure école du bonheur, mais rendons au moins justice à la douleur de son utilité.

Si notre connaissance de la douleur nous permet de nous endurcir, comment pouvons-nous laisser envahir la conscience par des douleurs mentales persistantes et manifestation nuisibles à l'équilibre général et au plaisir ? C'est tout le problème des désirs incompatibles.

Typologie des plaisirs

Il y a trois grandes catégories plaisorielles, où nous pouvons répartir l'éventail de tous nos plaisirs et douleurs.

Les sensations directement plaisorielles (coït, satiété, ivresse légère, caresses corporelles, coups, blessures, etc.) sont universels, indépendants de toute culture, et de toute éducation. On les retrouve chez tous les mammifères.

Les sensations indirectement plaisorielles (plaisirs ou déplaisirs gustatifs, olfactifs, musicaux, sportifs, etc.) dépendent de l'éducation et d'un apprentissage personnel. L'habitude et l'imitation jouent un rôle primordial dans cette éducation. Les animaux supérieurs sont également capables d'éprouver ce genre de plaisirs, même si c'est de façon moins sophistiquée.

Les douleurs et plaisirs strictement mentaux* ; dans notre aveuglement ancestral, ils nous semblent représenter *la voie royale de l'esprit humain*. Une nouvelle déception nous attend ici. Non seulement les autres mammifères connaissent les mêmes plaisirs mentaux que nous, mais, sans simplifier abusivement nous allons voir que notre richesse se limite à deux grands principes plaisoriels, et encore, l'un ne va jamais sans l'autre. Chacun d'eux, lorsqu'il est contrarié, produit une douleur mentale spécifique, de valeur plaisorielle inverse à ce que nous ressentons à les favoriser.

Cette classification idéale ne se retrouve pas facilement dans la réalité, tant nous mélangeons nos plaisirs.

Dîner à *La Tour d'Argent* n'est pas un strict plaisir mental. Il s'y ajoute également un plaisir sensuel évident, de la seconde catégorie pour les gourmets, et de la première, pour les gourmands.

* Ils sont mentaux, parce qu'ils ne sont pas directement conditionnés par nos nerfs sensitifs ou périphériques. La possession d'une très belle voiture, même si elle procure des sensations physiques agréables, provoque le plaisir mental de l'égophilie, conçu et fabriqué dans l'encéphale. Les influences psychosomatiques éventuelles des plaisirs ou douleurs intellectuelles ne font que montrer la puissance psychique sur le reste du corps.

La satisfaction de se voir offrir un vison n'a pas grand-chose à voir avec la rassurante chaleur élémentaire qu'on est sûre de ressentir l'hiver.

Par contre, il n'y a rien que d'intellectuel au plaisir de recevoir une médaille, un titre, ou un prix. À moins de penser à tous les repas fins que l'on pourra s'offrir avec l'argent que cela rapportera éventuellement.

L'espoir d'un bon repas et l'attente agréable qui le précèdent (quand ce n'est pas une douloureuse impatience) ne sont pas des plaisirs sensuels. Tout est imaginaire, reconstitué par l'Inconscient à partir des plaisirs *surgelés* de la mémoire. Même passé au *four à micro-ondes de la conscience*, le souvenir n'a plus la même *présence*. Par contre, si l'Inconscient est un peu habile, le *passé réchauffé* peut avoir meilleur goût que l'original. Quel homme n'a jamais enjolivé sa jeunesse, pour mieux en délecter sa vieillesse ?

Un plaisir physique se transforme en plaisir intellectuel dès que les nerfs sensitifs ne sont plus à l'origine de la satisfaction ressentie.

Les « instincts »

On peut diviser les êtres vivants en deux catégories :

- les plantes et les animaux primitifs, dont le comportement, le fonctionnement est totalement stéréotypé, soumis à des automatismes rigides, génétiquement programmés ;
- les animaux supérieurs, susceptibles d'adapter leur comportement à des modifications d'environnement, par un apprentissage individuel.

Loin d'être libre, le jeune animal supérieur est psychiquement *farci* d'obligations, de devoirs, qui l'accompagneront tout au long de sa vie, dans l'intérêt de son espèce, et auxquels il obéira docilement, à son insu.

Pour conserver à leur comportement une certaine souplesse, ces *devoirs*, sertis dans le psychisme avant même la naissance, se présentent sous la forme de *besoins psychiques* génétiquement programmés, de la même manière qu'il y a des besoins physiques, dont chacun reconnaît l'existence.

La faim, la soif, le sommeil, l'activité sexuelle, se présentent chez le mammifère comme autant de *besoins*. Entendons par là qu'ils ne s'imposent pas impérativement à l'individu, engendrant un comportement stéréotypé, forcément nuisible à la survie dans un monde qui est potentiellement dangereux.

Le *besoin* physique se présente à l'individu sous la forme d'une tension douloureuse caractéristique, qu'il ne tarde pas à bien connaître, et qui peut entrer en concurrence avec d'autres besoins, entre lesquels peut exister une priorité. Ainsi, le sommeil doit logiquement céder la place à la faim, si celle-ci a des chances d'être satisfaite; il doit également laisser son tour à la reproduction, prioritaire pour l'espèce. Ce n'est pas un hasard si le coït est toujours précédé d'une tension douloureuse particulière, ou récompensé (comme chez l'homme) par un plaisir physique d'une intensité supérieure à tout autre, quand les deux facteurs ne viennent pas se joindre pour mieux inciter l'animal à favoriser la propagation de son espèce.

Le besoin se caractérise donc par l'émergence d'une tension douloureuse qui augmente progressivement avec le temps (mais qui peut être mise en veilleuse, dans les cas extrêmes, comme dans le cas de la faim, de manière à ne pas peser trop intensément sur le comportement général de l'individu, en nuisant à sa sécurité), et **qui cesse dès que l'acte réclamé par le besoin est accompli, remplacée par un plaisir physique spécifique** proportionnel à son importance dans la hiérarchie des devoirs à remplir envers l'espèce animale à laquelle on appartient. Tout besoin contrarié est ressenti douloureusement.

De la même façon, l'animal supérieur (le mammifère) est pourvu d'un certain nombre de besoins mentaux, qui se manifestent, se déclenchent à certains moments de la vie, ou tout au long de celle-ci, selon leur nature. Ils provoquent une tension mentale douloureuse tant qu'ils ne sont pas satisfaits, mais récompensent par du plaisir également mental dès que le comportement de l'individu leur obéit.

Installés en germes dans l'encéphale du jeune animal, ils sont susceptibles d'être développés ou amoindris par l'apprentissage. Physiques ou mentaux, ils se livrent à une concurrence chez l'animal. Ainsi, il est très souvent contraint de choisir, par exemple, entre fuir, attaquer, manger, ou s'accoupler. La Règle est toujours la même :

Ils choisissent toujours en fonction de ce qui leur semble le plus agréable, ou s'il n'y a rien de plus agréable, ce qui leur paraît le moins désagréable.

Les deux besoins mentaux

Pour comprendre l'homme, il faut le replacer dans la logique à laquelle doit se plier tout être vivant, et lui restituer les devoirs qu'il a envers son espèce.

L'être humain ne naît pas différent des autres mammifères. Comme tout élément d'une espèce animale, il se doit de servir l'intérêt de celle-ci, volontairement et sans pouvoir s'y soustraire. Si les petits d'homme ne le faisaient pas massivement, notre espèce aurait vite disparu. Elle n'est ni assez féconde, ni assez forte pour que ses membres puissent se permettre de faire n'importe quoi, librement, et c'était encore plus évident chez nos ancêtres, quand les arbres des mots ne venaient pas cacher la forêt de nos obligations.

Une espèce vivante n'est viable que si les êtres vivants qui la constituent participent à sa continuation et à son expansion, autant que l'environnement le permet.

Il ne saurait donc être question, pour un animal, d'une liberté absolue, mais d'une liberté relative, étroitement subordonnée aux intérêts de l'espèce à laquelle il appartient.

Première obligation : L'individu doit survivre, s'intéresser à son existence de toutes ses forces, et s'appliquer à jouer un rôle dominant dans son espèce, s'il s'en avère capable.

Deuxième obligation : Dans la mesure où la première obligation est bien remplie, l'individu doit apporter son aide à d'autres membres de son espèce, lorsqu'ils en ont besoin, et plus particulièrement aux petits.

Ces deux obligations sont sanctionnées chez les mammifères par deux besoins mentaux, qu'on retrouve également chez l'homme. Ne tardons pas davantage.

Outre les exigences strictement physiques, sur le plan intellectuel, nous sommes entièrement déterminés par :

L'égophilie,

et

La nostrophilie.

Ces deux besoins sont sanctionnés par une douleur évidente lorsqu'ils sont contrariés, et les plaisirs qu'ils procurent sont tout aussi évidents. Ils existent en nous d'une manière innée, car ils jouent tout deux un rôle au service de la vie.

L'égophilie est l'expression humaine de l'instinct de conservation des animaux. La nostrophilie est l'équivalent de leur instinct social, qui les fait se conduire d'une manière privilégiée avec les animaux de leur propre espèce, ou ceux qu'ils considèrent comme tels*.

Naturellement présents en nous, ces deux besoins ont évolué au gré de l'évolution humaine, enrichis ou appauvris par l'éducation que nous avons reçue.

La multitude des comportements humains pourrait-elle se réduire à deux directions, entre lesquelles nous naviguerions, comme dans un tunnel, avec l'illusion d'être sur un océan infini? Difficile à croire, n'est-ce pas?

Sommes-nous prêts à accepter la douleur de comprendre?

* Ainsi, nos animaux domestiques peuvent nous *aimer* parce qu'ils nous considèrent comme des congénères, des parents.

Chapitre 13

L'égophilie

Il fallait impérativement un mot neuf, (propre?) sans connotation péjorative ou appréciative, pour définir ce « besoin » connu de tous les hommes de tous les temps, qui régit toute notre vie, mais que nous avons affublé d'une multitude de noms aux significations variées, quand nous acceptons de le reconnaître.

Est-ce trop beau ? Si nous avons l'ambition de fabriquer des machines intelligentes *autonomes*, il nous faudrait les obliger à prendre soin d'elles et à s'intéresser à leur sort d'une manière plus vaste que la simple satisfaction des besoins indispensables à leur survie.

Pour vivre et survivre dans un environnement complexe, l'être vivant *autonome* (dont le comportement n'est pas strictement déterminé par son code génétique) doit s'intéresser à son propre sort, y trouver de l'intérêt, du plaisir.

L'égophilie couvre cette nécessité sous deux formes, chez l'homme comme chez les autres mammifères. Chaque fois, le langage nous permet de donner un développement considérable et spectaculaire à ces deux aspects d'un même *besoin de plaisir de soi dans le monde*.

On distinguera l'*égophilie essentielle* (ou *primaire*), qui pousse l'individu à découvrir, connaître et reproduire la réalité, de l'*égophilie renforcée* (*secondaire*) qui l'incite à dominer le monde dont il a commencé à se former une représentation.

La forme *renforcée* n'apparaît qu'après l'acquisition d'une certaine connaissance du monde et de soi-même, et elle prend rapidement une importance prépondérante, mais la forme *essentielle* ne disparaît jamais totalement.

Avant ou avec le moi

Qu'est-ce qui nous distingue des autres animaux supérieurs ?

Le langage articulé nous permet, à partir d'un certain stade de développement, de définir le monde et nous-mêmes, et de communiquer nos opinions, nos connaissances ou nos croyances à d'autres hommes, comme nous avons appris de nos maîtres et de nos parents.

Tant que nous n'avons pas construit une représentation psychique de notre *moi* et du monde, nous nous comportons comme tous les autres mammifères, et nous subissons les mêmes pressions.

Grâce au langage et à l'avènement des interprétations mentales de la réalité, notre égophilie renforcée va connaître un développement spectaculaire et souvent démesuré.

Quand survient l'égophilie secondaire, il n'est plus possible d'éprouver l'égophilie primaire à l'état pur. L'égophilie secondaire envahit nos moindres pensées, nos moindres actes, parce qu'une fois que nous croyons connaître le monde, il ne nous est plus possible de faire abstraction de notre connaissance.

Avant le moi :

L'égophilie primaire ou essentielle

Comme tout mammifère, nous subissons dès les débuts de notre psychisme, la manifestation d'un besoin qui nous pousse à nous intéresser à notre propre sort, à nous insérer le mieux possible dans une réalité pas toujours amicale.

Instinct de vie, l'égophilie primaire est le double besoin de la découverte et de l'habitude, où chacune des deux tendances tempère les excès potentiels de l'autre, assurant un équilibre viable.

Curiosité et habitude

La curiosité du nouveau-né et ce que l'on pourrait appeler sa *volonté d'imitation* ne sont que le résultat d'un même besoin qu'éprouve l'enfant à agir dans l'intérêt de son adaptation à un monde auquel il ne saurait comprendre quoi que ce soit.

Son plaisir, cet intérêt à regarder, écouter, et à aimer ce qu'il a déjà en mémoire, ce qu'il reconnaît et qui lui est devenu ainsi familier, ce qu'il peut éprouver à retrouver des sensations connues, puis à essayer de les reproduire lui-même en actions, c'est l'égophilie essentielle. Elle nous a permis d'utiliser au mieux notre intelligence pour progresser dans notre adaptation au monde.

L'apprentissage d'un nouveau-né n'est pas tourné entièrement vers les satisfactions élémentaires de la survie. Dès que celles-ci sont satisfaites, il peut s'intéresser à son environnement, et celui-ci n'est pas intéressant en lui-même, mais le plaisir est contenu dans l'encéphale même du petit mammifère, sous forme du besoin égophile, qui pousse à la découverte et récompense l'initiative individuelle.

L'égophilie primaire, c'est *apprendre à connaître, aimer connaître, et aussi aimer ce que l'on connaît, aimer le retrouver, le revivre, le refaire*. Elle comprend donc deux volets complémentaires, *la découverte et la répétition*.

L'ouverture au monde ne saurait être totale, absolue, sans risquer de devenir une menace pour l'individu. Parallèlement à notre curiosité pour l'inconnu, nous éprouvons le plaisir des sensations déjà connues, et une nouvelle exposition nous procure un plaisir renouvelé, à condition que l'identité ne soit pas totale et que la répétition connaisse des variantes.

Ainsi un inconditionnel des *Beatles* exposé, contre son gré, à son tube préféré, un grand nombre de fois successives, atteindra rapidement un seuil de saturation tel qu'il ne pourra plus supporter d'entendre le morceau en question pendant longtemps. Si un mammifère était capable de trouver le plaisir total et permanent dans la répétition d'un même acte, il serait voué à l'extinction, et l'homme n'aurait jamais atteint son niveau de développement actuel, parce qu'il se serait contenté de beaucoup moins.

Le plaisir de la découverte et celui de la répétition amènent nécessairement à une certaine spécialisation. L'individu garde une curiosité dans le domaine où il a ses habitudes, ses connaissances, et il y progresse, satisfaisant les deux parts de son égophilie primaire.

L'attrait pour la nouveauté et le plaisir de l'habitude se livrent ainsi une lutte perpétuelle, chacun des deux tempérant le danger que pourrait amener l'exclusivité de l'autre.

Nous avons ainsi plaisir à amasser et à ressasser, entre deux extrêmes : l'oubli de soi dans la recherche de la connaissance et la sclérose totale de la répétition.

L'habitude est le besoin de l'acte connu, refait, de la sensation familière, qui pourrait être neutre, dénuée en elle-même de tout attrait, de toute utilité, si elle n'éveillait un écho favorablement noté.

L'habitude est un facteur important de notre continuité logique et de notre cohérence.

Sans elle, des plaisirs équivalents nous attireraient en trop grand nombre dans toutes les directions, ne nous permettant pas une action efficace sur la réalité.

Sans elle, placés dans une situation moyennement agréable, où d'autres opportunités à peine plus satisfaisantes s'offrent à nous, *nous serions obligés* de tenter notre chance. Grâce au plaisir de l'habitude, nous sommes plus stables, et le changement ne nous pousse à l'action que lorsqu'il promet une nette amélioration plaisorielle, qui l'emporte sur la note du plaisir de l'habitude.

La stabilité ne devant pas impliquer la sclérose, l'habitude doit être parmi les plus faibles des plaisirs mentaux, de manière à ne pas devenir plus gênante qu'utile. C'est un garde-fou plus qu'une prison.

Chacun de nous a ses propres habitudes, conséquences de son passé personnel ; les plaisirs qui s'y rattachent nous sont propres et nous isolent *de facto* du reste du monde.

Le plaisir de l'habitude explique l'inertie du psychisme humain et la difficulté à changer d'avis*. Facteur de stabilité, l'habitude est fréquemment une cause de conservatisme, un frein au progrès, à l'adaptabilité et à l'objectivité. On préférera ainsi une vieille erreur à une nouveauté qui la remet en question.

Il n'est pas rare que la répétition nous permette d'acquérir une certaine dextérité, et que la fierté se joigne à l'habitude pour mieux nous faire plaisir, et nous motiver à bien défendre notre *patrimoine intellectuel*.

La spécialisation

L'habitude est le premier plaisir dans l'ordre chronologique d'un mouvement complexe. Très vite, après quelques répétitions,

* Le changement d'avis est particulièrement douloureux quand il s'attaque à des connaissances sur lesquelles s'appuie la vanité.

comme nous devenons plus habiles, l'égophilie secondaire (entendez par exemple la *fierté*) vient se greffer sur l'action, parce que nous avons progressé, puis, si nous persévérons, parce que nous nous montrons plus habiles que d'autres sujets moins entraînés ou moins adroits.

Si nos efforts ne sont pas couronnés de succès, la contrariété dépassera le plaisir de l'habitude et l'abandon suivra. À moins que, l'individu ne mette un *point d'honneur* à insister jusqu'à la réussite.

Si aucune douleur ne vient nous contrarier dans la voie où l'habitude nous conduit, nous nous y enfonçons un peu plus chaque jour, devenant des *spécialistes*. Il ne s'agit pas nécessairement d'une spécialité utile, monnayable. Le plus souvent, nous devenons des spécialistes de nous-mêmes, cette entité sans grand intérêt pour d'autres que nous, que nous connaissons mieux que personne. Nous nous particularisons, même si notre *moi* est fait d'imitations, de contradictions, et d'un concours de circonstances dont nous acceptons parfois de concevoir le caractère fortuit.

L'action est perception

L'action physique ne doit pas être considérée comme autre chose que la recherche de sensations, de perceptions.

Quand on veut éprouver le plaisir musical, on peut aller au concert. C'est un déplacement, un acte physique qui nous permettra d'éprouver le plaisir musical, qui utilise le sens auditif. On peut aussi aller chercher un disque, et le mettre dans son lecteur. On peut enfin prendre un instrument et jouer.

Le plaisir de l'instrumentiste est celui du mélomane, auquel il faut ajouter les sensations kinesthésiques des mouvements nécessaires au jeu, et, naturellement, la fierté de savoir qu'on est, soi-même, à l'origine du *bruit* en question. Si cette *fierté* est momentanément absente et si, de par sa maîtrise de l'instrument et du morceau, les sensations kinesthésiques ne passent à la conscience que d'une manière rare et épisodique, on peut légitimement pré-

tendre que le plaisir strictement musical de l'interprète peut être le même que celui de l'auditeur.

Cependant, de par son éducation et la culture musicale qu'il a développée, l'instrumentiste pourra avoir une perception de la musique plus riche, engendrant un plaisir plus nourri que celui d'un mélomane d'occasion, loin d'être aussi familiarisé avec cette activité.

Par contre, il n'y a pas les mêmes points communs entre le peintre, qui prend plaisir à faire apparaître une image et le spectateur, qui se contente du produit fini. Alors que le photographe, lui, est plus proche de son public, dans la mesure où sa *création* est vraiment instantanée.

Le plaisir du nageur, du coureur, du marathonien, est singulièrement proche de celui de l'artiste ou de l'amateur d'art, quand ils éprouvent du plaisir à l'activité en elle-même, indépendamment des aspirations à la gloire, à la renommée et au succès. La sensation kinesthésique de la course et du corps en lutte contre l'inertie, la gravité terrestre et la fatigue sont certes considérées moins avantageusement que la sensation visuelle à laquelle on est confronté devant un Rembrandt, mais elles peuvent procurer un plaisir de même nature perceptive et égophilement primaire.

Le *jeu* est une activité dénuée de sens en elle-même mais que l'individu a appris à trouver agréable (grâce à l'égo-phylie primaire), et qu'il répète (avec des variantes, pour éviter la lassitude) à plaisir.

Les joueurs de football du dimanche ou les supporters seront sans doute surpris d'apprendre qu'ils éprouvent un plaisir similaire à celui des amateurs d'expositions de peinture, de sculpture et de manifestations artistiques en général. L'art, pour n'être qu'un plaisir égophile de répétition acquis reste cependant moins stimulant pour le système cardio-vasculaire.

La contrariété égophile primaire

L'égophilie primaire est une incitation à s'ouvrir au monde sous quelque forme qu'il se présente, et à s'intéresser à n'importe quoi. Contrarier totalement ce besoin, c'est empêcher les stimulations sensorielles ou les actes d'imitation. Le jeune humain qui n'entendra personne parler n'apprendra pas spontanément. Trop contrarier l'égophilie essentielle, c'est menacer la vie.

L'égophilie primaire provoque une douleur spécifique chaque fois qu'elle est contrariée, et l'Inconscient du nourrisson doit la compenser, la combattre et en tenir compte dans l'élaboration de sa vision du monde et de lui-même.

Comme dans tout besoin, les actes du nourrisson sont *encouragés* selon le procédé *bâton-carotte* habituel. Adultes, nous sommes trop noyés dans l'égophilie secondaire pour pouvoir distinguer dans la masse la douleur d'une égophilie primaire survivante.

Le plus souvent, c'est à notre propre initiative que l'égophilie primaire est contrariée, volontiers sacrifiée à des plaisirs mieux notés, ceux de l'égophilie secondaire, par exemple. L'éventuelle douleur est alors noyée sous la masse des plaisirs que nous recherchons et qui sont plus satisfaisants, mieux notés.

Survivances de l'égophilie essentielle avec le *moi*

Les plaisirs que nous éprouvons à une meilleure compréhension du monde ou en exerçant certains types d'actions que nous avons appris à pratiquer et qui nous procurent un plaisir en eux-mêmes, indépendamment des conséquences sur le cours de nos vies, sont les survivants de l'égophilie essentielle. Curieusement ils recourent les deux extrêmes de notre activité intellectuelle : notre attachement à la connaissance pure et le plaisir que nous pouvons éprouver aux manifestations les plus irrationnelles de l'activité psychique. Entre les deux, s'étend le terrain de chasse immense de l'égophilie secondaire décrite au prochain chapitre.

Toutes les informations que nous possédons en mémoire peuvent entrer dans deux catégories : celles qui ont un rapport avec

l'idée que nous nous faisons de nous-même et des plaisirs que nous y éprouvons (Cf l'égophilie secondaire), et celles qui ne semblent pas avoir de rapport direct avec notre idée de nous-même, soit qu'elles n'ont aucun sens, soit qu'elles décrivent la réalité du monde tel qu'il existe en dehors de nous-même.

Parmi nos activités intellectuelles agréables qui ne sont pas directement liées au sentiment d'importance qui relève de l'égophilie secondaire, il est deux sortes de sujets d'intérêt : ceux qui ont un sens au point de vue de la rationalité, et ceux qui n'en ont aucun. Les uns comme les autres peuvent nous intéresser, nous plaire, ou même nous passionner, en fonction de notre éducation, de notre expérience, de la façon dont nous avons appris à vivre.

La diversité des activités humaines et des intérêts de nos congénères montre que nous pouvons nous intéresser à absolument n'importe quoi. Cette faculté que nous portons de pouvoir nous procurer du plaisir à l'étude de n'importe quoi, des étoiles à la reproduction des papillons, des volcans aux hiéroglyphes, des lichens aux OVNI, des faits divers aux systèmes d'exploitation des ordinateurs, c'est l'égophilie.

Il n'y a pas dans l'étude (heureusement ?) le seul plaisir de l'espoir d'une récompense personnelle (diplôme, médaille, prix Nobel, etc.) permettant d'obtenir des honneurs et des facilités matérielles. Certes, cette dimension entre souvent en jeu dans une certaine mesure, mais il y a toujours un peu du plaisir de l'étude pure, pour elle-même. Tant que nous vivons nous gardons cette faculté égophile originelle de la curiosité que l'on pourrait qualifier de *scientifique*, de désintéressée, pure, noble, **essentielle**, parce qu'elle coexiste dans le temps avec un certain oubli de soi. Elle est le souvenir vivant de l'égophilie essentielle de nos premiers mois d'être vivant.

Nous avons dit au chapitre sur l'Inconscient que toutes les données en mémoire étaient marquées plaisoriellement. Il est temps de préciser que les données strictement rationnelles ou conventionnelles (exemple : *Bamako est la capitale du Mali*), en dehors de la fierté que nous pouvons ressentir à leur précision et leur fidélité, ont été acquises et conservées grâce au plaisir de l'égophilie essentielle qui nous a fait nous intéresser à elles, et les conserver, en dépit de leur éventuelle inutilité.

L'égophilie essentielle nous permet de nous intéresser à n'importe quoi, de nous investir intellectuellement et de mémoriser comme des choses importantes, utiles, agréables, des informations abstraites et apparemment sans intérêt, sans rapport avec nous-mêmes, notre vie, nos préoccupations, nos plaisirs...

Quand nous nous remémorons une information dont nous ne pouvons percevoir l'intérêt, il y a de grandes chances pour que l'égophilie essentielle soit entrée en jeu dans sa mémorisation.

Le jeu, le plaisir de nos activités habituelles qui ne correspondent pas toujours à un besoin naturel ou rationnel, comme la musique, sont marqués indubitablement par l'égophilie primaire. Le plaisir intime que nous pouvons éprouver à regarder certaines œuvres d'art n'est rien d'autre que la survivance de l'égophilie originelle, d'autant plus fort que notre attachement est plus irrationnel, moins explicable avec des raisonnements.

Quand nous aimons pratiquer une activité irrationnelle pour elle-même (un sport, par exemple, ou un art), et non uniquement pour gagner, par obligation ou pour donner une image de soi valorisante, ce plaisir irrationnel obéit à l'égophilie primaire.

Qu'y a-t-il de plus inintelligent que notre attachement à un morceau de musique? Certes nous sommes rarement seuls à trouver qu'un air est magnifique, mais combien de millions d'hommes pourront le trouver irritant ou simplement quelconque? Nous avons éprouvé le besoin de nous identifier socialement avec le groupe humain qui aime ce genre de musique, mais le plaisir est là, en plus, inexplicablement. La répétition, jointe à une disposition d'esprit favorable, nous l'a imposé.

Il ne suffit pas de s'exposer plusieurs fois à une certaine musique pour y éprouver du plaisir, il faut encore posséder en mémoire certaines références qui nous font aimer plus ou moins tel ou tel morceau. Comme nous sommes les seuls à avoir acquis ces références-là dans l'ordre précis où elles nous ont été présentées à l'oreille, nos goûts musicaux seront particuliers, spécifiques, et donc toujours un peu différents (au moins) de ceux de n'importe quel autre être humain.

Nos goûts sincères (pas ceux de notre snobisme), ces préférences arbitraires, auxquelles nous attachons de l'importance (du plaisir), que nous sommes incapables d'expliquer, *lorsque nous sommes incapables de nous souvenir de leur origine**, sont la manifestation de l'égophilie essentielle. Nous préférons le vert au jaune, parce qu'à un moment donné, nous nous sommes intéressés égophilement davantage au vert qu'au jaune, à cause de circonstances de notre existence dont nous n'avons gardé aucun souvenir.

* Insistons bien sur cette absence de lien connu. En effet, nous pouvons préférer le vert parce que le jaune était la couleur préférée d'une personne détestée, et, dans ce cas, ce goût n'a rien à voir avec de l'égophilie primaire.

Avec le moi :

L'égophilie secondaire ou renforcée

L'égophilie dans son ensemble est *l'instinct de conservation et de domination*, qui protège l'individu en le poussant à défendre sa survie et à prendre la meilleure part, éventuellement au détriment d'autres individus, quand il n'y a pas dans la nature de quoi satisfaire les besoins vitaux de tous. Voici maintenant le *besoin de domination*.

Il ne sert à rien de dresser un jugement moral à l'égard d'un mode de fonctionnement auquel nous ne saurions échapper. Il n'y a pas d'homme sans égophilie secondaire, et ceux qui semblent les plus humbles sont aussi ceux pour lesquels elle est si forte qu'ils n'ont pas besoin de la manifester pour en jouir. Un homme sans égophilie secondaire est un légume sans fonctionnement psychique véritable.

Définitions

L'égophilie est le plaisir de la réalité que nous nous représentons, et nous sommes la première réalité, la plus importante, la première dans l'ordre chronologique, et l'extérieur (dont fait partie autrui) n'a d'importance pour nous qu'à mesure de sa participation à notre vie, à ses plaisirs (pour les multiplier, les grossir) comme à ses déplaisirs (pour les amoindrir, les éviter à l'avenir).

L'égophilie* est le besoin inné d'attacher de l'importance, du prix, du plaisir à une meilleure participation à la *réalité*. Elle est ce qu'on a appelé *l'instinct de conservation*, et elle pousse l'individu à s'investir activement dans la *réalité*, en le récompensant à hauteur de sa participation.

* N.B. : L'égophilie secondaire étant la forme de l'égophilie la plus importante plaisorieusement, à partir de maintenant, il ne sera plus question que d'elle et l'on ne précisera *secondaire* ou *renforcée* que lorsqu'il pourra y avoir confusion avec l'égophilie primaire.

L'être le plus important de l'univers

Dans la mesure où ils ont une représentation mentale de la réalité et d'eux-mêmes considérablement plus simple que la nôtre, les autres mammifères connaissent une égophilie secondaire rudimentaire. Leur besoin de domination les conduit notamment à s'affronter pour la place de chef ou pour se disputer une femelle.

L'égophilie secondaire commence avec la découverte de l'autre comme concurrent et la séparation de soi d'avec le reste de la réalité.

Implicitement, chacun d'entre nous est, pour lui-même, **l'être le plus important de l'univers**. Nous ne saurions échapper à cette réalité. Le président des États-Unis peut souffrir d'une maladie extrêmement douloureuse, cela ne nous fera pas moitié aussi mal que si l'on nous pince (à moins d'être soi-même ce personnage...).

Cela ne veut pas dire que nous sommes incapables de comprendre la souffrance d'autrui et d'en être affecté, mais la nôtre est toujours plus présente, elle s'impose directement à nous.

Notre univers n'existe que comme un univers particulier, le nôtre, dont nous ne pouvons nous empêcher d'être le centre, et dont les hiérarchies sont fonction de notre subjectivité. Ainsi notre garagiste peut être un personnage beaucoup plus important qu'un ministre des affaires étrangères. Pour nous.

L'importance que nous accordons à un individu peut être définie comme la quantité de temps que nous lui consacrons dans notre activité psychique, que nous soyions en conversation avec lui ou simplement en train de penser à lui.

L'univers n'existe que tel que nous nous le représentons, tour à tour hostile ou bénéfique, suivant qu'il nous est agréable ou désagréable. Nous-même, cette construction mentale, que nous avons appris à appeler notre *moi*, n'est que la représentation de notre rôle au sein de notre univers personnel.

Il est arbitraire de vouloir mettre à part notre représentation du *moi* par rapport à celle que nous nous faisons du reste, les autres,

et tout ce qui n'est pas *moi*. Bien sûr, nous nous distinguons de l'*extérieur*, et nous pensons bien qu'il n'y a que les malades mentaux qui puissent confondre leur individualité avec leur environnement.

Imaginons qu'à votre réveil, la personne avec laquelle vous vivez vous apprenne : « *On vient d'assassiner le président des États-Unis, John Douglas !* ». Vous vous récriez, le président des USA n'était pas John Douglas, mais un autre... Les informations de toutes les chaînes de télévision vous confirment votre incroyable erreur, au point qu'il ne vous soit plus possible que de douter de vous-même. Votre désarroi ne serait-il pas de la même nature que si, un beau matin, vous ne reconnaissiez plus vos propres mains ?

Notre *moi* contient-il autre chose que des informations sur nous-même que nous considérons comme vraies, et sur lesquelles nous nous appuyons pour chercher à obtenir nos rations de satisfaction quotidiennes ? Si l'on veut bien mettre à part les routines de fonctionnement mécanique de notre Inconscient que nous avons rassemblées sous la notion de *personnalité*, le *moi* ne contient que des souvenirs et des jugements sur nous-même, plus ou moins précis, utiles et gratifiants, et bien évidemment un bon lot d'idées fausses, souvent les plus agréables...

Notre appréciation du monde est déjà bien loin d'être exacte, celle que nous portons sur notre *moi*, c'est-à-dire sur les notions les plus directement utiles à notre satisfaction réelle, est souvent encore plus éloignée de la réalité, plus déformée, car c'est de notre *moi* que viennent en priorité les souffrances et les plaisirs égophiles.

L'égophilie, c'est l'impérieux besoin d'entourer notre conscience du plaisir d'une participation valorisante de l'individu à la réalité qu'il se représente.

Il n'y a pas de *moi* mais un ensemble d'éléments en mémoire dont certains correspondent à la notion de *ce que je suis*. Ce ne sont pas forcément les plus importants, ni ceux qui déterminent obligatoirement les principales décisions.

Le jeu de *moi*

Le *moi* est un jeu de rôles dont nous avons appris les règles si tôt que nous avons oublié qu'il s'agissait d'un jeu*. Avec les années, nous avons enrichi le répertoire du personnage que nous sommes et nous avons appris à jouir de ses honneurs et à pleurer de ses malheurs.

Nous vivons d'abord à travers notre notion de *moi* qui recouvre ce corps dont nous éprouvons les sensations plus ou moins agréables, et les définitions que nous lui avons accolées et auxquelles nous avons appris à nous identifier.

Certains d'entre nous ont appris à tricher, à peindre la réalité aux couleurs du *moi*, ou à colorier le *moi* en rose et le réel en noir. Quand on ne peut pas plier la réalité à nos aspirations égophiles, on peut apprendre à déformer notre notion de *moi*.

La meilleure preuve de la superficialité de notre *moi* est fournie par la facilité avec laquelle nous pouvons en *changer*, en nous mettant à *la place d'autrui*, quand nous y trouvons avantage.

Quelques souvenirs rapides, une esquisse de personnalité vite brossée, une profession, et hop ! par roman interposé, nous sommes, le temps d'un livre ou d'un film, une autre personne, et nous jouissons des plaisirs mentaux du personnage, exactement comme s'il s'agissait des nôtres : nous souffrons avec lui, nous frémissons au rythme des pages, oublieux de notre ancien *moi*, tant que le vrai réel ne nous rappelle pas impérieusement. Certes, nous n'en sommes pas au point de faire comme Don Quichotte, mais c'est uniquement parce que quantitativement, le temps que nous passons à lire ne saurait surpasser celui que nous passons à vivre personnellement. Notre *moi* revient fidèlement après chaque *essayage*, mais encore une fois, nous devons bien constater qu'il a pu s'absenter de notre activité intellectuelle**.

* On y trouve des mauvais joueurs et des tricheurs en quantité...

** Nous n'avons pas mentionné ici le cas des lecteurs qui ne vivent pas les livres, mais, accrochés à leur propre *moi*, tirent un plaisir égophile à juger les personnages ou le travail de l'auteur. La lecture a droit à de plus amples développements, page 231.

Chez l'individu ordinaire, chacun des *faux moi* accumulés en mémoire par la lecture de romans ou tout simplement la conversation avec autrui ne saurait concurrencer l'invraisemblable quantité d'informations qui nous rattachent à notre *moi* personnel, mais en l'absence d'un *moi* et d'un *réel* satisfaisants, le bovarysme peut parfois sembler une solution satisfaisante.

Nous changeons également de *moi*, en fonction des gens auxquels nous sommes confrontés. Sans être le moins du monde schizophrènes, nous ne sommes pas exactement la même personne lorsque nous sommes avec Monsieur Dupont que lorsque nous sommes seuls avec Monsieur Dubois, à tel point que si nous devons être avec ces deux messieurs à la fois, nous devons choisir notre personnage et subir le déchirement de n'être plus avec Monsieur Dupont comme nous sommes d'ordinaire, parce que Monsieur Dubois compte plus à nos yeux. Jusqu'à cette douloureuse confrontation, nous pouvions cultiver l'illusion d'être aussi naturel avec l'un qu'avec l'autre, et d'être le même *moi* dans les deux cas.

Nous ne choisissons pas d'être différent avec notre conjoint qu'avec nos collègues de travail mais nous ne pouvons nous en empêcher, réagissant aux actions des autres, à leur manière d'agir, à leur apparence de *moi*, à *leurs personnages*...

La représentation du réel : moi et le reste

L'égophilie nous dicte notre *moi* et toute notre représentation de l'Univers, dont nous savons qu'elle n'est pas partout acceptée par autrui.

L'égophilie est le besoin d'exister le mieux possible et de dominer la réalité. Plus l'extérieur (notre représentation de l'extérieur) nous témoigne qu'il perçoit notre existence, plus celle-ci est assurée, rassurée, meilleur est notre plaisir égophile. Plus nous sommes dominés, contraints, par une réalité extérieure qui nous échappe, plus notre souffrance égophile est grande.

Briser un objet entre nos mains est ainsi une manifestation égophile qui peut être aussi satisfaisante que de l'avoir construit. Dans les deux cas, l'individu marque la réalité de l'empreinte de sa présence.

Si, pour quelque raison que ce soit, l'individu n'a pas réussi à imprimer au réel son empreinte avec autant de force qu'il en éprouvait le besoin, il choisira un autre champ, un système de valeurs parallèle ou antagoniste, pour exister en tant qu'**individu supérieur**, à moins qu'il ne s'enferme dans une représentation du *réel* totalement étrangère, personnelle, folle.

L'apprentissage de la vie, c'est l'apprentissage de la réalité extérieure, le monde et les autres, et de nos interactions avec elle, en fonction des besoins égophiles qui sont les nôtres, plus ou moins forts à la naissance et plus ou moins stimulés ou étouffés par l'environnement.

Nous allons apprendre à affronter cet environnement de manière à assouvir nos besoins. Systématiquement contrariés, ceux-ci nous amèneront à adapter notre vision du monde de manière à finalement éprouver les satisfactions attendues. Nous pouvons échouer dans notre tentative et nous décourager finalement d'une vie trop douloureuse pour être davantage supportée. Nous pouvons aussi réussir à nous convaincre d'une réussite illusoire, dans un domaine où nous sommes seuls en lice.

On ne choisit pas la couleur de ses yeux, et on ne choisit pas davantage l'intensité de ses besoins égophiles. On subit l'ensemble, et si les circonstances nous permettent de réaliser nos aspirations égophiles, nous pourrons jouir alors de notre supériorité apparente sur l'environnement et sur autrui.

Nous ne choisissons pas d'acquérir des connaissances objectives et utiles sur notre environnement, mais les circonstances de nos vies peuvent nous y aider ou nous en éloigner.

L'enfant qui acquiert une bonne représentation du réel peut adapter ses aspirations égophiles d'une manière plus efficace que celui qui vit dans un monde illusoire, dont il lui sera difficile (car douloureux) de se réveiller.

Nous ne choisissons pas la vraisemblance de notre adaptation au réel et nous subissons nos erreurs comme si elles venaient de nous alors que nous n'avons fait que notre possible.

Parmi les grandes choses de notre monde, nous choisissons celles dont nous nous pensons capables et qui nous attirent, parmi ce que nous pouvons choisir. Notre connaissance ou méconnaissance du réel ne dépend pas de nous et notre connaissance de nous-même est directement fonction des jugements d'autrui. Ils nous jugent, nous jaugent, et nous acceptons plus ou moins leurs critères, leur appréciation, leur compétence pour adopter une opinion sur nous-mêmes.

Combien d'adultes vivent eux-mêmes dans un monde illusoire qui ne correspond pas à la réalité? Tout ne dépend-il pas de leur opinion sur la nature humaine?

Au sein de notre conception personnelle de l'extérieur, il est des actes ou des situations qui nous apparaissent supérieurs en fonction de nos propres critères, et nos aspirations se tourneront vers la réalisation de ceux-ci. Si la réalité (qui peut être notre réalité, par exemple corporelle) ne permet pas la réalisation de nos aspirations, nous souffrirons si nous ne révisons pas notre ambition à la baisse (ce qui est éminemment difficile et douloureux, comme de se couper un doigt...).

Nous pouvons avoir une image de nous-même qui soit aussi fautive que celle que nous nous faisons de l'Univers, et vivre la situation très agréablement tant que rien ne vient nous démentir.

Dès la naissance, l'égoïsme est de règle. Nous avons des besoins à satisfaire et ils font souffrir notre corps tant que nul n'y remédie. L'action d'autrui à notre service, dont nous ne percevons pas encore l'existence, amène la satisfaction du corps.

Dès que nous allons devenir capables d'actions sur l'environnement, et donc sur autrui, nous agirons dans le sens de notre satisfaction. Les réactions des autres à nos actes, puis l'utilisation de la parole, vont nous permettre de nous construire une représentation personnelle de nous-même à l'intérieur de celle du monde, ainsi que des liens qu'il nous est possible d'établir entre les deux, pour notre meilleure satisfaction.

Réalités animale et humaine

L'animal supérieur est confronté à une réalité précise, incontournable: chaque individu est l'être le plus important de l'Univers. Chacun de ses plaisirs est supérieur à ceux qu'il peut percevoir chez ses congénères et sa douleur personnelle est autrement plus intense que tout ce qu'il peut percevoir de celle des autres.

La réalité de l'animal, c'est ce qu'il peut percevoir avec ses sens, et ceux-ci le confirment perpétuellement dans l'assurance de sa propre importance, de sa prépondérance.

Chez l'animal supérieur, l'égoophilie, ce besoin de s'investir dans la réalité, sera donc une incitation à s'activer au service de ses satisfactions, à fuir les dangers qui le menacent. Elle sera *le plaisir de vivre* indépendamment des plaisirs physiques associés à chacun des besoins à satisfaire pour rester en vie et perpétuer l'espèce. Elle sera notamment le plaisir du jeu, de l'acte apparemment gratuit, absurde, mais que l'individu a appris à faire, à associer à lui-même, et qui porte donc son poids de satisfaction.

La réalité n'est pas la même pour l'être humain, car le langage articulé nous a permis de décrire la réalité, et, au-delà, de prêter une existence fictive à de fausses réalités que nous pouvons considérer à l'égal des vraies. Notre représentation est enrichie et aussi *polluée* par le langage articulé.

Nous ne pouvons plus nous considérer comme les animaux, car le langage a envahi toute la *réalité*, substituant à elle des définitions de ce que nous, autrui et le monde extérieur, sommes censés être. La réalité n'est plus formée de *souvenirs de sensations* mais de *mots explicatifs*, de commentaires.

Chacun d'entre nous vit dans une réalité particulière, celle qu'il se représente et qu'il a appris à considérer comme vraie, de même que notre *moi*, cette représentation de nous-même, est personnelle, originale, totalement dépendante des événements de notre éducation, de notre *personnalité*, de l'influence des autres hommes.

Des *moi* exceptionnels

L'enfant élevé au sein d'une communauté *spéciale*, loin des influences du monde extérieur (que nous considérons volontiers comme le *monde normal*), acquerra une représentation du monde et de lui-même qui seront spécifiques.

Ainsi, un enfant élevé au sein d'une secte, d'une religion extrémiste ou d'une idéologie totalitaire, vivant dans un milieu clos, monolithique, pourra apprendre à se considérer comme le serviteur d'une Cause, qui pourra compter plus que sa vie même. Il existera certes en tant qu'animal individuel, personnel, mais son *moi* sera tout entier empli des intérêts de la Cause à laquelle il aura appris à s'identifier *corps et âme*.

On peut fabriquer des serviteurs totalement dévoués et fanatiques, aussi simplement que des chiens de garde. Il suffit de leur imposer une vision de la réalité et d'eux-mêmes concordant aux objectifs que l'on se propose d'obtenir. S'ils ne connaissent pas autre chose, et si la vision du monde qu'on leur propose est cohérente, aucun enfant ne saurait s'y soustraire. Devenu adulte, il ne pourra plus recouvrer totalement une représentation du réel et de lui-même *normale*.

L'égophilie d'un tel fanatique est toute entière investie dans la bonne santé de la Cause qu'il sert. Ses actes les plus égophilement plaisants seront les plus utiles à sa Cause. Il n'existera qu'à mesure de sa participation à l'épanouissement de celle-ci, et tout ce qui risque de la menacer sera *naturellement* un objet de haine absolue. S'attaquer à sa Cause sera une offense pire qu'une atteinte à son intégrité physique et sa férocité aveugle en découlera logiquement.

Cette parenthèse était destinée à illustrer le fait que notre *moi* est comme un meuble, qu'il est possible de remplir avec n'importe quoi.

Le *moi* « ordinaire »

L'être humain bénéficie d'un certain nombre de définitions se rapportant à lui-même, et l'extérieur n'existe qu'à proportion de son intérêt pour l'individu.

L'homme n'est plus limité à ce que ses sens peuvent percevoir, mais il peut prêter du plaisir aux mots et, ainsi, aux choses qui lui sont agréables, utiles pour obtenir satisfaction ou fuir la contrariété, la douleur.

Grâce au langage, l'homme n'est plus limité à ce qu'il est, mais son *moi* s'étend à ce qu'il prétend être, à ce qu'il lui fait plaisir de vouloir être, à ce qu'il est agréable d'être, à ce qu'une communauté d'hommes considère comme valorisant.

Le réel n'est plus tel que le perçoivent les sens, mais tel qu'il sert l'individu, lui est agréable en lui reconnaissant une place importante, prépondérante. Qu'il advienne que le réel soit contrariant pour l'individu, le réel peut basculer dans l'irréel, et un réel plus flatteur se substitue à lui ! Simple question de rhétorique : « *Ah ! Le monde ne me reconnaît pas à ma juste valeur ? Je le rejette et je vais m'enfermer dans un monde où nul ne viendra me prendre la place que je mérite, et qui me fait plaisir...* »

Chacun d'entre nous vit avec son image de lui-même et celle de l'extérieur, qui ont été élaborées pour servir au mieux notre intérêt plaisoriel. Il suffit que notre vision du monde soit trop illusoire pour que celle de notre *moi* se heurte douloureusement aux murs du réel. Il est alors extrêmement difficile de reconnaître ses erreurs, car notre *moi* contient généralement une croyance en notre perfection à laquelle nous tenons beaucoup. Étant parfaits et agressés, nous nous retournerons logiquement contre un monde extérieur injuste qui est condamnable, et que nous condamnerons.

Le réel vient-il nous flatter, nous apporter chaque jour de nouveaux plaisirs dans l'existence, et il sera souvent ressenti comme juste, égalitaire, noble et *normal*...

Le langage permet une hypertrophie du *moi*, d'autant plus imperceptible qu'elle se rencontre chez presque tous les hommes, comme une mauvaise habitude. De cette hypertrophie du *moi* dans

la représentation de la réalité, le besoin égophile fait l'égoctrisme. Notre plaisir de vivre devient une auto-satisfaction qui se nourrit éventuellement du désespoir des autres, de leur envie et de leur haine...

Paradoxalement, alors que les êtres qui nous sont les plus chers font partie d'un ensemble à part, le *nous* (Cf le chapitre suivant, consacré à la nostrophilie), nos *ennemis*, ces êtres contre lesquels nous éprouvons une haine particulière, font partie de notre *moi*. Ils occupent ainsi une place privilégiée, car ils sont des références inversées, l'inverse de nos *idoles*, mais ils figurent côte à côte.

Dans notre schéma mental, le choix de nos *maîtres* est censé nous grandir de la même façon que celui de nos *bêtes noires*, et ils font partie de notre *moi*, car ils nous permettent de nous positionner. À la question : « *Qui suis-je ?* » ils nous permettent d'apporter un embryon de réponse un peu précis et réaliste.

L'enfance du moi

À un instant donné et en un lieu précis, il ne peut y avoir qu'un seul individu. Son voisin immédiat, fût-il proche de lui au point de le toucher, ne verra, n'entendra, ne percevra pas exactement les mêmes choses*.

Nos expériences sont uniques, et nous ne pouvons qu'être différents les uns des autres. Nous avons appris à vivre d'une manière qui nous est propre, avec des êtres que les autres n'ont pas rencontrés et qui se sont comportés à notre égard d'une manière spécifique.

* Cf le chapitre sur la personnalité, page 124.

Quand on tient une poignée de billes semblables et qu'on les jette, elles ne restent pas les unes à côté des autres, alors qu'elles sont soumises aux mêmes forces, aux mêmes contingences. Ce n'est pas un quelconque *esprit du hasard* qui les disperse, dans des directions opposées et à des vitesses différentes.

Il y a loin de la proximité à l'identité, surtout pour les hommes. Nous n'avons pas la même vision du monde, parce que ce n'est pas le même monde que nous avons vu, expérimenté. Aurions-nous été identiques au départ (ce qui n'est pas le cas, bien sûr), nous serions devenus aussi différents que nous le sommes en très peu d'années. Comme les billes, nous réagissons à la réalité, et aux autres.

L'école du *moi*

Nul ne niera qu'un nouveau-né ne manifeste aucune intelligence, ni aucune faculté supérieure qui pourrait le distinguer d'un autre petit mammifère.

Élevé loin du contact des hommes, il n'acquerra pas l'intelligence ni aucune des qualités humaines dont nous nous targuons complaisamment. À l'opposé, un gorille élevé comme un enfant n'égalera finalement jamais un être humain.

Nos capacités sont supérieures. Notre mémoire est supérieure, et notre intelligence jointe au langage articulé nous permet d'utiliser nos connaissances pour en fabriquer de nouvelles.

Nous savons tous comment l'apprentissage du langage commence. Un mot est associé à un objet au sens large (*maman, papa, une chaise...*), puis un autre à une qualité (*vert, grand, petit, chaud, froid...*), et progressivement le langage se met en place, presque tout seul, par l'imitation, la pratique corrigée, et l'être humain apprend à se représenter le monde par des mots.

Il peut décrire la réalité extérieure par des mots, mais également il peut exprimer ses besoins, communiquer sa douleur, son plaisir, si faibles soient-ils. Il apprend à parler de lui-même et il entend les autres le décrire comme un objet qui leur est extérieur.

La parole n'est jamais neutre. Les progrès sont encouragés, généralement par les **personnes nourricières**, *celles que l'enfant a appris à identifier à la fin de sa douleur et à la satisfaction de ses besoins, puis à un certain nombre de situations agréables*. Pour ces gens, généralement associés à quelque chose de positif, la progression dans l'apprentissage du langage est appréciée, récompensée, et leur opinion, leur approbation compte, synonyme de plaisir, alors que leur colère, leur mécontentement manifeste, sont au contraire associés à la douleur ou, au moins, à l'absence de plaisir.

La représentation de *l'objet qu'il est* va se trouver intimement associée aux plaisirs et aux douleurs, récompenses ou punitions qu'il aura suscités par sa conduite.

Fatalement, la constatation que tel comportement de sa part entraîne telle récompense ou l'inverse va infléchir sa conduite, dans la mesure où le plaisir, l'approbation, la récompense, sont plus recherchés que la douleur, la désapprobation, la punition.

La progression de l'enfant dans l'apprentissage du langage va lui permettre de décrire sa conduite. Il dira, par exemple, pour exprimer le déplacement de son corps vers la cuisine où le goûter l'attend : « *Je vais à la cuisine.* », et ses parents d'applaudir.

Le *je* est un moyen commode de désigner ce que l'on est, le corps que l'on occupe et l'influence que l'on peut avoir sur l'environnement, la réalité, le monde.

Ce *moi*, dont on apprend ainsi un jour l'existence, est l'objet d'un certain nombre de qualificatifs associés à des plaisirs ou à des douleurs :

intelligent-bête ; fort-faible ; rapide-lent ; supérieur-moyen-inférieur ; doué-peu doué ; propre-sale ; soigné-négligé ; courageux-paresseux ; courageux-lâche ; etc.

En tant que mots, les défauts nous ont été appris avec une *grosse voix*, pour mieux nous faire associer ces notions à quelque chose de *mal*, de *douloureux*, de *honteux*, alors que les qualités, dites avec le sourire* et une voix douce, sont positives et qu'on peut en entendre parler souvent sans se lasser.

* Il ne s'agit pas de la part du *professeur* de jouer une comédie didactique. Il est simplement naturel de nommer les qualités en manifestant notre approbation et de stigmatiser les défauts d'une manière particulière, dont nous reconnaitrons volontiers qu'elle peut être involontaire.

Quel que soit notre âge, entendre dire du bien de nous, c'est revoir en quelque sorte un sourire bienveillant de notre enfance, alors que les mauvaises paroles réveillent la douleur de souvenirs désagréables.

Pendant notre enfance, nous avons associé à un certain nombre de mots ce que devait être notre *moi* pour mériter autant que possible les plaisirs et fuir les désagréments. Il en ressort en chacun de nous une *image du moi*, à laquelle nous sommes habitués et sur laquelle nous nous appuyons tout au fil de notre vie.

Que notre *moi* puisse être une construction intellectuelle sans existence objective, à l'instar de la représentation que l'on pourrait se faire d'un *Âge d'or* révolu, ou d'une société future idéale, c'est bien le genre de question qu'il semble inutilement désagréable de se poser. C'est pourtant bien de cela qu'il s'agit dans les pages qui suivent...

La représentation de notre *moi*, si floue* soit-elle, semble d'autant plus solide qu'elle est intimement liée à une réalité à laquelle elle participe. Notre vision du monde est entièrement dépendante de notre conception de nous-même. Le monde fut bâti par nous, autour de nous, et son incontestable réalité nous rassurerait, si nous avions un doute, alors même que ses incohérences, sa folie, sont autant de pieds-de-nez à notre illusion.

C'est bien ou c'est mal

Toute notre éducation, toute notre formation intellectuelle est fondée sur les notions de bien et de mal. Chaque information mémorisée, chaque façon de la restituer, sont notées positivement ou négativement et nous sommes en permanence approuvés ou gourmandés, félicités ou moqués, montrés en exemple ou tournés en dérision. Chaque acte psychique passe à la moulinette du jugement et doit obtenir une note qui déterminera notre devenir intel-

* Plus notre opinion sur un sujet est éloignée de la réalité, plus il est difficile de la définir rationnellement, avec des mots précis, faute de montrer ses incohérences et sa nature illusoire. Il ne faut pas chercher plus loin les raisons de l'inexistence de toute information sérieuse et précise sur notre fonctionnement psychique global. Il s'agit pourtant d'un sujet qui nous touche de près...

lectuel. Tout plaisir est égophile, mais notre égophilie peut devenir perverse. Lassé de collectionner les mauvais points, l'élève met un point d'honneur à paraître plus nul qu'il n'est, de manière à s'offrir la satisfaction égophile de tromper son monde ou de faire rire, en sachant qu'il est toujours le manipulateur des rieurs, et donc leur supérieur...

Plus ou moins

À quel âge un enfant commence-t-il à apprendre les mathématiques ? Dès qu'il commence à comprendre ce qu'on lui dit et à parler.

Il ne lui est pas nécessaire de savoir compter jusqu'à trois pour connaître les signes + et -. Ne lui a-t-on pas dit, dès son plus jeune âge, et bien avant qu'il commence à comprendre qu'il était *plus mignon, plus gros, plus petit, plus vif, plus intelligent, plus souriant, plus sage, plus propre, plus gentil, plus gourmand, plus raisonnable, plus turbulent, plus sauvage* (remplaçons les *plus* par des *moins* et le panorama sera complet) ?

Dès qu'il commence à prendre conscience des autres enfants, la compétition commence. Elle se poursuit tout au long de notre vie et ne se termine qu'à notre mort. Supériorité et infériorité nous accompagnent, mais nous avons pris connaissance de ces concepts si tôt dans notre existence qu'ils font partie de nous – ils *sont* nous –, autant sinon davantage que le fait d'aller à la selle tout seul et d'être propre.

Nous avons gravé en nous le besoin de nous mesurer perpétuellement à autrui et, lorsque, décidément, la comparaison n'est vraiment pas en notre faveur, nous sommes passés maîtres dans l'art de nous trouver des *circonstances atténuantes* ou des *lots de consolation*, de manière à toujours *sauver l'honneur, sauver la face.**

Ainsi, si nous sommes moins forts, c'est que nous sommes plus jeunes (quand nous sommes enfants), ou plus vieux

* Lorsqu'il n'y a vraiment pas d'échappatoires, il reste toujours une *solution*, la haine, que nous étudierons plus loin.

(quand nous sommes adultes), ou plus petits, moins bien nourris, moins entraînés, ou tout simplement moins bêtes de nous fatiguer à des sports inutiles.

« *Plus on est grand, plus on est bête* » console l'enfant qui souffre d'une stature inférieure. Devenu adulte, « *Tout dans les muscles et rien dans la tête* » offre une compensation idéale à une certaine envie.

Nous comparer mentalement à autrui pour essayer d'en tirer un constat égophilement positif est un *sport* qui se pratique en permanence et sur une multitude de tableaux dont voici une liste ni ordonnée ni exhaustive :

la force ; l'adresse ; la souplesse ; l'endurance ; la résistance à la douleur, au froid, au chaud, à la soif, à l'alcool, etc. ; le sport ; l'intelligence ; les études ; l'éducation ; l'origine sociale ; la ruse ; la beauté ; l'art de s'habiller, de se maquiller, de se mettre en valeur, de décorer son intérieur ; l'argent, le salaire ; la manière de gérer son budget, de faire de bons placements, de bonnes affaires ; la culture musicale, littéraire, artistique ; la voiture ; la femme ; le mari ; les enfants ; le sens artistique et les *dons* ; les maîtresses, les amants ; la race ; le pays ; la région ; la religion, la piété, la générosité ; la santé apparente ou réelle ; l'appétit ; la résistance au vieillissement ; et même... les maladies ; les douleurs ; les infirmités ; les défauts corporels ou intellectuels ; les échecs ; les erreurs ; les délits, routiers ou non, et les crimes.

L'égophilie fait feu de tout bois.

C'est parfaitement logique, car elle est partout, et l'on peut dire qu'aucun de nos plaisirs n'est exempt d'égophilie, aucune de nos pensées ne manque de servir ce besoin.

Plus grand ou plus rare

Nous ne pouvons pas tous être les champions de quelque chose, surtout si nous nous comparons aux six milliards de nos contemporains. Par contre, plus nous restreignons l'échantillon comparatif, plus nos chances de mieux nous satisfaire égophilement augmentent.

Ainsi, **pour être VRAIMENT le meilleur écrivain vivant**, il suffit d'apprendre une langue morte et d'être le seul à l'écrire. Une poignée de gens dans le monde seront susceptibles de la lire, mais cela importe peu à l'égophilie, qui pourra pousser l'individu à trouver sincèrement cette langue plus belle que toutes les autres.

La volonté de s'isoler du reste du monde pour se persuader que l'on est **un être à part**, un individu d'autant plus précieux qu'il représente une espèce rare, en voie d'extinction ou même d'apparition (i.e. les *hippies*), n'est qu'une manière parmi des millions de satisfaire une égophilie inquiète qui trouve à s'épancher à l'abri des valeurs générales, normales, habituellement admises par le groupe social auquel on appartient.

Lorsque la compétition ordinaire a peu de chances de tourner à son avantage, la logique égophile peut faire de l'inadaptation la plus totale, qui met l'individu au ban de la société, une qualité. Différent du *vulgaire*, on peut finir par être *une élite à soi tout seul*. En se démarquant, en s'isolant de plus en plus, on devient un être unique, d'une rareté qui n'a plus de prix.

Un démon ?

Elle est tout ce que nous voulons qu'elle soit et bien d'autres choses :

Si demain je me dis que j'ai la plus belle paire d'oreilles qu'aucun être humain ait jamais arboré, je ne mettrai pas longtemps à éprouver du plaisir en constatant combien les pavillons auriculaires d'autrui sont pitoyables en comparaison.

Cette extrême malléabilité de l'égophilie en fait un instrument excessivement puissant. Elle peut s'appliquer à tous les domaines de l'activité cérébrale humaine, et son *adhésion* est immédiate. Elle est ainsi la part la plus dangereuse de notre intellect.

L'égophilie peut devenir le plus implacable tyran qui se puisse imaginer. Sa voracité ne connaît plus de bornes et

elle met nos vies en coupe réglée. Laisée à elle-même, l'égophilie n'est qu'**une insatiable soif de domination**.

Laisée à sa seule logique, elle n'hésite pas à nous monter contre nos proches, nos collègues et le monde entier, pour trouver à se satisfaire.

De même que l'argent peut s'obtenir de bien des façons, l'égophilie est un plaisir qui peut être atteint par n'importe quel moyen. **On peut parfaitement tricher pour l'éprouver** et se battre ensuite, pour la conserver, comme si elle était légitime.

Ce dévorant besoin de nous montrer plus fort, plus intelligent, plus malin ou même plus méritant qu'autrui, c'est elle !

Elle est parfois la négation d'autrui, le refus d'envisager la possibilité qu'il puisse nous aider à nous améliorer. Elle est la force de nos **certitudes**, ces connaissances (ou ces croyances) qui nous grandissent par la détention ou la fréquentation d'une part d'absolu, d'un morceau de vérité vraie...

Égophilies d'enfant

L'enfant apprend très vite l'importance de l'égophilie dans notre société.

« *Intelligent, mignon, vif, agile, robuste, courageux* » deviennent des qualificatifs recherchés chez le garçon, alors que la fille est plutôt encouragée à être « *raisonnable, propre, sage, coquette, gracieuse, élégante, distinguée, souple, courageuse, utile...* »

Les enfants aiment jouer pour gagner, ou pour montrer à un détour du jeu, leur talent, leur vitesse, leur intelligence ou une quelconque qualité qu'ils possèdent et dont ils sont fiers.

Peu d'enfants seraient gênés de se retrouver premiers en classe. Comme les premiers sont généralement stimulés pour le rester, il est fréquent qu'ils collectionnent les bonnes notes. Si, du jour au lendemain, leurs parents se désintéressent de leurs résultats scolaires, il n'est pas rare non plus de constater une chute sensible de leurs moyennes.

Tous les enfants qui ne sont pas premiers apprennent à se contenter de leur place, mais nul doute qu'un coin de leurs rêves contient des lauriers. À part quelques enfants rendus précocement antisociaux.

La place de *premier en gym* présente souvent un prestige supérieur à tout autre, parce qu'un garçon se doit d'être fort, de même qu'une fille doit être belle...

Dans tous les jeux d'imagination, avec de petites voitures et *des morts pour de rire* (sic), les enfants inventent des aventures contre des méchants, où chaque joueur est un héros, ayant l'occasion de montrer ses qualités intellectuelles ou physiques.

Les jeux de construction reviennent toujours à un étalage d'égo-phylie utile ou futile :

L'égo-phylie est utile quand il s'agit de construire un objet aux qualités intrinsèques de beauté, d'originalité ou d'ingéniosité. L'objet est le moyen de satisfaire l'égo-phylie mais ses qualités sont honnêtement décidées. Il importe plus à l'enfant de réussir une œuvre dont il sera satisfait, sûr d'en être l'auteur et d'en avoir tout le mérite, que d'en recevoir des félicitations.

À l'inverse, l'égo-phylie futile fait de l'objet un prétexte, pour obtenir le plaisir de la reconnaissance sociale. La fraude, le plagiat, seront employés pour aider, puisque l'honnêteté de l'œuvre et son caractère personnel n'ont plus d'intérêt. La satisfaction d'avoir réussi l'œuvre est inexistante à côté du plaisir des félicitations, seul attendu. Eventuellement, s'ajoute le plaisir égo-phile d'avoir trompé son monde, en volant des compliments immérités.

L'égo-phylie utile se résume par la phrase :

« Être grand par ce qu'on fait. »

alors que l'égo-phylie futile ne repose que sur l'illusion que l'on a de soi :

« Je suis grand, parce que c'est Moi, et tous les coups sont éventuellement permis pour que les autres le reconnaissent. »

De l'extérieur, on distingue *l'orgueil de la vanité*, mais, de l'intérieur, il s'agit d'un seul et même besoin, et il est bien rare qu'il ne prenne pas les deux formes quand la situation le permet. L'histoire personnelle de chacun ne permet pas toujours de rencontrer l'activité spécifique où nous serions capable de nous exprimer et de nous accomplir égophilement, sans avoir recours à des illusions qui rabaisent relativement autrui.

L'égophilie d'un enfant passe aussi par l'appartenance à un groupe, souvent une bande d'enfants auréolée d'un prestige particulier. S'y intégrer, c'est évidemment profiter du prestige, s'en approprier une part, comme par contagion. L'appartenance à une grande école, à un grand corps de l'état, à un club réputé, à une élite quelconque, n'offrent pas un plaisir égophile différent par essence de celui d'appartenir à une bande de quartier. Le monde se réduit à ce que l'enfant connaît, et une bande de minuscules chenapans offrent à ces yeux une présence infiniment plus grande que toutes les Institutions dont peuvent s'enorgueillir les *grandes personnes*.

Les trois modes de l'égophilie secondaire

Être

Il faut distinguer ce que nous pouvons être objectivement et ce que nous avons plaisir à être (ou à croire que nous sommes).

L'égophilie est le plaisir que l'on attache à **être quelqu'un**, ou plutôt à *vouloir l'être*. L'inventaire des qualités attachés à la personne physique et mentale est infini.

Nous pouvons être fiers de notre corps, en entier ou partiellement. Ainsi, *nos ongles, nos cheveux, nos dents, notre peau, nos yeux, nos mains...* peuvent faire l'objet de plaisirs égophiles ponctuels mais nous accompagnant tout au long de notre vie. La per-

sonne la plus laide du monde peut trouver qu'elle a de très beaux pieds et en tirer un plaisir égophile. Autant dire que nous avons tous au moins une partie de notre corps que nous trouvons supérieure à la moyenne, *aux autres*.

Une activité comme le culturisme exploite le plaisir que nous aimons avoir à nous trouver plus beaux que la moyenne, mais le simple fait de s'habiller en choisissant ses vêtements obéit à la même démarche. Nous ne prenons pas des habits au hasard, mais bien pour ressembler à un modèle auquel nous désirons qu'on nous identifie, qu'on nous compare, et que nous envions plus ou moins obscurément.

La démarche peut être positive ou négative. On veut être plus beau ou moins laid, plus conforme à l'image idéale qui correspondrait à notre plaisir égophile maximal.

Qui résisterait à la tentation d'un bon génie nous offrant de ressembler à un modèle de physique de notre choix ? Assurément seule une poignée d'hommes refuseraient et préféreraient garder leur enveloppe corporelle originale, et il y aurait de très grandes chances pour qu'ils se trouvent beaux ou soient précisément habitués à (et habités par) une égophilie supérieure portant sur des qualités plus intellectuelles, jugées moins superficielles.

Le verbe **être** est tout entier consacré à la représentation physique et mentale que nous aimons avoir de nous-mêmes.

Nous nous voyons comme des personnages extérieurs et nous nous jugeons un peu comme nous le faisons avec les autres, avec indulgence, aveuglement ou même sévèrement, en fonction des qualités que nous avons appris à associer à notre égophilie.

Être ne se distingue pas vraiment d'**avoir** dans la mesure où nous ne sommes qu'une collection de qualificatifs plus ou moins flatteurs, qui nous appartiennent comme autant d'objets et qui peuvent s'apprécier ou se déprécier pareillement.

Notre beauté physique va s'étioler comme une voiture qui se démode et prend de l'âge, mais la comparaison s'arrête là. Le com-

paratif permanent auquel nous nous livrons tout au long de notre vie nous permet de réactualiser nos critères (ainsi, en vieillissant nous serons certes moins beaux qu'avant mais, **pour notre âge**, nous continuerons à être remarquables) de manière à toujours rester au *top niveau* égoïste.

Nos connaissances, nos idées, elles-mêmes, sont des choses possédées qui nous grandissent plus ou moins ou peuvent nous faire honte, nous donner *mauvaise conscience* quand elles font l'objet de plaisirs incompatibles, partagées par exemple entre l'égoïste élémentaire et celle, plus sophistiquée, de vouloir se conformer à ce qui est bien, bon, noble et généreux...

Avoir

Avoir est le compagnon logique de **être**, et ce que nous avons, nous en sommes propriétaires. La possession nous grandit. Notre corps n'est plus limité à ce qu'il peut porter mais il a annexé une partie de la réalité à son service exclusif. Il peut n'en avoir pas besoin, et d'autres peuvent en manquer, il n'est pas obligé de prêter ce qu'il a. Il peut le détruire librement. Il peut même posséder d'autres êtres humains, ou, après l'abolition de l'esclavage, se contenter de louer leurs services. S'il a beaucoup d'argent, il peut même pousser beaucoup d'hommes à faire presque tout ce qui lui passe par la tête.

Le verbe **avoir** et la **propriété** semblent n'avoir été inventés que pour le plaisir de l'égoïste.

Être et **avoir** sont censés nous élever, nous grandir, et leur conséquence immédiate générale est d'abaisser autrui relativement.

D'aucuns diront que se grandir, ce n'est pas rabaisser les autres, mais les inciter à la grandeur. C'est une gymnastique mentale intéressante, mais qui ne tient guère compte des réalités économiques et humaines. Dans un monde parfaitement équitable et possédant des richesses infinies, une théorie semblable mériterait qu'on s'y attarde. Est-ce le cas sur Terre ?

Cette soif de possession qui nous fait préférer une BMW à une Peugeot, une villa à Saint-Tropez plutôt qu'à Nice, une bague en or à une autre en argent, un costume signé à un dégriffé, ce n'est pas *vraiment* une préférence rationnelle, c'est l'égophilie secondaire.

Ce qui nous fait choisir le dernier modèle et bouder l'ancien, ce n'est pas *vraiment* le besoin de progrès, c'est surtout la volonté de **rester dans le coup, d'être à la hauteur**, de conserver notre rang au sein d'une élite privilégiée censée représenter les hommes les meilleurs, les plus intelligents, les plus adroits à créer des richesses et à les faire fructifier.

Il nous faut égaler les meilleurs et surpasser les *losers*, les *pauvres types*, cette masse d'hommes qui sont censés valoir moins que nous et que nous méprisons plus ou moins froidement, lorsqu'il nous arrive de penser à eux.

L'égophilie renforcée, c'est aussi le plaisir des médailles, des titres honorifiques, de tous ces petits détails qui nous mettent au-dessus des autres, parce que nous n'avons pas d'égards pour eux et que notre sentiment de grandeur nous procure un plaisir intense.

Bien sûr, ces mots font un peu mal. Nous nous retrouvons à un moment ou à un autre dans ces phrases et nous éprouvons de la *mauvaise conscience*. Même si nous ne sommes pas de ces milliardaires dont chaque cuillère à dessert représente une semaine de SMIC, nous les envions un peu, confusément.

C'est bien le rêve de devenir plus proche d'eux qui pousse des millions de gens à jouer au Loto. Le monde est peuplé de riches et de gens qui aimeraient le devenir, regrettant de ne pas l'être.

Nous sommes tous conçus pour éprouver les mêmes jouissances égophiles de domination et l'éventuelle mauvaise conscience que nous pouvons éprouver à le reconnaître est la preuve qu'il subsiste en nous *quelque chose* qui nous fait sentir obscurément que **ce n'est pas bien**. N'est-ce que le souvenir d'une éducation, d'une morale judéo-chrétienne ?

Apprendre et faire (pour *être* ou *avoir*)

Dès que l'égoophilie secondaire paraît, l'égoophilie essentielle est reléguée à la seconde place. Elle ne sera plus qu'un plaisir accessoire, au service de l'égoophilie secondaire, mais elle restera d'une grande utilité si elle permet à l'individu d'apprendre tout ce dont il a besoin pour nourrir ses aspirations égophiles (forcément secondaires).

Le plus souvent, **faire** n'est qu'un moyen ou un prétexte pour **être** et pour **avoir**. On **fait** dans un certain but, mais lorsque ce but n'est plus présent à la conscience, il ne reste comme stimulant que l'encouragement de l'égoophilie primaire, et il faut qu'il soit là, sinon rien ne poussera plus l'individu à accomplir ce qu'il doit accomplir.

L'égoophilie primaire est un automatisme au service de l'individu, qui permet d'agir hors de la motivation à l'origine de la décision d'action, et qui permet de faire durer l'action le temps nécessaire à sa réalisation. En effet, l'égoophilie secondaire n'a pas la résistance et la constance de l'égoophilie primaire, puisqu'elle est rattachée à la notion de *moi*, qui n'a pas forcément un rapport direct avec l'action considérée.

Autrement dit, on peut vouloir écrire un livre poussé par l'aspiration égophilement secondaire de devenir un écrivain riche et célèbre, mais si l'on n'éprouve pas le plaisir (égophilement primaire) d'écrire, il faudra, à chaque phrase, à chaque ligne, se remémorer le plaisir espéré à la fin du livre (s'il est édité), pour pouvoir continuer le *pen-sum*, la corvée. Dans ces conditions l'œuvre paraîtra vite irréalisable...

Dans la vie de l'adulte, les grands objectifs sont directement la conséquence de l'égoophilie secondaire, mais leur réalisation peut passer par l'utilisation de l'égoophilie essentielle, c'est-à-dire des compétences bien comprises de l'individu considéré.

Les égophilies humaines

Autorité et timidité

Il n'est pas nécessaire d'apprendre à un enfant à dominer.

L'autoritaire obéit à une **égophilie futile**. Il ne se pose pas de questions sur la légitimité de son droit à commander. Il commande parce que c'est *lui*, et toute remise en question de ce fait est une attaque personnelle.

La qualité de son commandement et de ses décisions ne saurait être discutée par un inférieur. Il est naturellement infaillible, et si exceptionnellement il se trompait, d'une manière évidente, il se trouverait les meilleures excuses du monde et, à sa place, nul n'aurait pu éviter cette erreur, qui sera vite oubliée.

À l'inverse, la timidité s'acquiert, se développe. On dit des gens timides qu'ils sont orgueilleux. Qui ne l'est pas ? Certains hommes s'enorgueillissent d'avoir l'air modeste et semblent accepter les honneurs avec réticence. C'est un jeu. Le timide est un être paralysé par la peur de l'échec.

Le timide souffre d'une **égophilie utile**. Il sait que son égophilie ne se justifie que par ses actes, et ceux-ci sont écrasés par le risque qu'ils font courir. Agir, c'est risquer l'échec. Dès lors, l'inaction devient souvent préférable, inoffensive.

L'envie

L'égophilie est un besoin qui se reproduit, engendrant une invraisemblable marmaille, d'innombrables rejetons plus exigeants les uns que les autres qui envahissent tous les domaines de la vie, et se mettent à avoir une existence propre, douloureux d'envie tant qu'ils

ne sont pas satisfaits, et dès qu'ils l'ont été, prêts à se reproduire encore, pour former de nouveaux désirs, de nouvelles envies...

L'envie n'est qu'un besoin égophile qui reste à satisfaire, et qui est donc sur le versant douloureux.

Si son objet est réalisable, elle est mêlée à l'espoir de l'acquisition égophile d'une chose ou d'une qualité qui existe, que d'autres possèdent déjà sans doute, et dont on aspire à égaler la jouissance égophile qu'ils montrent ou que nous leur prêtons.

Si son objet est fortement improbable, l'envie se teinte automatiquement de haine. Le besoin égophile frustré engendre la réaction habituelle à toute égophilie contrariée, la *rancœur*, si, comme c'est souvent le cas, la haine ne trouve pas à se libérer par des actes agressifs*.

L'envie, comme toute égophilie, peut s'opposer à la nostrophilie ou avoir pour objet un but compatible, qui n'est dirigé contre personne.

La proportion d'égophilie dans la composition de tous nos besoins est évidemment très forte, et elle se calme rarement à l'idée que d'autres hommes ont moins que nous. Ce n'est jamais une raison valable pour ne pas regarder légèrement au-dessus de soi, pour grappiller quelques barreaux de l'échelle sociale où nous sommes perchés. La douleur de la stagnation ou de la régression est évidemment vive, et on conçoit que la majorité de nos contemporains soient moyennement heureux de leur sort, quel qu'il soit.

La haine est un plaisir

Qu'est-ce que la haine ? C'est de l'égophilie, qui, à tort ou à raison, se considère comme agressée, menacée, ou niée. Elle est naturellement tournée contre autrui, et elle fait du responsable de cette douleur, sa cible, un être mauvais, méchant, auquel on est pleinement en droit de faire du mal, en fonction d'une *justice* et d'une *morale universelle*.

* On peut à présent concevoir le malaise social d'un monde où la publicité suscite l'envie d'objets que seule une partie de la population peut s'offrir. Nous savons bien nous inventer des *lots de consolation* mais ils ont leurs limites...

Il peut s'agir de *légitime défense* ou d'attaques imaginaires dont on se croit l'objet. L'objet de la haine n'est pas attaqué n'importe comment, c'est sa propre égophilie qui est visée dans un premier temps, mais cela peut aller jusqu'à la destruction de sa personne physique. Le mépris est la première manifestation de la haine, et la participation de l'égophilie y est évidente.

Tout dépend de l'égophilie développée par le sujet actif. Si son appréciation de lui-même le situe largement au-dessus du reste des hommes, il peut fort bien se contenter d'un *souverain mépris*. De même, si la peur de la prison le maintient dans la stricte application des insultes de rigueur et l'empêche d'en venir aux mains.

La plupart du temps, la haine existe à l'état latent, moyen bon marché de se sentir supérieur, par abaissement relatif de l'autre.

La haine est un plaisir qui peut être gâché par de la mauvaise conscience. Paradoxalement, cette petite souffrance provoque une surenchère de l'égophilie, pour surmonter le désagrément, entraînant l'escalade en un cercle vicieux qui explique que la haine puisse monter aussi rapidement, sans raison objective proportionnée.

La réaction la plus humaine (et la plus naturelle) à la haine, c'est... la haine. On comprend mieux pourquoi la guerre est une activité aussi prisée chez l'être humain, la haine chez l'autre étant la meilleure justification de la nôtre.

L'être humain réagit comme une bête menacée, et l'instinct de conservation déchaînant l'agressivité, l'égophilie produit la haine.

Réaction de défense de l'égophilie, elle est un plaisir de *récupération*. Tout ce qui offense, contrarie l'égophilie, peut devenir un objet de haine. **À moins de parvenir à détacher l'égophilie de l'objet attaquant**, la haine est automatique.

De même que l'égophilie peut être un plaisir gratuit, n'ayant aucune justification réelle, la haine s'exerce souvent contre des hommes ou des groupes qui ne sont menaçants que dans l'imagination de celui qui les hait.

La haine est d'autant plus fréquente et intense que l'égophilie est plus fragile, injustifiée, résultant plus d'une vue de

l'esprit que d'actes réellement méritoires. L'égophilie chaotique appartient aux hommes qui trichent pour se faire plaisir, craignent qu'on le sache et se refusent à l'admettre.

La réaction la plus humaine à la haine, c'est la haine. Il faut une égophilie particulièrement solide pour résister à une attaque de haine autrement que par une attitude agressive, à moins d'être capable d'y répondre par de la nostrophilie, avec tout ce que ce que cela peut avoir d'héroïque...

Égophilie sans nostrophilie, la haine est une tentative d'augmenter le plaisir égophile en montrant à l'objet haï que dans l'échelle de valeur de son agresseur il est très bas. Comment, dès lors, une égophilie normale pourrait-elle réagir autrement qu'en renvoyant l'ascenseur ?

Le problème posé par ce genre de cercle vicieux, c'est que la première flambée de haine se trouve généralement justifiée *a posteriori* par la réaction de l'objet haï.

« C'est bien ce que je pensais, il me hait et me veut du mal. J'ai bien fait d'attaquer le premier. »

La réaction la plus salutaire à la haine serait de remédier au malaise de l'homme qui éprouve ce besoin, en lui prêtant attention et en lui témoignant de la compréhension. C'est le seul moyen de désamorcer cette attitude chaque fois qu'elle est injustifiée. Bon courage !

Le principe de l'exclusion

Les rats vivent en sociétés fermées et n'hésitent pas à tuer un congénère appartenant à une autre horde que la leur.

Certains primitifs se considèrent comme les *vrais êtres humains*, ceux des autres tribus et les blancs n'étant que des animaux bipèdes offrant une vague ressemblance avec l'espèce humaine.

Cette dernière attitude peut faire sourire, mais, si civilisés que nous soyions, nous pratiquons la même ségrégation à tout moment ! Traitons-nous tous les hommes de la même

façon ? Sans aller jusqu'au mépris cinglant ou à l'indifférence absolue devant la détresse d'autrui, nous sommes peu ou prou amenés à considérer notre entourage, nos collègues, nos compatriotes (surtout quand nous sommes minoritaires et éloignés du sol natal), nos coreligionnaires (quand nous sommes très pratiquants), nos parents, d'une manière radicalement différente et privilégiée, **par rapport à la masse des autres.**

Que dire des dizaines de milliers d'entre nous qui gagnent chaque mois, par leur travail, leur ingéniosité, ou par tout autre moyen, l'équivalent d'une ou plusieurs années de SMIC ? Peuvent-ils considérer les smicards comme leurs égaux ? Verraient-ils d'un bon œil leurs enfants épouser l'un ou l'une d'entre eux, et vivre ensemble en HLM, dans une banlieue ouvrière ?

Notre humanité est subdivisée en espèces presque indépendantes, et cela, **à l'infini.** En France, par exemple, chaque individu, si inférieur puisse-t-il paraître aux yeux des gens les plus aisés, a besoin de croire que d'autres hommes lui sont inférieurs, et le phénomène du racisme puise là sa principale explication.

Inférieur ? On ne pense généralement pas de cette manière. L'habitude est de définir un certain nombre de gens comme des *méchants* (version édulcorée), ce qui fait de soi, implicitement un *bon*, quelqu'un de *meilleur*. S'il ne s'agit pas là de supériorité au moins morale...

Le racisme

Si l'on accepte l'hypothèse que nous sommes tous plus ou moins possédés par un besoin égophile, qui nous pousse à désirer dominer notre environnement, il faut bien admettre qu'il existe des catégories entières de la population auxquelles il faudrait des trésors d'imagination pour être satisfaits égophilement.

À quoi sert l'argent ? Il est censé récompenser la valeur sociale des individus. On peut lui refuser cette définition, et le restreindre à la valeur économique, indépendamment des qualités person-

nelles, de la *valeur humaine*. Ironiquement, on peut être ainsi sans ressources ni domicile et avoir une valeur humaine intacte. En théorie.

La pratique n'a pas besoin de discours. Une proportion importante de la population vit avec un déficit égophile permanent, qu'elle cherche à éponger dans l'égophilie d'emprunt (romans, et surtout, télé) ou dans les drogues (alcool compris).

Obligé de rogner sur tous ses budgets de dépenses pour ne jamais réussir qu'à imiter de très loin le modèle de vie que présente notamment la publicité, l'individu économiquement inférieur vit souvent dans un état permanent de frustration, où chaque geste lui rappelle que la valeur humaine se ramène le plus souvent à la valeur économique.

Comment accepter de gaîté de cœur de se reconnaître parmi les êtres les moins importants de la société ?

L'homme économiquement inférieur n'est pas humainement inférieur, mais de même qu'on le considère *de facto* comme tel, il lui faudrait une force d'âme supérieure pour ne pas céder à la tentation que présente la haine.

Elle est la solution magique pour transformer la douleur de l'égo-phobie contrariée en une source de plaisir. Elle peut prendre n'importe qui ou n'importe quoi pour cible. Ce peut être la contestation de l'ordre établi, la délinquance, ou une quelconque forme de xénophobie.

Lorsqu'on est sur l'échelon (économique) le plus bas d'une ethnie, il ne reste plus comme motif de satisfaction égophile que l'appartenance à cette ethnie. Le moyen le plus pratique d'en faire une ethnie supérieure, c'est de juger les autres comme étant inférieures.

Le racisme procure un réservoir d'hommes à mépriser, à haïr, et à rendre responsables de tous les malheurs que l'on veut, à cause de leurs traditions, de leur culture, de leur mentalité, ou tout simplement de leur hérédité. L'homme qui fait l'objet du racisme est affublé de défauts répugnants ou seulement d'égoïsme et de malhonnêteté, selon les

formes de racisme. Il ressort implicitement que le raciste est en comparaison quelqu'un d'estimable, d'honnête, doté de qualités relatives que l'on n'aurait sans doute pu déceler autrement, mais qui ressortent **par contraste**.

Le raciste est fondamentalement un homme qui souffre d'un problème d'égophilie inassouvie. L'attachement de l'immigrant à ses racines ne fait que renforcer l'hostilité raciste, puisqu'il s'agit d'égophilie incompatible, contradictoire. Le raciste se voit concurrencé par des hommes qui, n'ayant pas les mêmes centres d'intérêt, nient la valeur des plaisirs qu'il peut s'offrir. Ils apportent avec eux leurs propres valeurs pour lesquelles il existe aussi peu que dans la société ordinaire.

Il souffrait déjà de sous-existence ; sans le racisme, il croirait tomber dans la non-existence. Le racisme fait de lui un chevalier des valeurs occidentales, un croisé, un homme courageux défendant des principes sacrés contre les hordes d'envahisseurs aux mœurs forcément barbares. Où trouver la force de résister à pareille tentation ?

Pourquoi tous les smicards ne sont-ils pas contestataires ou racistes ? Malgré tout, il existe des individus dont l'égophilie a trouvé à s'investir dans une occupation ou une appartenance jugées supérieures ou qui ont de faibles besoins égophiles.

Ils peuvent d'autant mieux parvenir à un certain bonheur que leur situation n'est désagréable égophilement que d'une manière relative : si l'on veut bien considérer les conditions de vie des ouvriers du siècle dernier ou des habitants du Tiers monde, celles des prolétaires occidentaux contemporains sont hautement privilégiées.

Si seulement on pouvait se couper du spectacle de la publicité et des *autres*, on pourrait être pauvre et égophilement heureux. C'est la comparaison forcée qui rend les choses désagréables.

Le malheur égophile

Combien d'entre nous ont *tout pour être heureux* mais reconnaissent aussi qu'ils sont loin de l'être. Ils se jugent avec sévérité et souffrent de leurs imperfections, de leurs défauts et de la situation dans laquelle ils sont, tout en se reconnaissant pleinement responsables de leur sort.

L'image égophile à laquelle nous aimerions correspondre est tellement difficile à atteindre qu'elle est perpétuellement hors de notre portée. Notre exigence égophile, impossible à atteindre parce qu'inadaptée à la réalité à laquelle nous sommes confrontés, peut se transformer en frustration douloureuse. Bien sûr, l'acuité de notre prétendue lucidité nous satisfait passablement, mais la frustration est globalement supérieure en intensité.

Une telle situation dégénère en général assez rapidement. L'individu contrarié ne tarde pas à reprocher la situation à son entourage, voire au reste du monde, ce qui jette naturellement dans ses relations sociales un froid peu susceptible d'améliorer les choses.

La haine d'autrui pris comme bouc-émissaire entraîne des réactions haineuses de la (ou des) cible (s), qui viennent à point justifier *a posteriori* les accusations et la haine émises précédemment avec des motifs seulement supposés. Le cercle vicieux est refermé.

Le seul bon moyen de sortir de la situation est la prise de conscience de son absurdité et l'abdication de l'égophilie d'un des protagonistes principaux. *Ravaler son orgueil et faire le premier pas*, ce n'est pas très facile, d'autant que personne n'accepte de se reconnaître de responsabilité décisive et que *nous sommes tous parfaits...*

La crise d'égophilie

Une égophilie qui n'est pas attelée à la réalisation d'un projet à la mesure des aspirations de l'individu ou comblée par la vie est susceptible d'accumuler peu à peu rancœur et griefs, et se dégorgera tout à coup, brusquement, déclenchée par une vétille.

L'individu en proie à la crise d'égoophilie se mettra à invectiver haineusement, furieux, sourd à tout appel à la raison ; si le protagoniste n'est pas solidement ancré dans une égoophilie satisfaite et sereine, il ne pourra s'empêcher de subir une crise semblable, répondant sur le même ton, alimentant une mayonnaise infernale, jusqu'à des sommets parfois délirants de violence meurtrière. La scène de ménage est un exemple typique de crise d'égoophilie.

Si les paroles n'ont pas atteint des sommets dans ce que l'égoophilie d'autrui peut supporter, les choses finiront par retomber en quelques heures, et l'on pourra même reconnaître ses torts, dans la mesure où ils sont souvent insignifiants.

S'il n'est pas vraiment possible de répondre à une crise d'égoophilie, le plus sage étant de laisser passer l'orage, il est très possible d'éviter ce genre de phénomène : il suffit de nourrir l'égoophilie en question d'une manière suffisante et régulière. On peut imaginer de petites attentions, le mieux étant toujours de s'atteler à quelque projet *important* (pour l'individu).

L'égoophilie, pousse-au-crime

La frustration (égoophile) due à la valorisation (économique) des individus par l'argent est la principale cause de délits et crimes. La délinquance et la criminalité sont des phénomènes psychiquement "justifiés", des réactions normales à des situations sociales douloureusement ressenties.

C'est rarement pour se procurer de quoi vivre une vie ordinaire d'ouvrier (pour cela il suffisait de travailler – quand il y avait de l'emploi...) que l'on devient délinquant, *a fortiori* criminel.

La vie en société implique un certain nombre de règles morales et juridiques, et dans un régime politique démocratique et consensuel la loi se doit d'être conforme à la morale.

Le délinquant refuse d'adhérer à la morale commune parce qu'il se sent exclus, qu'il entre dans le jeu avec un handicap insurmontable, et qu'à moins d'avoir une chance statistiquement improbable, il est condamné à occuper toute sa

vie une place inférieure dans la société. La situation lui paraît d'autant plus injuste qu'il sait que des milliers de gens bien installés n'ont eu aucun effort particulier à fournir pour obtenir le statut privilégié qui est le leur, qu'il leur a suffi de naître, de grandir et de suivre la voie toute tracée qui s'offrait à eux.

Le délinquant refuse de jouer un jeu où il se trouve occuper arbitrairement la place du dernier. Il importe peu que les privilégiés qu'il envie soient 10 % ou 60 % de la population, si lui-même appartient aux 5 % de malchanceux.

Bien sûr, tous les jeunes défavorisés ne deviennent pas délinquants, et il n'y a pas que des pauvres qui commettent des crimes ou des délits. Quelques-uns mettent toute leur égophilie à tenter de surmonter leur handicap, et certains y parviennent. On comprend l'amertume de ceux qui échouent, et ils sont nombreux. Leur haine de l'injustice sociale n'en sera que plus forte. Certains baisseront les bras et choisiront l'alcool, la drogue ou le suicide, fuyant une vie où ils n'étaient pas les bienvenus. D'autres prendront le chemin de la révolte.

Si la société n'offre aucune possibilité d'épanouissement à la hauteur des aspirations égophiles qu'elle a suscitées en nous, on peut vouloir choisir une morale parallèle, où notre intelligence, notre débrouillardise, notre cran et notre endurance, pourront être appréciés. Hors-la-loi, on ne demande ni diplôme, ni bonne éducation, et quand on a l'habitude d'être un exclu, la morale délinquante peut sembler la seule logique possible.

Le délinquant peut être seul contre toute une société. Son attitude mentale n'est pas plus anti-humaine que celle de l'homme qui joue au loto en espérant être **le** gagnant aux six bons numéros. C'est la même égophilie de l'homme le plus important du monde, **soi-même**, contre la masse des *autres*.

Les autres ont beau être plus nombreux, ils peuvent tous se casser la jambe, nous ne sentirons rien.

Les monstres ?

Les hommes que nous considérons comme des monstres ne manquent pas dans nos rangs, et ce n'est pas un hasard. Nous fabriquons des monstres sans le savoir, et chacun d'entre nous a été ou est très près d'en devenir un.

Les lecteurs qui douteraient de cette assertion n'ont qu'à se remémorer l'épisode hitlérien où les peuples autrichien et allemand ont sombré dans la haine égophile la plus délirante avec les sinistres résultats qu'on connaît. Ce n'était que l'application de la logique raciste poussée à l'extrême.

La plupart des *monstres* sont des individus ordinaires, qui ont réagi normalement à un environnement qui ne l'était pas. N'importe lequel d'entre nous aurait agi exactement comme eux, *s'il avait vraiment été à leur place.*

Qu'y a-t-il d'étonnant à ce que dans un monde valorisant l'égo-phylie, certains individus veuillent s'élever au-dessus de toutes les lois juridiques et morales, pour le seul plaisir de croire à leur supériorité? Tout le monde ne peut pas être président de la République, mais combien de milliers ou de millions de personnes s'en estiment dignes, alors que la vie ne leur a pas donné les moyens et les occasions de briguer ce poste, avec un minimum de chances de l'emporter?

Tuer, donner la mort, à un faisan, à un lion ou même à un homme, c'est se donner une satisfaction égophile, exercer une puissance destructrice censée nous élever au-dessus de notre réalité. C'est aussi le plaisir de la haine exercée contre un autre être, et nous éprouvons le besoin de la justifier, pour ne pas trop déroger à la morale judéo-chrétienne.

« C'est pour manger... C'est une sale bête... C'est un ennemi... »

Le *monstre* est tout aussi capable de gymnastique intellectuelle. Il ne s'avouera pas son besoin égophile. Il se contentera de poser comme hypothèse que tous les hommes sont ses ennemis, et... il tirera dans le tas, avec l'illusion de la légitime défense et avec plaisir! Il est fou? C'est une manière commode de voir les choses. Il est

juste allé trop loin dans le décalage avec la réalité que nous entretenons tous, au sein de notre image de nous-mêmes.

Le chasseur (qui n'est pas un monstre) a besoin de croire que les animaux qu'il tue ne souffrent pas de la même manière dont il est capable de ressentir une souffrance physique ou la menace de sa mort.

Y a-t-il une plus grande manifestation de puissance d'un être envers un autre que de lui donner la mort, le priver de tout ce qui fait son existence ?

S'il n'y avait pas la prison, les menaces sociales, combien d'hommes iraient au bout de leur logique égophile pour imposer impunément leur soif de supériorité, en ôtant à d'autres toute possibilité de nier cette croyance si douloureusement nécessaire ?

L'autre est un faire-valoir

Nous résistons rarement au petit plaisir de nous mettre à la place d'autres gens, pour les juger. Comme si nous pouvions les comprendre, quand nous ne nous comprenons pas nous-mêmes. Détachés de leur contexte, les actes d'autrui ne tardent pas à nous sembler monstrueux, ignobles, ou simplement stupides, et nous jouissons alors d'un des plaisirs humains les plus répandus, que nous pourrions appeler *la vantardise indirecte*.

« *Un tel est stupide, il s'habille mal, il sent mauvais, il est paresseux...* » ne signifie rien d'autre que : « *Comparé à lui, qu'est-ce que je suis intelligent, bien habillé, agréablement parfumé et courageux... !* », mais la seconde formule nous paraît trop directe, trop franche, choquante, alors que la première est un plaisir à pratiquer en collectivité.

Une touche de blanc

Dans ce portrait de l'égophilie, et, donc, de l'humanité, qui est fortement teinté de gris plus ou moins foncé, la tentation était grande d'en rajouter, ne serait-ce que pour paraître soi-même (l'auteur) plus blanc en comparaison.

Rendons justice à l'égophilie secondaire. Sans elle, l'homme serait encore dans des cavernes à chasser les bêtes féroces, et si nous lui devons nombre de désagréments, elle est aussi la seule responsable des œuvres les plus importantes de l'esprit humain et des progrès scientifiques, qui nous ont donné notre niveau de confort actuel.

Elle est un stimulant, et à vouloir nous hisser plus haut que le voisin, nous lui apportons parfois quelque chose qu'il peut être satisfait d'avoir.

Sur le plan de la réalité, nous n'existons que par ce que nous apportons, et non par ce que nous empruntons le temps de notre vie. Si l'œuvre (le travail) est une manière de grandir notre participation à la réalité qui ne nuit à personne, mais peut au contraire profiter à tous, le consensus d'exigence illimitée de possession matérielle est une folie qui mène logiquement à l'appauvrissement d'une part croissante de la population et à son malaise égophile.

Il y aurait donc une bonne égophilie secondaire, **l'utile**, et une mauvaise, **la futile**. La connaissance de cette distinction permet seule la possibilité d'un choix raisonné et raisonnable, même s'il est entendu que tous nos choix sont illusoire.

Chapitre 14

La nostrophilie

Présentation

En bref, la nostrophilie est le besoin, le plaisir, que nous pouvons éprouver à agir de manière désintéressée, à *faire du bien à d'autres que soi-même*, et son corollaire, la douleur éprouvée à la souffrance, d'autrui, ce que nous appelons aussi la pitié.

Comme tout besoin, la nostrophilie a deux versants plaisoriels, positif et négatif. Dans le cadre limité de cet ouvrage, nous aborderons essentiellement l'aspect le plus méconnu, le plaisir nostrophile.

S'il parvient à une compréhension globale de ce livre, le lecteur pourra extrapoler aisément pour appréhender le phénomène de la pitié.

La nostrophilie est rarement reconnue pour ce qu'elle est.

La *charité* n'implique pas nécessairement une motivation *plaisorielle* nostrophile chez celui qui la pratique. On peut exercer une activité charitable et s'y ennuyer, ou s'y contraindre.

L'individu peut vouloir se montrer digne de préceptes vertueux, considérés comme une règle morale à laquelle il convient de se plier, ou parce que dans son milieu social ce sont *des choses qui se font*. Sous une apparence nostrophile, nous entrons de plain-pied dans le chapitre précédent.

Dans les sociétés prétendument rationnelles où nous vivons, la nostrophilie a besoin d'être justifiée. Autant l'égophilie se passe d'excuses, d'explications, et s'étale fièrement pour ce qu'elle est, autant la nostrophilie a honte d'être un plaisir. Qui la reconnaît comme telle ?

Imaginez un seul instant un jeune homme aidant régulièrement des personnes âgées qui avouerait :

« Je les aide, parce que je prends mon pied à leur donner un coup de main ! C'est extra de les aimer, meilleur que d'aller au cinéma ! » Du cynisme ? Non, mais, indéniablement, quelque chose nous gêne dans cette déclaration...

Qu'est-ce qu'un homme foncièrement bon, sincèrement généreux et désintéressé ? C'est assurément quelqu'un d'une haute valeur morale, mais du point de vue psychique ?

C'est un homme que les circonstances de son existence ont amené à éprouver le plaisir de la nostrophilie dans toute son intensité. Il a été conduit à poursuivre dans cette voie, qui lui donnait plus de satisfaction qu'aucune autre.

La nostrophilie est le meilleur plaisir mental qu'il nous soit possible de connaître. Pourtant, nous l'éprouvons rarement, *comme s'il était préférable pour tous de nous montrer mutuellement indifférents ou hostiles ?*

La nostrophilie animale

La nostrophilie est l'instinct social des animaux qui les oblige à traiter de manière privilégiée un animal de leur propre espèce, ou de leur groupe social.

L'individu n'ayant de sens pour la vie que comme représentant et propagateur de son espèce, celle-ci a logiquement une importance prioritaire. Puisqu'on ne saurait contraindre un animal *libre* à un comportement purement désintéressé, l'intérêt de l'espèce est assuré par un plaisir et une souffrance mentales spécifiques.

Pouvons-nous parler d'*amour* pour un animal ? Un chien aime-t-il son maître, focalisant tout le potentiel désintéressé dont il est capable sur un animal qui n'est même pas de son espèce, *mais qu'il a adopté comme tel ?* Ou est-ce seulement son intérêt alimentaire bien compris ? Tous les propriétaires de chiens répondront.

Combien d'anecdotes sur des animaux bravant la mort, la souffrance (et, donc, apparemment, la Règle), pour leur maître, ses enfants... Autant de coïncidences sans signification ?

Cet *amour*, que nous sommes capables d'éprouver, nous le partageons avec les animaux supérieurs, au même titre que la respiration, et si nous sommes *supérieurs*, ce n'est pas la nostrophilie qui nous a permis de réaliser les progrès techniques dont nous sommes si fiers, du Château de Versailles à la Pyramide du Louvre...

Il va de soi que la nostrophilie animale est surtout développée chez les animaux les plus sociaux. Ainsi, davantage chez le chien que chez le chat.

Qu'en est-il chez une espèce de primate comme l'homme ? Nous ne devrions rien avoir à envier au chien, d'autant que nous n'étions pas des prédateurs naturels, pourvus de crocs, de griffes, et d'un féroce appétit de chair fraîche. Quel chemin avons-nous parcouru depuis nos origines !

Certains hommes ont (heureusement ?) pu nous montrer que nous étions capables d'éprouver une nostrophilie assez forte pour sacrifier notre propre vie.

Nous avons, inscrit dans nos gènes, le besoin de considérer d'autres êtres comme des proches, des amis, d'estimer leur existence comme une priorité juste après la nôtre, dans la mesure où ils ne constituent pas une menace.

Pour cette dernière raison, la nostrophilie doit être subordonnée à l'égophilie : *l'autre n'a logiquement droit à notre attention que si nous avons tout le nécessaire.*

Le développement égophile démesuré de la notion de *nécessaire* nous entretient dans un état de manque permanent qui limite parfois la nostrophilie à des proportions dérisoires, et, finalement, sous prétexte d'éprouver de petites jouissances égophiles de possession, nous nous privons peut-être des plus grandes que nous puissions connaître.

Pas question d'animaux-martyrs qui se sacrifieraient les uns les autres dans une ronde folle ! Nous ne sommes certainement pas égaux devant l'égophilie et nos expériences différentes nous éloignent encore plus les uns des autres. Certains hommes ont découvert l'ultime plaisir de la nostrophilie et ont donc décidé d'y consacrer leur vie. D'autres, plus nombreux, s'engagent très tôt dans la

folle course de l'ambition, où l'égoophilie réclame sans cesse de nouvelles proies, de nouvelles récompenses, et où la proportion des déçus est impressionnante.

Dans la mesure où l'Inconscient n'est pas un organe intelligent, mais une machine fonctionnant selon ses expériences passées, il peut rencontrer et faire éprouver régulièrement le plaisir de la nostrophilie à la conscience, sans comprendre, sans apprendre la manière de le procurer systématiquement, tellement les automatismes de l'égoophilie personnelle sont bien implantés, et les contrariétés qu'ils engendrent empêchent la jouissance nostrophile.

L'amour vrai ou faux

L'amour, tel que nous en entendons le plus parler, est d'abord une attirance physique, liée au plus grand plaisir physique que nous puissions connaître. C'est ensuite un immense terrain de chasse pour nos égophilies. C'est enfin un morceau de nostrophilie dirigé, isolé dans un océan d'hostilité, d'indifférence.

Qui accepte d'aimer l'autre autant que lui-même, et de faire le bonheur de l'autre éventuellement au prix de quelques sacrifices ?

L'*amour* n'est parfois qu'un échange de bons procédés, deux égophilies satisfaites l'une de l'autre, qui tirent un profit mutuel de leur association. Calculs froids et intéressés, qui poussent deux êtres à associer leurs destinées, l'*amour apparent* ne tiendra pas toujours longtemps ; il ne résistera pas à d'autres rencontres plus prometteuses, plus flatteuses. Il ne faut pas aller chercher plus loin le taux important de divorces, à présent que la morale et la religion ne s'y opposent plus autant.

Un plaisir honteux ?

À part chez quelques individus exceptionnels, volontiers qualifiés de *saints*, la nostrophilie est un besoin caché, qui s'avoue rarement et qui est, chez nombre d'entre nous, davantage présent comme source de douleur que de plaisir.

La nostrophilie, c'est aider quelqu'un à traverser la rue, rendre service à un inconnu que l'on ne reverra jamais plus, sans espoir de gratification, de compliments, pour le simple plaisir qu'il y a à agir gratuitement et qui peut être immense, supérieur à toutes les jouissances égophiles du monde.

La nostrophilie est un plaisir naturel, dont il faut bien avouer qu'il n'est pas très prisé dans nos sociétés occidentales. Notre éducation est très souvent un conditionnement destiné à nous durcir, à nous insensibiliser, et à nous faire accepter le monde actuel comme une réalité saine et nécessaire. On limite la nostrophilie au maximum, tout en valorisant l'égophilie individuelle, la compétitivité, la réussite sociale, l'argent, qui sont à l'opposé de l'attitude désintéressée de la nostrophilie.

Difficile de parler de nostrophilie sans entrer dans une certaine mièvrerie aisément ridicule. La nostrophilie a mauvaise presse. Quelqu'un de foncièrement généreux est communément tenu pour un *pigeon*, dès lors qu'il donne autre chose qu'une part de superflu. La dureté et l'égoïsme sont considérés comme des qualités nécessaires à la réussite en société. La conséquence logique de ces *valeurs* est le monde où nous vivons, avec un taux de haine qui se porte magnifiquement, et une population grande consommatrice de tranquillisants.

Mère Thérèse, l'Abbé Pierre, et les milliers d'anonymes qui donnent leur temps pour aider les hommes qui en ont besoin, sont motivés et récompensés par le plaisir de la nostrophilie. Il est toujours difficile de démêler la part d'égophilie qu'il peut y avoir à faire le bien quand on est une vedette, quelqu'un de connu, ou même l'intérêt bien compris, pour les hommes politiques. Les anonymes, les obscurs, les sans-grades des organisations caritatives, n'agissent pas toujours pour s'acheter une part de paradis, mais simplement parce qu'ils éprouvent de la joie à rendre service et à se dévouer sans compter, sans arrière-pensée. Bien sûr, cette joie de donner son temps et de faire plaisir n'est pas de même nature que celle d'être nommé Directeur général, reçu à l'ENA ou décoré de la Légion d'Honneur. De là à en nier l'existence ou à la tourner en dérision*, il n'y a encore une fois qu'un pas...

* Cf le passage sur le rire, dans le prochain chapitre.

La mauvaise conscience que nous pouvons tous éprouver en face de la misère d'autres hommes, c'est aussi la nostrophilie, mais il s'agit d'une douleur. Comme un besoin de nourriture, la nostrophilie nous tord l'encéphale en une douleur sourde, qu'il nous est toujours possible d'étouffer ou de compenser en nous refermant un peu plus sur nos plaisirs égophiles.

Il est des religions qui prônent partiellement le désintéressement et l'amour universel, mais leur message feutré est nettement étouffé par la réalité d'un monde où leur influence décroît tous les jours.

Les *lois* de l'hospitalité

Dans de nombreuses régions du monde, l'hospitalité est à la fois un plaisir et un devoir. Il ne s'agit pas seulement de se distraire au contact d'un étranger, mais d'une tradition nostrophile réelle. Remarquons qu'elle se perpétue particulièrement dans les pays les moins développés, alors que la méfiance envers les étrangers est solidement installée dans les pays riches.

Le « *nous* »

De la même façon que le *moi* fait l'objet d'une construction intellectuelle, il y a aussi en chacun d'entre nous une construction mentale que nous pourrions appeler le *nous*, une sorte de *moi pluriel*, qui décrit les êtres vivants que nous estimons nos frères, nos semblables, et dont la souffrance nous fait réellement souffrir.

Il ne faut pas confondre (et nous ne confondons pas) les hommes dont le sort nous est totalement indifférent, pour lesquels nous ne faisons rien, sinon hocher la tête en déclarant que *c'est bien malheureux*, et ceux qui suscitent de notre part une action de partage de notre temps, de nos biens matériels ou des deux. Ainsi, pour un Français ordinaire, moyen, on peut dire que le sort d'un Roumain importe davantage que celui d'un habitant du Mozambique.

Les souffrances du chien de la maison comptent le plus souvent davantage que celles de beaucoup de compatriotes. Il appartient au cercle familial, et si on l'aban-

donne parfois au bord d'une route en partant en vacances, ce n'est pas sans un petit pincement de cœur : il appartenait à notre *nous*, et son expulsion du cercle nécessite une gymnastique mentale, où l'on ne manque pas de faire ressortir l'intérêt supérieur d'autres membres du *nous*, pour justifier l'acte.

Le *nous* est une construction où l'on admet les autres à proportion de la parenté, de la ressemblance que nous leur supposons, à notre égard ou à celui des membres qui appartiennent déjà au *nous*. Il va de soi que le *nous* dépend étroitement du *moi*, et des jugements qu'il contient.

Le *moi* est un édifice essentiellement égophile. Plus les aspirations égophiles ont été satisfaites, et plus elles sont fondées sur des réalisations indéniables, plus elles sont solides et peu susceptibles d'être contrariées par l'existence ou l'expression d'autres hommes. Notre *nous* peut alors s'ouvrir le plus largement du monde, à toute l'humanité, voire à toutes les formes de vie terrestre.

Au contraire, plus nous cultivons l'illusion que nous sommes des individus exceptionnels, hors du commun, dont les qualités ont été le fruit de nos seuls efforts, de notre seule volonté, et dont le mérite appelle toutes les jouissances, les récompenses et le luxe disponibles, alors notre *nous* exclura tous les hommes qui menacent notre rêve de perfection personnelle, tous ceux qui récuse nos valeurs, notre situation sociale, et l'ordre d'un monde où nous avons une si bonne place.

Le raisonnement sera simple : *« De la même façon que nous avons mérité notre sort, les malheureux méritent le leur. Leur paresse, leur manque de volonté, leur crasse, leur passivité et l'ignorance dans lesquels ils se sont complus, sont les témoignages de leur infériorité réelle, et ils méritent leur misère, leurs souffrances, comme nous avons gagné notre luxe, parce que le monde est juste, bien fait, et qu'il récompense la valeur des individus. »*

Ce discours, peu charitable en regard d'une certaine morale, est celui de la majorité de nos contemporains des

pays développés. Il faut toutefois préciser que ce sont les mots d'une personne à l'égophilie satisfaite, comblée par les événements, ou plus simplement, qui se satisfait de son sort. S'ils se penchaient un peu plus sur la réalité de la vie des hommes du Tiers-Monde, 95 % des habitants des pays développés pourraient tenir ce discours, mais nous avons généralement nos regards, et nos aspirations égophiles, tournés vers le haut, de sorte que nous souffrons égophilement de ne pas jouir du confort qui récompense d'autres hommes dont nous nous estimons (au moins) les égaux, *et dont notre société de consommation ne nous cache pas l'existence dorée.*

Selon un aveuglement sélectif, le plaisir nostrophile récompense les actes désintéressés adressés aux éléments du *nous*, l'extérieur recevant au mieux indifférence, et dans de nombreux cas, une hostilité plus ou moins manifeste.

Si notre *moi* est garni d'aspirations égophiles que nous n'avons pu (pour quelque raison que ce soit) satisfaire, si nous ne le réorganisons pas, nous souffrirons d'une contrariété égophile douloureusement chronique. Nous ne pourrions nous empêcher d'éprouver une sourde rancœur envers le reste du monde, et le *nous* se resserrera autour de notre *moi* comme une peau de chagrin.

Comment pourrions-nous plaindre autrui, quand nous nous trouvons nous-mêmes tellement à plaindre ?

Nostrophilie et égophilies

Quel rapport y a-t-il entre la nostrophilie et l'égophilie ? Tout semble opposer ce plaisir que nous éprouvons à nous grandir ou à nous croire grands, et celui que nous éprouvons en aidant et aimant les autres d'une manière totalement désintéressée. Pourtant, notre nostrophilie est liée à notre égophilie comme à une mère, et c'est bien de cela qu'il s'agit. De notre égophilie personnelle naît notre nostrophilie et nous pourrions dire : *Telle égophilie, telle nostrophilie.*

De même que nous ne sommes pas fiers des mêmes choses, des mêmes qualités, des mêmes actions, nous n'aimons pas les mêmes hommes.

Ainsi, alors que les malheurs des enfants du Tiers-Monde peuvent laisser certains d'entre nous de marbre (« *Ils n'ont qu'à pas se reproduire comme des lapins...* »), nous pouvons pleurer aux déboires de telle équipe sportive, de tel politicien, de telle vedette, de telle princesse, et les aimer comme s'il s'agissait de membres de notre famille, et même, parfois, mieux. Comment est-ce possible ?

Le même phénomène se produit envers les animaux : ils sont paradoxalement plus faciles à aimer que des hommes. Comme les images des magazines et des téléviseurs, les animaux ne nous parlent pas personnellement de nous-mêmes, et nous ne courons donc pas le risque personnel d'encourir une contrariété égophile.

Il est difficile à un coureur cycliste couvert d'étiquettes de marques d'apéritifs de stigmatiser l'alcoolisme devant une caméra de télévision, et un chat qui dort vingt heures par jour ne donnera de leçons de courage à personne.

Plus les circonstances de nos vies nous ont amenés loin des aspirations égophiles qui étaient les nôtres, et plus nous souffrons de la croyance en notre responsabilité dans nos échecs, moins nous serons capables de supporter le contact des autres, car dans leurs yeux, même s'il n'y a rien, nous lirons l'accusation que nous nous portons et qui nous fait mal, sans nous aider à être mieux. Nous ne supporterons que ceux dont tout nous sépare ou dont la déchéance nous semble égale ou pire que la nôtre.

Il y a de par le monde des hommes qui s'apitoient sur le sort des accusés des procès de Nuremberg, plutôt que sur leurs victimes. Ce n'est pas un hasard si ces mêmes hommes mettent précisément leur égophilie à s'associer personnellement au culte des valeurs guerrières, d'une certaine image de la virilité, et au mépris des revendications humanitaires ou féministes.

On n'aime que les hommes auxquels on peut s'identifier tout en gardant une image favorable de soi-même. Il est donc nécessaire que l'égophilie qu'on leur prête soit au moins compatible avec la

nôtre. Si elles ne sont pas identiques, la nôtre doit pouvoir au moins contenir celle que nous imaginons être la leur, *que nous leur prêtons*.

Ainsi, un Français pour qui la notion de patrie est une chose très importante pourra-t-il comprendre et aimer un nationaliste étranger ?

Si son nationalisme personnel est relatif, il considérera l'autre, comme un représentant de ce qu'il aurait été s'il avait été étranger, et il ne pourra que se sentir proche de lui.

Si son nationalisme est absolu, fermé, hostile, il ne verra l'autre que comme un étranger non susceptible d'être comparé avec lui-même, et il ne saurait se comparer à lui et supposer qu'il aurait jamais pu être à sa place. Les malheurs de l'autre se briseront, au mieux, sur une muraille d'indifférence.

Si le nationaliste *étranger* considéré appartient à une ex-colonie française devenue DOM-TOM, s'il est donc ressortissant français mais qu'il se refuse à l'accepter, la position d'un Français *pure souche* dépendra naturellement de sa position sur les ex-colonies, mais il est vraisemblable qu'il s'associe à la haine des séparatistes. Il ne saurait aimer quelqu'un qui ne respecte pas ses opinions de prédilection, qui font partie de son *moi*.

Plus notre égophilie est ouverte, satisfaite sans *interprétation dévalorisante* d'autrui, plus nous sommes capables de comprendre et d'accepter des hommes qui pensent différemment de nous sans que leurs attaques puissent être autre chose que de tragiques erreurs, fondées sur une méconnaissance de la réalité et de nos propres opinions. Plus les aspirations égophiles qu'ils expriment et que nous leur supposons sont compatibles avec les nôtres, plus nous pouvons les aimer, les aider.

Nous ne voulons aider que des êtres dont nous estimons qu'ils en ont besoin, soit qu'ils réclament une aide, soit que nous nous fassions un devoir de la leur imposer... Dans la deuxième situation, on conçoit que la nostrophilie puisse devenir pesante.

L'homme qui quête nous met dans une situation plus simple. Nous pouvons nous tenir plusieurs discours :

« *Moi aussi j'aimerais avoir certaines choses, qui me manquent, et je ne dérange personne pour autant. Je subis mon injustice en silence. Tes cris, même si je les comprends, ne m'inspirent aucune sympathie. Tu me ressembles trop, et je ne m'aime pas spécialement. Pas question de te donner quoi que ce soit, puisque moi-même je manque de certaines choses.* » L'égophilie est ici manifestement contrariée d'une manière chronique et la situation du quêteur est jugée trop proche pour déclencher un sentiment de supériorité qui induirait de la pitié, de la compréhension aimante. Le parleur ne s'aime pas, car il se prête une part de responsabilité dans le non-aboutissement de ses aspirations égophiles.

« *Moi-même, il y a bien des choses que j'aimerais posséder et que je n'aurai jamais. Ce que j'ai, je me suis battu pour l'avoir, et l'individu qui "quémande" ici n'a certainement aucune idée de ce qu'est le courage. Il ferait mieux de chercher du travail. Encore un imbécile, qui ne sait pas se débrouiller et qui compte sur les autres... C'est bien fait pour lui. Si personne ne lui donnait rien, il serait bien obligé de travailler, comme tout le monde...* » Nous avons affaire à un homme qui a une bonne opinion de lui-même, dont l'égophilie est chroniquement satisfaite, mais elle s'appuie sur les qualités qu'il a développées et dont il fait un patrimoine personnel, sans considérer que d'autres circonstances vécues auraient pu faire de lui un homme moins *brillant*. Il refuse de penser qu'il a bénéficié d'heureuses circonstances, et tout vient de lui-même, de sa personnalité, de son *aura*. Ses qualités morales et intellectuelles, auxquelles il doit tout, ne sauraient être discutées, et elles sont justifiées parce qu'elles sont les siennes, de la même façon qu'un homme qui a de gros bras est fier d'eux, comme s'ils représentaient la juste récompense de sa valeur personnelle. Cette forme d'égophilie exclut l'amour d'autrui dans la mesure où elle se nourrit de la petitesse des autres, dont les défauts sont autant de baume

au cœur, de raisons de se gargariser. En quelque sorte, chacun recevrait en naissant le corps qu'il mérite (!), et la *chance* serait un phénomène qu'il est possible de *forcer*, et qui se mérite. Le parleur est également un homme pour qui les possessions matérielles sont autant de témoignages, de preuves rassurantes de la réalité de sa grandeur, en vertu de la justice d'une société qui récompense les individus en argent. Il serait donc parfaitement injuste de sa part de prendre de l'argent qui lui appartient légitimement pour le donner à un homme qui ne l'a pas mérité. *Ce serait contraire à l'ordre du monde, une sorte de prime à la médiocrité, à la paresse et à la bêtise...* Autant dire qu'un tel homme est assez peu capable d'aimer d'autres gens que ses proches, à condition que leur conduite soit conforme à ses aspirations égophiles personnelles, à sa volonté.

« Je n'ai pas grand-chose pour vivre, mais je vais faire un effort. Ce pauvre homme a besoin de manger comme tout le monde, et ce n'est pas en le laissant dans sa situation qu'elle va s'améliorer. » Le donneur est une personne modeste, mais qui n'en souffre pas égophilement. Il ne s'accuse pas et n'est pas chroniquement contrarié ni tourné vers le dénigrement d'autrui. Il se met tellement à la place du quêteur qu'il pense à sa faim. Le quêteur n'est plus un coupable mais une victime des circonstances, dont le donneur sait qu'elles peuvent nous plonger dans les pires situations sans que nous puissions toujours y remédier. Nous sommes loin de la vision manichéenne précédente. La vie est davantage considérée comme une loterie dans laquelle il est permis de s'entraider pour passer les moments difficiles, dans une réelle fraternité, où le nécessaire n'empiète pas sur le superflu et où celui-ci peut être partagé avec des plus défavorisés. Cette dernière attitude est inhabituelle dans nos conceptions, puisque le superflu est devenu partie intégrante de notre strict nécessaire au point de ne plus toujours savoir où commence l'un et finit l'autre. Ainsi, alors qu'il est plus proche du quêteur que dans le premier exemple, le donneur ne confond pas sa

situation avec celle de l'autre, bien conscient de sa maigre supériorité, et heureux d'en faire profiter un plus faible. Le donneur se représente les besoins de l'autre, il les vit comme les siens propres, et il se réjouit de pouvoir contribuer à y remédier. Il ne s'agit pas d'une supériorité morale (comme dans l'exemple suivant) sur les gens qui ne donnent rien, mais d'une supériorité implicite sur le quêteur, dont on pourrait dire qu'il fait l'objet d'un comportement maternel, protecteur, récompensé par un plaisir mental spécifique.

« *Je ne veux pas savoir comment il est arrivé là. Ce type a besoin d'aide, et j'ai plus qu'il n'en faut. Je vais lui donner un billet, c'est une question d'éthique personnelle. Je suis solidaire.* » Ces propos accompagnent un geste identique au précédent mais les motivations sont différentes. Il ne s'agit pas ici de nostrophilie véritable, mais de se comporter selon une conception égophile du *moi* et de ce qu'il est *bien* de faire. Le seul plaisir mental offert par ce geste est égophile. Le donneur refuse de s'identifier... C'est de la charité sans plaisir nostrophile.

Toute conduite foncièrement nostrophile renforce **implicitement** l'estime que nous avons de nous-même, le plaisir égophile que nous éprouvons à cause de nos actes et du *moi* que nous nous sommes construits. On n'est pas nostrophile pour le plaisir égophile renforcé, mais l'un ne va pas sans que l'autre soit satisfait ou au moins momentanément silencieux.

La nostrophilie ou *égophilie maternelle*

La nostrophilie est le plaisir que l'on peut éprouver à un comportement protecteur sincère, désintéressé. L'origine utilitaire de la nostrophilie est évidemment parentale. Le jeune mammifère ne saurait survivre seul sans cet *instinct maternel*. Il s'agit en quelque sorte d'une seconde égophilie, d'une super-égophilie, qui nous apporte un plaisir supérieur quand nous aimons et aidons un être dont notre égophilie apprécie qu'il ait besoin de nous.

Quel lien cette nostrophilie entretient-elle avec l'égophilie ?

Il faut que ce comportement protecteur cesse dès que la protection reçue par la progéniture devient inutile, superflue ou pesante. Or, qui renoncerait spontanément à ce plaisir intense ? Il faut bien que, dans les automatismes dont nous sommes pourvus, l'amour maternel soit sous la dépendance de l'égophilie. Dès que l'enfant commence à empiéter sur les compétences et l'égophilie parentale, il cesse d'être agréable à aimer pour devenir un concurrent égophile.

Heureusement, dans nos vies, l'adolescent qui vient à dominer intellectuellement ses parents d'une manière si manifeste qu'ils ne peuvent plus le refuser, devient l'objet d'un transfert égophile de leur part. Ils continuent à *l'aimer**, et continueront à proportion de la fierté qu'il leur permettra d'éprouver, par personne interposée. Échouerait-il qu'il retrouverait automatiquement sa place dans leur *cœur*, puisqu'il leur inspirerait de la pitié et donc de la nostrophilie, à moins que leur déception égophile soit trop forte...

Du saint au bourreau

Nous ne pouvons aimer quelqu'un *malgré lui* que si notre *moi* est solide, tolérant toutes les divergences d'opinion, que si notre égophilie est inébranlable, comme une montagne, et non susceptible d'être contrariée par *un simple acte humain*. Sont donc exclus les comportements nostrophiles qui n'auraient pour but que de se rassurer soi-même, s'assurer la reconnaissance des gens auxquels on fait du bien...

Autant dire que peu d'hommes sont capables d'un tel prodige. La croyance en l'aide d'une entité supérieure (par exemple, une divinité, ou une idéologie) est souvent nécessaire pour forger un tel *moi*, et les répétitions (prières, slogans révolutionnaires) sont utiles pour préserver la continuité d'une conception du *moi* aussi étrangère aux habitudes humaines.

* Aimer quelqu'un, est-ce souvent autre chose que d'éprouver du plaisir à sa compagnie, quelle que soit la nature de celui-ci ?

Il est intéressant de remarquer **combien l'amour de tous les hommes est une attitude implicitement méprisante**. L'envahissement égophile est manifeste. Le mépris est tout à fait fortuit, mais indubitablement, on ne considère pas égophilement l'autre comme un égal (sauf dans le discours). En effet, la divergence d'opinion qui existe entre l'autre et soi n'est jamais que la manifestation de l'erreur de l'autre.

On se dit humble dans le discours, mais on est le serviteur d'une entité supérieure, qui nous emplit de béatitude mégalomane. Pas question d'envisager l'éventualité que l'on puisse soi-même être dans l'erreur, sous peine de perdre toute sa force de conviction. Les fondements de l'égophilie de celui qui pense différemment sont simplement erronés. Tous ses actes divergents sont des erreurs qu'il convient de pardonner.

L'étape suivante est l'explication de l'erreur au fautif. S'il persiste dans sa conception erronée du monde et de lui-même, ce n'est plus par manque d'information, et son schéma mental n'est plus seulement fautif mais *concurrent*, et donc susceptible de contaminer d'autres individus, les plongeant dans l'erreur avec une telle force qu'ils pourraient, comme lui, ne plus en sortir. L'élimination physique du fautif obstiné peut devenir ainsi une triste nécessité, par amour des hommes que sa conviction pourrait éloigner de la Vérité. Le plus souvent, l'obstination de l'autre à penser *mal* entraîne une irritation égophile qui annihile toute trace de nostrophilie, et on peut passer à la dernière étape, l'élimination du gêneur.

Il existe un raccourci commode pour accéder plus vite à la fonction de bourreau, mais il passe par l'égophilie pure. On considère que tous les hommes qui ne pensent pas comme nous ont choisi délibérément d'être *mauvais*, à l'opposé de nous qui nous contraignons à être *bons*. Ces deux adjectifs, qui ne recouvrent aucune réalité véritable mais seulement des conceptions égophiles unilatérales, sont utilisés chaque fois qu'il est utile de justifier la situation défavorable du *méchant* ou son élimination physique.

La *recette* du malheur

Pour se priver du plaisir nostrophile et s'interdire d'être l'objet de celle des autres (situation que l'on résumerait par « aimer et être aimé »), il suffit de développer une obsession de domination égophile. On n'aimera l'autre que tant qu'il correspondra à ce qui nous flatte et nul ne pourra nous aimer car nous ne nous laisserons pas aimer. En effet, nous refuserons de nous montrer inférieur en quelque matière que ce soit, et nous contrarierons chaque fois que possible l'égophilie d'autrui pour nourrir la nôtre, de sorte que personne n'aura l'égophilie assez solide pour seulement penser à nous offrir une protection. Le désir et l'illusion de grandeur sont une malédiction.

On ne saurait aimer les êtres auxquels on se mesure, et dont la petitesse relative nous procure une jouissance égophile. On ne saurait aimer un homme que l'on méprise. Il faut que l'autre ait besoin de nous et que son égophilie ne soit pas concurrente de la nôtre, pour que nous puissions l'aimer.

La *recette* du bonheur : aimer et être aimé

Pour aimer, il suffit de nous laisser aller à notre tendance à nous croire plus malin qu'autrui, de quelque manière que ce soit, plus méritant, ou plus... ce qu'on voudra. Dans la mesure où, sur le terrain choisi, *l'autre* est en position de faiblesse, il nous est toujours possible de lui vouloir du bien, tant qu'il ne vient pas piétiner nos agréables certitudes.

Pour être aimé, il suffit de restreindre notre égophilie à un champ d'activité précis, de manière à laisser aux autres des ouvertures à travers lesquelles ils pourront se sentir supérieurs à nous, et vouloir nous prêter assistance. Se laisser aimer, c'est aussi la seule façon de pouvoir aimer les autres sans leur imposer une subordination pesante, car égophillement douloureuse.

Faisons un geste foncièrement nostrophile envers quelqu'un, où nul calcul, nul intérêt n'est vraisemblable, et il pourra se sentir envahi à son tour du plaisir de la nostrophilie. Comment est-ce possible, alors que nous avons présenté la nostrophilie comme un

plaisir de *domination*? Les deux éléments de la relation peuvent-ils dominer ensemble, se dominer réciproquement?

Il suffit que la relation s'effectue entre personnes qui se respectent mutuellement, dont l'une domine effectivement sur un point (le sujet de l'*aide*) mais dont l'autre n'envisage pas la situation comme une subordination, parce qu'il se sait (ou *se croit* — où est la différence ici?) dominant sur d'autres plans.

La relation nostrophile où il existe une véritable réciprocité est toujours possible. Il suffit que les deux partenaires reconnaissent implicitement leur fragilité fondamentale, s'ouvrant ainsi au besoin de protéger, à la nostrophilie de l'autre. Il est souvent nécessaire que leurs deux égophilies aient des points d'ancrage extérieurs solides, pour éviter la tentation de se nourrir l'une de l'autre et pouvoir éprouver un respect mutuel.

Notre intérêt est d'accepter notre place d'être *le plus important de l'Univers, moi*, d'abord parce que nous n'avons pas le choix, et aussi parce qu'une fois rassuré égophilement, nous pourrions nous offrir la jouissance d'aider, d'aimer tous les autres hommes, éventuellement encouragés par eux dans le même sens.

L'amour chez l'enfant

Ce n'est qu'en découvrant la fragilité de l'adulte, que l'enfant peut se trouver plus fort que lui et commencer à l'aimer. Les adultes ont souvent besoin des enfants pour supporter la morne platitude de leur existence dans notre monde, et ce besoin même fait la force des enfants. Ils peuvent découvrir le plaisir de la nostrophilie avec leurs premières satisfactions égophiles.

Il ne faut pas confondre le besoin de réconfort, de protection, avec de la nostrophilie, de l'amour. Ce n'est qu'une manifestation égophile de recherche du confort et de la sécurité. La confiance que l'on éprouve envers autrui est simplement la certitude que nous avons de pouvoir l'utiliser à notre avantage. Il n'y a là rien de désintéressé.

L'enfant doit éprouver le plaisir de sa propre importance dans le monde pour pouvoir à son tour éprouver de la nostrophilie envers autrui.

Paradoxalement, maintenir l'enfant sous une influence nostrophile persistante, c'est le confiner dans un état d'infériorité écrasant à double titre : il prive l'individu des jouissances égophiles normales d'indépendance et d'illusion de liberté, et il l'empêche d'éprouver la nostrophilie.

La nostrophilie absolue

Puisque nous avons vu que la nostrophilie était toujours conditionnée par l'égophilie, il ne devrait pas être possible de se sacrifier par amour d'autrui. Pourtant, si les exemples sont rares, alors que les suicides ou sacrifices égophiles sont légion, il est des cas où la question mérite d'être posée.

Après tout, si l'égophilie, gardienne de l'intégrité de l'individu, peut conduire au sacrifice suprême, pourquoi la nostrophilie ne le pourrait-elle pas, surtout si l'acte en question fournit à l'égophilie de l'individu une ultime raison de se grandir ?

En somme, le sacrifice suprême serait l'alliage d'un désir de protection nostrophile envers un ou plusieurs individus et d'une égophilie plus ou moins avouée (*Je suis quelqu'un de bien, je me sacrifie...*) en accord avec l'idée, ou compatible (*Je vais sûrement m'en tirer, je suis tellement fort, chanceux, etc.*).

Moi, nous, et le reste

Les frontières du *moi*, du *nous*, ne sont pas tangibles, fixes et précises. Elles varient au gré des événements, auxquels nous sommes confrontés, qui font nos vies et ce que nous sommes. De quoi sont faites nos vies ? De plaisirs, et c'est précisément ce qui vient ensuite.

Chapitre 15

Quelques plaisirs

Du pain et *surtout* des jeux

De nos jours, le pain n'est plus un produit susceptible de manquer, dans les économies développées. Les jeux se sont mis à proliférer et on ne peut plus guère acheter un paquet de biscottes ou un fromage sans qu'on nous propose de gagner des pièces d'or ou des séjours au soleil.

Pour que les jeux prolifèrent ainsi, il est évident qu'ils fournissent un plaisir, et, encore une fois, c'est l'égophilie !

Il s'agit le plus souvent de jeux de hasard, et nous devons donc écarter l'égophilie qu'il pourrait y avoir à apporter la bonne réponse, se montrant plus subtil, intelligent ou opiniâtre que les autres. Il ne s'agit donc pas d'une banale soif de compétition.

Quel plaisir égophile y a-t-il à gagner ou désirer gagner à un jeu de hasard ?

Nous en revenons toujours au même principe. Chaque homme éprouve du plaisir à sa propre importance, et il lui apparaît donc comme une justice élémentaire qu'il soit personnellement avantagé par le hasard. Lorsque cela finit par se produire, il oublie volontiers toutes les tentatives infructueuses, dans l'ivresse de savoir que la *justice immmanente* s'est penchée sur lui comme il croit le mériter, c'est-à-dire pour le récompenser, lui ajouter un peu de cette valeur qu'il attend comme un dû.

La chance est une qualité souvent plus prisée que l'intelligence, car elle s'adresse à l'égophilie pure. Ainsi, l'homme chanceux est reconnu d'office comme quelqu'un de valeur,

sans avoir à le prouver : le hasard, *une espèce de dieu*, le favorise, le reconnaît comme un de ses fils préférés, et l'avantage comme s'il l'avait mérité. Plus besoin du jugement des hommes, il y a mieux.

Les rires

Le phénomène du rire a cessé d'être mystérieux.

Notre égophilie secondaire peut parler, elle rit.

Le rire... *mauvais*?

Le rire est un cri de joie égophile. De même qu'on peut parler tout seul, on peut rire seul, mais c'est rare. Le rire est un cri destiné à communiquer le plaisir égophile que l'on éprouve sans chercher à le cacher.

On rit des gens qui ne nous ressemblent pas, qui ne vivent pas comme nous, pensent et agissent *différemment* et de façon *inférieure*.

Nous rions de situations où nous ne saurions nous trouver mais où d'autres hommes, qui, encore une fois, nous semblent inférieurs sur de nombreux points, sont enfermés malgré eux, ou plutôt par leur propre faute, à cause même des défauts qui les caractérisent et qui nous les rendent comiques, parce que nous ne croyons pas avoir les mêmes. Nous rions plutôt des hommes petits, chétifs, peureux (exemple-type : Charlot ; mais Coluche reprend le même schéma, en montrant son personnage faussement courageux et agressif) parce que, par rapport à eux, nous sommes plus grands, plus beaux, plus forts, et plus courageux.

Nous pouvons rire des bossus, des boiteux, des infirmes, quand nous sommes bien portants, des myopes quand nous avons une

bonne vue, des dentiers quand nos dents sont saines ; des vieux quand nous sommes jeunes ; des jeunes quand nous ne le sommes plus ; des femmes, des étrangers, quand nous ne sommes ni les unes ni les autres ; des homosexuels quand nous sommes “normaux” ; des juifs quand nous sommes goys ; de nous-même, enfin, parce que nous sommes *des êtres supérieurs capables de nous juger avec lucidité*.

Une lucidité limitée évidemment à ce qui reste acceptable. Notre sens de l’humour s’é mouss e d’ autant plus vite que notre sacrosainte égophilie se sent menacée, réellement en danger. Il ne saurait plus être question alors de rire puisque le rire est essentiellement égophile.

Il ressort de la nature même du rire que les comiques doivent être des hommes (ou des femmes) très égophiles, voire mégalomanes, qu’il serait un contresens de confondre avec les personnages qu’ils incarnent. Ils montrent en effet des défauts, sans en souffrir le moins du monde, puisqu’ils savent que ce ne sont pas vraiment les leurs mais ceux d’autres gens qu’ils se sont contentés de copier, en les exagérant. Ils ont la même attitude que leur public envers leurs personnages, ils s’en moquent parce qu’ils se sentent différents et supérieurs. Ils sont les premiers à rire de leurs rôles. Pour les mêmes raisons. Égophiles essentiellement.

Que l’on rît des étrangers, des racistes, des mégalomanes, des tyrans, c’est toujours parce que nous nous croyons supérieurs à ces gens, au moins par rapport à l’aspect de leur personne qui est mis en avant dans la scène comique.

Le rire est très souvent destructeur, négatif, à si faibles doses qu’il semble être. Une scène où tous les acteurs sont normaux et agissent normalement dans le cadre d’une situation normale ne saurait provoquer le rire que chez des gens anormaux, qui méprisent la « norme » et tirent ainsi égophilie de leurs différences en les considérant comme les signes d’une supériorité intrinsèque.

À l’intérieur d’un même pays, les gens ne sauraient rire des mêmes choses ou des mêmes comiques, puisqu’ils sont la cible les uns des autres.

Attention à ne pas dérap er vers l’abîme de la haine facile !
Gare aux hommes apparemment *sympathiques* qui nous

font rire des êtres différents, étrangers, proies faciles, victimes des différences normales de langue, de coutumes, d'éducation, etc. La tentation est grande de nous moquer de ces hommes qui ne cherchent pas servilement à nous ressembler, comme si nous étions des exemples, et comme si nous leur fournissions les moyens réels de nous ressembler complètement... Non. Bien souvent, nous aimerions qu'ils se fatiguent à nous imiter sans y parvenir, devenant des sous-français, au lieu de rester des étrangers, différents par nature, preuve de notre relativité, de la singularité de notre mode de vie, de la fragilité de notre exemplarité, quand nous nous croyons universels.

Le rire, étant un instrument au service de l'égoophilie humaine, est blessant par nature, puisqu'il s'agit généralement de se réjouir de la prétendue infériorité d'une caractéristique humaine, d'une personnalité ou d'une catégorie d'individus. On ne s'étonne pas que le rire soit un des meilleurs compagnons de route du racisme, de la xénophobie et de la haine en général. On commence par des plaisanteries grasses et on finit par pousser leur objet par une portière de train... Tout s'enchaîne avec une logique tristement humaine.

Dans le domaine du comique, un grand gaillard solidement bâti et en pleine santé ne saurait faire rire que s'il est manifestement doté d'une faculté de raisonnement à peine égale à celle d'un enfant. S'il est normalement intelligent, il n'est plus comique, il est un *héros*, un être à envier, auquel le spectateur pourra éventuellement s'identifier avec plaisir (plaisir égoophile, encore et toujours...). Plaisir de substitution au lieu du plaisir d'agression dominante qu'est le rire.

Pourquoi les clowns doivent-ils se déguiser et se grimer pour mieux faire rire les enfants ? Pour mieux ressembler à des débilés mentaux, des monstres de stupidité, auxquels même les enfants se sentiront supérieurs, ce qui déclenchera leur rire, de même que les actes des singes. Ces derniers n'amuse plus les adultes car ceux-ci ne trouvent plus assez de satisfaction égoophile à être moins bêtes que ces bêtes. Les enfants ne sont pas aussi difficiles. Les clowns sont des adultes que l'on jette en pâture à leur égoophilie, pour qu'elle leur fasse plaisir.

Le *bon* rire ?

S'il y a une *bonne* égophilie, il y a aussi un *bon* rire. C'est celui qui nous rassemble autour d'un plaisir fraternellement éprouvé par tous, notre égophilie d'êtres humains. Ce rire, qui nous aide à surmonter nos petites misères communes, à supporter nos drames existentiels, est éminemment salubre, sympathique, utile. Le *bon* rire, c'est l'expression d'une égophilie commune, de plaisirs égophiles que nous pouvons avoir en commun et qui n'ont été éprouvés au détriment de personne. Ce n'est pas si courant. À moins de se moquer de soi-même, de cette condition humaine qui est la nôtre et dont nous pouvons nous gausser puisque nous nous sentons toujours supérieurs à ce que nous sommes, de par notre égophilie même.

Rire et plaisanter **avec** les gens, plutôt que de rire **d'eux**. Les aimer, les comprendre, plutôt que s'en moquer parce que, nous, à leur place, n'est-ce pas...

Concrètement, de quoi peut-on rire sans aller contre la nostrophilie ? De nous-même, de nos contradictions, de l'absurde. Le choix est beaucoup plus restreint, et on éclate beaucoup plus difficilement de rire.

Le rire est un cri qui signifie : « *Attention, c'est Moi. J'existe, et je ne suis pas n'importe qui ! Vous êtes prévenu !* » ? Avons-nous tous le même droit à l'existence ?

La lecture et le cinéma

La lecture met en œuvre les mêmes principes que la représentation filmée. Il n'y a pas de différence fondamentale pour un esprit humain entre une histoire racontée, vue, et une histoire vécue dans le passé, si ce n'est la certitude, dans le dernier cas, de l'avoir vraiment vécue. À un âge avancé, quand nos centres nerveux commencent à se montrer défectueux, ils ne parviennent plus toujours à faire la différence, tant elle a toujours été mince.

Une histoire lue, du point de vue psychique, est identique à une histoire entendue*. Elles sont toutes deux formées de mots, dont l'Inconscient reconstitue le sens et le plaisir que leur auteur y a attaché, avant d'envoyer ce dernier à la conscience. Si le résultat plaisoriel est à la hauteur de nos espérances, et si la conscience n'est pas distraite par quelque chose de plus *important* (douloureux ou plaisant), rien n'empêche de consacrer le temps qu'il faudra à la lecture considérée.

Quelle différence avec un film ? On nous montre des images, des situations, au lieu de nous les raconter. L'Inconscient reconstitue l'histoire avec ses propres mots, car le monde entier n'existe qu'à travers les mots qu'il a engrangés, étiquetés, reliés entre eux. En plus de l'histoire, l'Inconscient reçoit la musique du film, les voix, les images, tout ce qu'il faut pour faire d'un film une illusion *vécue*. « *C'est du cinéma...* » est la seule pensée qui nous préserve de la confusion avec le réel. Combien d'entre nous ne mélangent-ils pas parfois de petits détails qu'ils ont vus sur un écran avec le réel ?

Pour certains, de vieux souvenirs visuels de vacances sont davantage des souvenirs des photos de vacances, plutôt que de ce que leurs yeux ont vu réellement, et ils ne savent plus toujours faire la différence. Que sont leurs souvenirs

* Si l'on fait abstraction des inflexions de la voix du conteur, de son image et de tous les détails dont nous gardons rarement le souvenir.

quand les photos ne viennent pas les rafraîchir, leur prêter une vie qu'ils n'ont peut-être jamais eu. Certes, ils ont vu ce qu'ils ont photographié, mais l'ont-ils aussi bien regardé *en direct* qu'une fois couché sur le papier?

La conscience qui voit un film est traversée de sensations visuelles, auditives, et de plaisirs envoyés par l'Inconscient *en simultané*, comme un bon traducteur.

La conscience qui lit n'est pas traversée par le seul plaisir du sens des mots lus, et par la perception vague des mots lus, mais également par des pensées-fantômes, fausses images et faux sons. Le travail du *traducteur* est encore plus sophistiqué, puisqu'il ne fait rien moins que de reconstituer un film-fantôme qu'il projette à la conscience au fur et à mesure de la lecture. Qui niera qu'un roman érotique provoque dans l'esprit du lecteur des images-fantômes? On est certes loin de la qualité des premiers films des frères Lumière, mais nous pouvons presque entendre les *petits cris rauques*, et même sentir un peu *le parfum capiteux*, sur la même toile de notre conscience... à condition d'être un bon lecteur.

À quoi bon ce luxe de détails? L'Inconscient ne possède pas en mémoire des plaisirs désincarnés qu'il pourrait envoyer seuls à la conscience, sans avoir besoin de fournir d'explication. Chaque plaisir est rattaché à quelque chose, mot, phrases, pensées-fantômes. L'envoi de ces dernières n'est fait que pour renforcer le plaisir de la conscience. Un mauvais lecteur n'*imaginera* pas à partir d'un livre, se contentant du plaisir désincarné du sens brut.

Les plaisirs de la lecture de fiction

D'une part, l'homme prend plaisir à observer des gens vivre et à les juger (à les juger différents, et donc souvent inférieurs à lui). C'est un plaisir égophile simple: le lecteur ne fait jamais abstraction de ce qu'il est, de qui il est, et conserve toujours une certaine distance à l'égard du contenu du livre. C'est un aspect possible, mais il est éclipsé par son concurrent.

Le plaisir essentiel est celui de **l'identification**. Le lecteur choisit un ou plusieurs personnages (en fonction des affinités qu'il leur

trouve), les adopte et *les enfle*, comme on passe un vêtement. Ses préoccupations deviennent celles de son *héros*, telles qu'elles sont décrites par l'auteur, et, s'il n'est pas trop dérangé pendant sa lecture, l'homme oublie totalement qui il est pour ne plus vivre qu'à travers les mots du romancier. Si son *héros* va de plaisir en plaisir, d'une manière adroite et sans grosse invraisemblance, le lecteur éprouve les plaisirs décrits par le narrateur, vivant par procuration une vie où tout lui échappe, où il n'a nul choix, puisque les pages ne sauraient bouger, mais seulement l'apparence de choix.

Notez qu'il ne vient jamais à l'esprit d'un homme que dans sa vie, il n'a pas plus de liberté que dans un livre. Au cas où l'auteur aurait fait un héros trop éloigné de la personnalité du lecteur, celui-ci peut refuser de jouer le jeu, changer de personnage, ou sauter du livre avant la fin, comme d'un train en marche. Le lecteur n'est alors pas bien adapté à son livre, il a mal choisi.

Comment un être qui se prétend libre, qui prétend choisir ses pensées et ses actes, pourrait-il se laisser imposer la personnalité, les pensées et les actes d'un autre sans se révolter, pendant plusieurs heures ? Parce que le héros lui ressemble ? La ressemblance est-elle réelle ? Le héros n'est-il pas souvent un personnage idéal, rêvé, qui provoque un plaisir égophile dans l'esprit de celui qui endosse son corps « musclé », son esprit « sagace », son œil d'aigle, son métier « excitant », etc... Si, précisément, le lecteur n'enfilait pas le costume du héros au détriment de sa propre défroque, ne souffrirait-il pas de la comparaison ? Chaque qualité du héros devrait être une aiguille rougie plantée dans sa chair d'être moyen, sinon médiocre*... Au contraire, non seulement il enfle une vie de héros aimé, aimant, vainqueur, et... bon, ou possédant les qualités que le lecteur aimerait avoir, mais en plus, le temps de sa lecture, il échappe à sa vie ordinaire, laissant ses problèmes au dehors. Quand il referme le livre, il ressent encore les plaisirs qu'il a pris pour les siens. Il a triomphé de ses adversaires, battu les méchants, et conquis le cœur d'une reine, alors que, dans la réalité...

* Tout dépend du *moi* du lecteur. Il peut être tellement sensible que l'évocation de personnages héroïques lui fait ressentir encore plus douloureusement sa propre médiocrité, s'il souffre déjà de celle-ci. Il ne parvient pas à s'oublier dans la lecture, car elle souffle sur des blessures à vif.

La lecture de fiction est donc, dans cet exemple simpliste, une vie par procuration.

Nous ne parviendrons pas tous à éprouver du plaisir à un roman simpliste, parce que nous n'avons pas tous des aspirations simples, et, lorsque nous sommes contents de nous-mêmes, la vie d'un autre, fût-il imaginaire et parfait, peut nous paraître insipide ou agaçante. On ne lit pas n'importe quoi. Nos plaisirs sont spécifiques.

Notre égophilie également. Il est plus difficile de s'identifier à un play-boy karatéka, quand on est une grosse dame entre deux âges, qu'à un personnage d'Agatha Christie... Par contre, un lycéen de 16 ans épris d'aventures exotiques s'intéressera difficilement aux péripéties d'un *Maigret*... L'auteur du livre ou du film ne s'adresse pas à n'importe qui, mais à des gens qui ont des plaisirs proches des siens, et une égophilie compatible, les lecteurs le savent. Ils n'accepteront pas n'importe quoi de leur héros, et quand ils évoluent, ils changent de lectures.

Toute lecture profondément intéressante signifie une absence.

Plongé dans un passionnant ouvrage d'architecture, un homme en oublie qu'il existe jusqu'à ce que ses sens (la faim, ou la cloche du dîner...) le rappellent à la vie, à sa vie. Il n'est donc pas nécessaire de se plonger dans le récit caricatural des aventures d'un surhomme pour se perdre dans un livre. Le psychisme humain est si malléable, il offre tant de prises différentes au réel, qu'un homme peut s'intéresser à l'existence d'œuvres d'art, de vieilles pierres, de poissons, de chats, de volcans, d'étoiles. Tout dépend de l'habileté de l'auteur et, tout de même, d'une parenté entre lui et son lecteur, d'une connivence possible, de goûts, et d'une *égophilie primaire* compatible. Si le contact s'établit et qu'aucune maladresse de l'écrivain ne vient le rompre, lecteur et auteur sont liés, reliés, communiant par les mots du livre, jusqu'à ce que le premier ait fini de lire ceux-ci, à moins que la réalité extérieure ne s'impose.

Hors de l'égophilie primaire, un lecteur ou un spectateur peut s'identifier à un groupe d'hommes, à une société entière, à une chose même, pourvu qu'elle soit plus grande qu'un homme, qu'elle ait une ou plusieurs qualités qui en fasse une créature supérieure.

Le récit naturaliste de la vie d'une *raie manta* excite, chez le lecteur qui apprécie, le plaisir de s'imaginer qu'il est un tel poisson et qu'il vole ainsi dans l'eau, sans souci des impôts, des contraventions, des promotions, et de toutes ces grandes choses qui peuplent une vie d'homme.

Le plaisir peut également être de la nostrophilie. On peut se mettre à aimer un personnage ou un animal qui est montré ou décrit. Encore une fois, l'art de l'écrivain ou du cinéaste mène le lecteur ou le spectateur dans les bras d'un plaisir particulier. La connivence ou le besoin de protection que l'on peut ressentir à l'égard d'un ours ou d'un ourson sont évidemment télécommandés. Si nous nous laissons abuser ainsi, c'est bien que nous avons des réserves de nostrophilie inutilisée qui ne demandent qu'à servir, si on leur laisse la bride sur le cou. Faut-il encore que notre Inconscient n'y voie pas une menace pour la fière construction égophile qu'il a mis des années à édifier. Dans une salle obscure, une larme à l'œil est sans conséquence.

La culture du lecteur et son égophilie peuvent lui faire refuser une histoire simplette, où, mieux disposé, il aurait pu se plaire. Volontairement, il s'arrache à la lecture, pour se distancier, refusant de se fondre dans un héros auquel il prétend préférer sa propre personnalité. Il peut lire ainsi tout un livre, sans y pénétrer réellement, mais en l'observant de l'extérieur, l'analysant, comme s'il observait un insecte, donc non sans un certain sentiment de supériorité.

Il est particulièrement intéressant de noter que lorsqu'un lecteur *mord* particulièrement à une histoire, fictive ou racontant des faits réels (il n'y a pas de différence notable), il peut être amené à accepter des situations ou des jugements moraux qu'il aurait refusé dans la vie réelle. Si son personnage est généreux, il adoptera facilement un comportement généreux (dans le livre), mais, une fois sorti, il conservera exceptionnellement ces bonnes dispositions. Retrouvant son *moi*, ses jugements fondés sur ses souvenirs propres, il rejettera d'un haussement d'épaules les *balivernes* qu'il vient de lire, pour retrouver son comportement habituel.

Il peut arriver qu'un esprit influençable* soit marqué, changé, par la lecture d'un livre, comme on peut l'être après une bonne conversation, un discours politique habile. Les changements s'estompent généralement très vite. Que représente cinq, six ou même dix heures de lecture, dans toute une vie, et qu'en reste-t-il après plusieurs semaines ou quelques mois ? L'esprit humain vit au jour le jour, confronté au présent, réagissant aux perceptions de l'instant. Si important soit-il, un livre se noie vite dans l'immensité de la mémoire.

On pourrait imaginer un livre dont la lecture durerait des jours, des mois... Ce ne serait rien d'autre qu'un conditionnement, « un lavage de cerveau », mais l'influence en serait plus forte. Cette technique est pratiquée chez certains groupes d'hommes désireux d'avoir des membres inconditionnels et convaincus, des fanatiques.

Un récit n'est intéressant que si les personnages apportent un plaisir au lecteur, s'il peut (ou veut bien) s'identifier à eux, faire siens leurs joies, leurs malheurs et leurs espoirs, ou les juger inférieurs (c'est-à-dire *se juger supérieur* sur quelque plan que ce soit).

Un lecteur peut passer son temps à sauter d'une personnalité à une autre, s'identifiant par bonds successifs, si la baguette du romancier est habile à faire vivre ses personnages en leur prêtant un passé, des idées et une manière de penser.

On peut broser le portrait d'un personnage en quelques phrases, en quelques pages, et le rendre crédible aux yeux du lecteur qui connaît toujours quelqu'un (réel ou fictif) de qui le rapprocher, pour lui prêter le reste d'épaisseur qui pouvait lui manquer et le rendre crédible.

Le romancier fait de chaque personnage le centre du monde à tour de rôle. Le lecteur a d'autant moins de mal à les suivre qu'il est lui aussi le centre de son monde.

Un récit de terreur fait naître la peur dans l'esprit du lecteur, par contagion avec celle que les personnages éprouvent ou par crainte de ceux qui l'inspirent. La terreur n'est véritablement un plaisir

* Le livre ou le film qui semble influencer un individu d'une manière déterminante et spectaculaire, n'est que la goutte d'eau qui fait basculer une situation d'hésitation. Si l'on considère que l'influence est bénéfique, le bon livre arrive au bon moment. Sinon, le mauvais livre tombe au mauvais moment entre les mauvaises mains...

que si on la sait factice et qu'il n'y a en réalité vraiment rien à craindre. C'est l'aller-retour fréquent entre le livre et la situation réelle qui fait le plaisir de la compensation.

Le phénomène de la lecture nous montre l'esprit humain étrangement ressemblant à un magnétophone à cassettes :

Quand nous pensons pour nous-même, nous lisons nos propres enregistrements, mais lorsque nous empruntons d'autres cassettes, il nous faut bien interrompre la lecture pour revenir à notre propre programme. Il suffit que le livre corresponde assez aux goûts de notre programme pour qu'il nous *possède* le temps qu'il nous faudra pour en goûter les idées. Le plaisir d'un livre est de même nature que celui de nos meilleurs souvenirs. On pourra objecter que l'égophilie d'avoir réellement vécu des aventures est supérieure à celle d'emprunt qu'on peut éprouver à la lecture. Cela dépend de la qualité du lecteur. Un Don Quichotte vivra les livres comme des souvenirs, et même mieux que les siens, au point d'oublier qui il est.

Écrire

On écrit par égophilie beaucoup plus souvent que par nostrophilie. Nous sommes tous persuadés que nous avons des choses à dire, qui ne manqueront pas d'intéresser, de distraire, et se joignent les espoirs de réussite, de notoriété et d'argent. Quel attrait pour n'importe quel jeune être humain un peu doué !

Les mots naissent dans la tête d'un écrivain, comme les pensées dans celle d'un homme ordinaire.

Plus il est exigeant ou perfectionniste, moins il va vite, car il s'arrête souvent pour juger ses mots, ses phrases, pour les remanier, en fonction des pensées critiques qu'elles lui inspirent.

Est-il « doué » et peu exigeant ? Les mots coulent de sa plume, et les pages défilent, ne justifiant que quelques retouches. Il découvre alors le texte, **exactement** comme si une autre homme le lui lisait à l'oreille ! Devrait-il être troublé par ce phénomène ? Oui, s'il s'agissait d'un être logique, mais, comme il a subi un conditionnement pendant toute son éducation, il se contente d'un sourire

amusé. Allons ! Il sait bien qu'il est seul avec son génie... Comment pourrait-il en être fier, s'il admettait qu'il ne comprend pas d'où viennent ses écrits, ses idées ?

On n'écrit pas des histoires comme on aime en lire. Le plaisir de la lecture n'est pas du même ressort que celui de l'écriture. Dans le premier cas, il ne s'agit que de jouir d'un plaisir mâché, surgelé entre les pages qu'il suffit de tourner. Dans le second cas, on écrit ce que l'on peut. Même s'il paraît facile de produire des pages d'aventures policières tant qu'on n'a pas essayé, on peut s'apercevoir devant la page blanche que son Inconscient reste sec, que ce qu'il produit est très mauvais, et qu'il traîne la patte pour continuer. Ah ! S'il avait suffi de *vouloir*...

L'écriture est un jeu de construction. Chaque phrase doit apporter un certain plaisir à son auteur (qui joue alors au lecteur), ou participer au plaisir d'un ensemble de phrases qui doivent se succéder logiquement et avec une certaine continuité. Il importe parfois de changer de scène et de personnages, pour ne pas lasser, rompre une monotonie possible, éviter des descriptions inutiles à l'action dramatique, ou, au contraire, certains auteurs décrivent avec une minutie extraordinaire les lieux tels que leurs personnages les voient, et le lecteur peut *imaginer* au fil du livre le décor où évoluent les personnages, comme s'il y était. On ne lit pas Balzac ou *Fantômas* de la même manière. Le plaisir n'est pas le même, et souvent le lecteur non plus.

Le jeu de l'écrivain doit correspondre à l'habitude du lecteur, à sa manière de vivre et, surtout, à ses goûts, ses plaisirs. Le lecteur doit en effet retrouver la majorité des plaisirs que l'auteur a mis dans son œuvre. Il peut en éprouver davantage, apportant ses plaisirs personnels et les mêlant aux intentions de l'auteur, mais il peut également ne pas supporter tous les effets de l'écrivain et ne pas partager le point de vue que celui-ci a éventuellement voulu privilégier.

L'accord finit par se faire, car si nous différons infiniment dans les détails, nous sommes tellement globalement simples, qu'il y a souvent en chacun de nous de quoi faire plaisir à tous les autres.

Lire... les pensées

De cette facilité à se mettre « dans la tête », dans la peau d'un autre homme, à travers la lecture, on pourrait penser qu'il naît une compréhension mutuelle entre gens de la même espèce. Nous en sommes loin. La lecture implique en effet l'adhésion du lecteur, et si nous acceptons, le temps d'un livre, d'enfiler la personnalité d'un autre, d'en éprouver les plaisirs et les craintes fictives ou historiques, dans la réalité, nous nous enfermons frileusement dans nos coquilles. Nous jugeons ainsi le comportement des autres d'après nous-mêmes, d'après notre propre passé. Si nous montrons infiniment d'indulgence pour nous-mêmes, les autres trouvent rarement grâce à nos yeux, dans la mesure où nous n'aurions jamais agi comme eux à *leur place*, et où, naturellement, plus ils ont de défauts, plus nous sommes proches de la perfection, en comparaison.

Quand nous prétendons nous mettre à la place d'autrui, il ne s'agit jamais que d'annexer à notre propre passé quelques éléments prétendument déterminants de celui de l'homme en question. Il ne nous apparaît nullement que les éléments cruciaux d'un passé peuvent avoir échappé totalement à leur propriétaire, qu'ils peuvent sembler insignifiants, enfouis dans les strates d'une petite enfance dont aucun souvenir ne remonte jamais à la conscience. Non, puisque nous, en considération des circonstances évoquées, aurions agi différemment de l'autre, le comportement de celui-ci est donc manifestement « mauvais », stupide ou, beaucoup plus rarement, génial.

Nous cessons ainsi de rapprocher le comportement d'un homme de son passé, isolant le rôle d'une *nature humaine* fictive, censée transparaître en chaque individu. Il y a ainsi les hommes bons, les méchants, les génies, les ratés, et la foule ordinaire. Si le caractère *mauvais* n'est pas inné, il est au moins comme une graine dans la tête de certains hommes, et sa faculté de germer dans tous les terrains est censé prouver qu'il n'y a pas là un caractère acquis.

Ainsi du caractère criminogène de l'éducation : Puisque les fils d'un honnête commerçant ou d'un riche bourgeois peuvent devenir des criminels, alors que la plupart des

enfants de pauvres restent bons et honnêtes, c'est bien qu'il y a un gène criminel dans certains hommes. Telle est l'opinion courante.

Puisque nous sommes incapables de fouiller dans tous ses détails le passé d'un criminel, nous nous contentons des grandes lignes, et comme nous n'y trouvons rien de déterminant, il faut que la vérité soit ailleurs. Le criminel ignorant lui-même les circonstances qui ont vraiment fondé sa personnalité anti-sociale, il est incapable d'objecter des arguments, et il peut même accepter l'opinion générale selon laquelle il est *mauvais*.

La lecture est une activité spécifique, pour laquelle nous adoptons une souplesse d'esprit particulière. Considérant qu'il n'y a nul danger à prêter notre esprit à un livre, nous croyons que lire est une activité à part, dans la mesure où nous pouvons l'interrompre à tout moment, de notre propre *chef*, si nous n'y trouvons pas assez de plaisir, s'il y a trop de désagrément, ou à cause des nécessités de la vie réelle.

Peut-être est-ce là la clé de notre refus de comprendre vraiment autrui, en faisant abstraction de notre propre personnalité. N'avons-nous pas peur d'éprouver plus de douleur que d'amusement à pénétrer l'esprit d'un homme qui pense différemment? Ne craindrions-nous pas le retour à notre propre passé et la confrontation qui pourrait suivre?

Chacun de nous aime à se considérer comme un exemple de droiture, d'honnêteté, de finesse, d'habileté, etc. Confronté à la manière de voir d'un autre, nous avons toujours des illusions, voire des mensonges, à perdre. Nous préférons contempler autrui de chez nous, bien à l'abri derrière les murs de nos crânes. Un personnage de papier, fictif ou historique, n'est jamais un rival, un danger, et il ne saurait se changer en juge, en exemple, en référence. Quand des mots écrits deviennent gênants pour la personnalité du lecteur, nul ne peut le voir refermer le livre d'un geste sec, et le jeter sur une étagère. Tandis qu'en bavardant avec un autre pour essayer de le comprendre, nous pourrions finir par y parvenir*

* Non pas en retrouvant dans la conversation de l'autre les millions de microévénements qui ont fondé sa personnalité, mais par un phénomène d'osmose directe, de contagion, de compréhension, comme nous savons si bien le faire dans la lecture et chaque fois que nous y mettons de la bonne volonté.

et nous voir avec les yeux de l'autre. Avec dégoût, peut-être. Il serait difficile de le cacher, et perdre la face est une chose assurément très douloureuse.

L'art et la beauté

Dans l'Art et la notion de *beau*, les deux formes de l'égophilie se rejoignent. L'égophilie primaire, sa faculté d'attacher du plaisir à n'importe quoi et à cultiver cette habitude comme un goût recherché, se joignent à l'égophilie secondaire pour faire aimer ou détester les choses, autrui et parfois même n'importe quoi.

La meilleure preuve de la corrélation entre art et égophilie secondaire nous a été donnée par certains exemples de peinture moderne. Il faut être un homme d'un goût particulier pour se pâmer devant une toile (!) représentant un carré. Plus cette forme de beauté est inaccessible au sens commun, plus l'amateur peut être assuré de se distinguer du vulgaire.

Tous les hommes sont-ils aussi hypocrites ? Ils sont le plus souvent parfaitement sincères, sincèrement dupes de leur propre égophilie primaire. On peut aimer de toute son âme un barbouillage d'enfant et trouver qu'il n'y a rien eu de plus émouvant au monde. C'est juste une question d'habitude et de conditionnement. Le plaisir résultant sera sincère, réellement éprouvé au niveau conscient.

Dire : « *Ah ! C'est beau !* » signifie : « *Je vous signale que je juge que ce que je perçois est beau. Je m'érige en juge de la beauté de cette chose. Je suis sensible à sa beauté. Si belle soit-elle, j'en suis digne. Je suis au moins égal en sensibilité à son auteur. Si j'en avais eu la possibilité, je l'aurais fait moi-même...* ». C'est vrai pour un paysage, une musique, ou toute autre chose.

Incommunicable est la beauté, car tout peut être considéré comme beau. Ce n'est pas un hasard si l'art est souvent provocant, contrariant, c'est l'essence même de l'égophilie. On s'oppose délibérément au sens commun pour créer une nouvelle forme d'égophilie. Le phénomène *punk* en est un excellent exemple.

N'y a-t-il donc aucune beauté véritable, intrinsèque ? L'homme ne peut-il sincèrement se dégager de son égophilie pour juger de la beauté d'une œuvre, d'un paysage ou d'une personne ? Nous pouvons tous être impressionnés par la Vallée des Monuments aux États-Unis, trouver un visage agréable à Brigitte Bardot, reconnaître que la Joconde est bien peinte, mais la beauté véritable est subjective, et elle appartient à chacun de nous, gravée dans notre encéphale par les circonstances de notre vie et la forme qu'a adoptée notre égophilie primaire. Nous ne choisissons pas d'aimer plus particulièrement telle forme de visage, mais une forme similaire a pu appartenir à une personne qui nous a favorablement impressionné.

Comment ne pas trouver belle la personne que l'on aime sincèrement, même si l'on sait qu'elle ne correspond à aucun canon en vigueur ? La personne aimée est forcément la personne la plus belle du monde, pour soi, car elle est celle que l'on a le plus de plaisir à contempler, à écouter, à respirer, à tenir dans ses bras, celle qui nous procure les plaisirs mentaux les plus grands. La beauté peut-elle avoir meilleure définition ?

La laideur

La laideur n'est une douleur que pour celui qui la subit, non pour celui qui la *constate*, mais le même homme peut éprouver les deux et c'est alors plutôt déplaisant.

« *Je suis plutôt beau.* » signifie clairement « *D'autres sont beaucoup plus laids que moi.* ». La forme est différente, plus policée, mais le sens est le même.

La laideur implique le même jugement, la même conscience de savoir ce qui est beau, et, en plus, elle apporte un plaisir égophile à celui qui l'éprouve et une douleur de même nature à celui qui la subit.

« *Cette œuvre est laide.* » signifie « *Je juge que cette œuvre offense la vue d'une personne de bon goût (comme moi). Si j'avais aussi peu de talent que celui qui a commis cela, j'arrêteraient tout de suite. Son auteur est forcément un rustre. Je vaudrais mieux que cela. On me la donnerait, je ne l'accrocherais jamais chez moi.* »

Curieusement, une œuvre qu'on nous offre ne peut rester laide (à moins de provenir de quelqu'un qu'on a d'inexpugnables raisons de haïr, et qui ne vous ferait ce cadeau que par dérision...), parce que dès lors qu'elle nous appartient, elle augmente nos possessions, nous grandissant, flattant cette égophilie même qui est la mère de notre bon goût. L'œuvre reçue en cadeau sera installée à une place d'honneur proportionnelle à sa valeur marchande (sauf si elle heurte intentionnellement le sens commun, et encore...), et le destinataire reconnaîtra qu'il avait jugé trop vite. Le plaisir égophile de la possession artistique compensera largement cette *petite erreur* de jugement esthétique.

De même qu'à notre insu nous portons en nous les caractères d'une forme particulière de beauté, nous possédons la même chose pour la laideur. Il est intéressant de noter que la notion de laid est beaucoup moins disputée que celle de beau, et les hommes s'accordent d'autant mieux qu'il n'y a guère d'égophilie à se prétendre *spécialiste en laideur*.

Il en est ainsi de la laideur des visages. Cette caractéristique est particulièrement utilisée dans les séries télévisées, où les méchants sont aisément reconnaissables à leur laideur. De là à penser abusivement que les gens laids sont plus facilement méchants, vicieux et criminels, que les autres, il n'y a qu'un pas. Vite franchi. Est-il faux de dire qu'un homme laid sera plutôt moins bien reçu qu'un autre? Encore faut-il préciser qu'il y a une forme de laideur plus spécialement associée à la méchanceté. Par exemple, des petits yeux rapprochés seront volontiers qualifiés de vicieux. Heureusement que les gens abusivement soupçonnés de vice ne sont pas tous tentés d'y sombrer!

Quand un *monstre* recherché depuis des années est enfin arrêté, les foules s'étonnent qu'il ait le plus souvent un visage normal, ordinaire. On ne prête, par contre, aucune circonstance atténuante à un homme marqué par la laideur qui n'aurait pas assez bien su faire tomber les barrières de méfiance et de préjugés autour de lui.

La laideur associée au mal constitue un point de repère facile, pratique, et, accessoirement, pour la masse des gens *normaux* une

double raison de se sentir supérieur. « *Moi, je ne suis pas beau, d'accord, mais je ne suis pas laid comme lui. Son sort m'attristerait s'il n'était pas certainement aussi méchant qu'il est laid. Je suis donc bon, par rapport à lui, et je m'en flatte.* »

La justification de la laideur a l'avantage de déculpabiliser l'homme qui l'adopte. On n'est pas tenté d'être plus amical avec quelqu'un de laid, pour compenser ce que l'on considère comme une injustice, dès lors qu'il mérite sa laideur par la noirceur de son *moi* profond.

Une autre forme de logique voudrait que l'on éprouve de la sympathie pour les gens laids, dans la mesure où ils nous procurent le plaisir de nous trouver beaux en comparaison. L'inverse se produit, car nous savons que nous n'avons pas réellement mérité notre apparence, et surtout, les hommes que nous n'aimons pas sont automatiquement jugés laids. Un bel homme deviendra un *bel-lâtre*; une jolie femme, une *allumeuse* (ou pire).

C'est le même procédé que lorsque la personne aimée nous paraît la plus belle au monde. La personne détestée, c'est-à-dire le plus souvent celle qui a heurté notre chère égophilie, est sincèrement trouvée laide, à cause du déplaisir que nous cause sa vue. S'il s'agit d'un chanteur, sa voix devient désagréable. En toute sincérité. Un peintre deviendra un *barbouilleur*. Le voudrions-nous, nous aurions le plus grand mal à dissocier l'être détesté de son œuvre. Est-ce d'ailleurs possible? Avec une bonne gymnastique mentale, on peut tout faire.

Des peuples entiers, des races d'hommes, peuvent inspirer du dégoût, d'autant plus facilement que le peu de sympathie qu'on leur porte nous procure un agréable sentiment de supériorité. « *Ils sont tellement bas qu'il n'y a aucune supériorité à être au dessus d'eux...* » mentira-t-on, mais le plaisir est là, sinon, où serait l'intérêt? *Il n'y a jamais d'acte ou de pensées gratuits, toujours du plaisir à éprouver, de la douleur à chasser.*

La rationalité

C'est un plaisir complexe que nous pourrions aussi bien baptiser *désir d'objectivité*.

La rationalité est naturelle parce que l'homme adopte une conduite rationnelle sans le savoir, sans le vouloir, en appliquant la Règle aux situations les plus simples, en obéissant à l'égophilie primaire.

Il est artificiel et complexe dès lors qu'il est le résultat d'un désir (égophile secondaire, mais il ne faut pas systématiquement le prendre pour un défaut honteux) de dominer l'environnement par une connaissance absolue et indiscutable de la réalité.

La rationalité ordinaire

Dans un monde où les adultes ont appris à adopter une certaine rationalité, l'enfant est naturellement porté à reproduire ce comportement.

Dès son plus jeune âge, l'enfant apprend à adopter un nombre important de conduites rationnelles. L'utilisation adéquate des mots appris et des instruments ordinaires entraîne des satisfactions alors que leur maniement désordonné se solde par des réprimandes ou des punitions toujours désagréables, ou même par des douleurs que l'enfant s'inflige par sa propre maladresse.

La survie implique un nombre élevé de conduites rationnelles adaptées à l'environnement et à ses éventuelles difficultés. Il s'agit d'obéissance à la Règle, de l'imitation d'un comportement parental ou social qui ne saurait être totalement irrationnel. C'est un plaisir en soi, grâce à l'égophilie primaire.

Le rationalisme

La connaissance, scientifique ou magique, est une réponse à l'angoisse provoquée par l'ignorance.

Alors que les premiers enseignements sont fondés sur la confiance que l'enfant éprouve pour ses parents et ses maîtres, l'enseignement scientifique est fondé sur le doute. Il s'agit de ne plus croire ce qui ne peut pas être démontré, vérifié, éprouvé, et de comprendre ce qui est.

Le rationalisme s'attache à l'acquisition d'un savoir objectif susceptible de donner à celui qui l'adopte une meilleure maîtrise de l'environnement.

Grâce au mécanisme de l'habitude (égophilie primaire), le plaisir s'attache à la connaissance en elle-même, indépendamment des récompenses égophiles (secondaires) qu'il est toujours possible d'espérer ou même de la crainte de représailles éventuelles. Par un ensemble de règles strictes, nous parvenons à vérifier que nos observations ne sont pas le fruit de nos seuls désirs, mais d'une réalité partageable entre tous les hommes animés du même désir de savoir.

Autant la construction mentale du *moi* nous semble naturelle, alors qu'elle est entièrement acquise, autant il peut paraître étrange de s'identifier à ses propres recherches ou centres d'intérêt. C'est pourtant bien ce qui se produit.

Un homme impliqué dans une recherche passionnante peut éprouver plus de joies à y penser qu'à se pencher sur ce qu'il a appris à prendre pour lui-même. Il a passé trop d'années à étoffer son *moi* pour cesser d'y croire tout à fait, mais il passe de longues périodes de temps à agir plaisorieusement comme si son *moi* n'existait pas. Il a conservé une égophilie primaire intense qui peut l'emporter sur l'égophilie secondaire. N'est-ce pas cela, *conserver une âme d'enfant*?

Chapitre 16

Des exceptions à la Règle ?

La Règle pourrait-elle comporter des exceptions ?

L'auto-mutilation

Combien d'adolescents ou d'adultes malheureux, désorientés, se sont surpris un jour à se faire volontairement du mal ?

Laissons de côté les cas où il ne s'agit que d'un stratagème destiné à attirer désespérément l'attention de l'entourage. Ils sont certainement majoritaires et le problème est douloureux mais simple à comprendre.

Il est des personnes qui se blessent en cachette, sans y éprouver un plaisir. Serait-ce enfin l'Exception à la Règle ?

Quel plaisir supérieur à cette douleur physique motive ces gens ? Il convient de parler en termes de douleur. Toutes les hypothèses sont imaginables.

L'auto-mutilation peut être considérée comme de l'auto-punition, la solution à une culpabilité ressentie de manière intolérable, une mesure expiatoire. Il s'agirait donc d'un remède.

Au comble de l'impuissance, l'individu peut considérer que son corps est la seule forme matérielle au monde sur laquelle il puisse valablement exercer sa rancune, sa vengeance. Nous avons franchi les limites de la pathologie, mais la Règle s'applique encore.

L'individu est détaché de son propre corps, se considérant essentiellement comme un esprit, et la douleur de la blessure qu'il s'inflige peut devenir une jouissance masochiste. Elle correspond en effet au plaisir d'infliger une douleur au monde. La gymnastique mentale est ardue, mais dans le domaine du psychisme, tout est encore une fois permis.

Le suicide

Il ne constitue pas nécessairement la suite logique de l'auto-mutilation. Il s'agit* d'échapper à une vie trop pauvre en plaisirs et trop douloureuse, au point que la peur de la mort ne soit plus assez forte pour l'endiguer.

Nous ne sommes pas égaux dans la douleur de l'idée de la mort. L'influence culturelle est évidente, même si elle cède le pas à la conception personnelle que chacun de nous peut avoir de ce phénomène.

La conception de la vie joue un rôle fondamental dans le suicide. S'agit-il de se laisser glisser ou au contraire de rechercher des satisfactions, faute desquelles *la vie ne vaudrait plus la peine d'être vécue*?

La résignation, l'acceptation morne d'une vie sans grands plaisirs, interdisent le suicide, qui reste l'ultime forme de révolte.

À l'heure où le nombre de suicides croît de manière inquiétante chez les jeunes, la seule question à poser est la suivante :

Le monde dans lequel nous vivons leur propose-t-il vraiment plus de plaisirs et de raisons d'espérer que de douleurs et de craintes ?

* Nous ne retiendrons que les vrais suicides, quand la tentative est sincère et sérieuse, excluant également le sacrifice de sa vie par nostrophilie.

Chapitre 17

Conflits de désirs

Avec un psychisme composé d'un moteur asservi à un récepteur pouvant seul goûter le plaisir, nous aurions dû avoir de quoi être aisément heureux dès lors que notre vie n'était plus menacée par les prédateurs et la famine.

Est-ce le cas ?

Chacun de nos désirs contenant une douleur tant qu'il n'est pas satisfait, si nous ne parvenons pas à en réfréner le nombre, nous risquons à tout moment d'être traversés de douleurs élémentaires qui pourraient dépasser le plaisir des désirs que nous sommes à même de réaliser.

Notre malaise vient de la facilité que nous avons de nous créer des désirs, de la difficulté à tous les satisfaire, et du décalage fréquent qui existe entre le taux de plaisir que nous escomptions éprouver et la réalité.

Les sirènes de la publicité sont là pour maximiser le plaisir imaginaire que notre Inconscient va accoler à un désir. On peut même parler d'exagération.

Qu'y a-t-il de commun entre un café et la créature de rêve dont on nous promène la silhouette sous les yeux ? Le plaisir de la conscience. L'amalgame est parfaitement inintelligent, mais qui a prétendu que nous étions des animaux rationnels ? Pas les publicitaires.

On nous vend du rêve, mais nous vivons dans la réalité, et les rêves que nous ne pouvons espérer satisfaire deviennent vite douloureux. À moins d'être particulièrement favorisés, nous possédons tous des désirs qui ne seront jamais assouvis.

Parmi tous ceux qu'il nous est éventuellement possible de satisfaire, se pose le problème du choix. Comment sera-t-il résolu ?

Par la Règle. Donc par la note plaisorielle que chaque désir nous permet d'obtenir quand nous l'évoquons à la conscience, et qui *est censée refléter l'intensité du plaisir que nous aurons en réalisant ce désir.*

Les risques d'erreurs sont multiples.

Une fois qu'on a commencé à payer les traites de la maison de ses rêves, qu'on s'aperçoit qu'elle n'est pas aussi plaisante qu'on l'avait cru en visitant le pavillon témoin, et qu'on est obligé de se priver de tous les petits plaisirs dont on faisait son ordinaire auparavant (et auquel on ne faisait plus attention), le regret n'est pas loin, avec son cortège de douleurs, de reproches, d'auto-accusation ou de haines. Et pourtant, on avait tout pour être heureux.

L'argent, cette unité de mesure de la valeur sociale humaine, est bien évidemment le facteur limitant de nos plaisirs concurrents. Il nous force à des compromis où les chances de nous tromper sont multipliées.

Puisque le modèle rêvé est hors de notre portée, nous nous rabattons sur le suivant. Qu'en sera-t-il du plaisir obtenu par rapport au désir originel ? Si la note définitive est inférieure au désir de faire refaire le toit, que nous avons dû abandonner, encore une fois se dresse le spectre du regret, **alors que nous n'avions pas fait autre chose que choisir le désir qui nous promettait d'être d'un meilleur rendement plaisoriel.**

Entre plusieurs désirs concurrents, nous choisirons automatiquement le mieux noté, et notre hiérarchie personnelle reprend curieusement dans de nombreux cas l'ordre des coûts financiers. Nos désirs les plus prisés sont très souvent les plus chers à réaliser. Nul doute que nous subissons la contagion de la classification sociale par l'argent, et souvent, elle fait subir une déformation à notre appréciation de la réalité.

« ***Si c'est plus cher, c'est forcément mieux.*** » avons-nous tendance à penser. L'inconvénient d'un tel jugement, c'est qu'il nous induit à choisir en fonction de critères qui ne reflètent pas la véritable réalité de nos plaisirs, et nous entraînent à des erreurs d'appréciation.

Nos décisions se bornent souvent à un calcul arithmétique où la somme d'argent à consacrer aux désirs est répartie entre les plus onéreux. Tous les désirs sacrifiés, alors qu'ils étaient souvent plus facilement accessibles, vont se transformer en regrets d'autant plus douloureux que les désirs réalisés s'avéreront décevants.

Pour choisir de manière plus efficace, il faudrait nous détacher de l'échelle des coûts pour ne garder que celle de nos désirs purs, aussi proches que possible des plaisirs futurs. L'Inconscient ne peut se livrer automatiquement à ce genre de calculs. Il envisage la situation au cas par cas en commençant par le haut. L'idée que la meilleure satisfaction puisse dépendre de désirs secondaires est contre sa nature, et il ne saurait l'appliquer sans une modification profonde de son programme.

À quoi bon la douleur du regret ? Est-il censé nous rendre plus avisé en nous évitant pareils désagréments à l'avenir ? Comment pourrions-nous savoir que certains de nos désirs ont des notes *gonflées* ? Faut-il nous méfier systématiquement de tous nos désirs ? Plus directement, de notre égophilie secondaire, des sirènes qui la flattent ?

ET POUR FINIR...

Je, me, moi

Je pense donc je suis. Fatale erreur ! **Je** pense, parce qu'on a appris à le croire. Il serait plus vrai de dire que **je** subis la pensée, ou que **je** en bénéficie, si elle rapporte plus de satisfactions que de désagréments.

Je suis conscient. Voilà une proposition vraie. **Je souffre** en est une autre, mais je préfère **Je jouis**. **Je** subis d'autres variations de la perception consciente que **je** a de la réalité, mais il s'agit d'une poussière de choses qui n'existent que parce que **je** y trouve du plaisir ou de la douleur. Les années de son passé ont fait que **je** éprouve des joies et des peines au contact du monde tel qu'il lui est apparu. Rien de ce qui est indolore ou insipide n'existe pour **je**. Tout l'Univers connu se traduit en petits plaisirs et petites douleurs qui s'enchevêtrent dans un écheveau invraisemblable au centre duquel se trouve la construction que **je** a appris à appeler **moi**.

Je bénéficie des actes agréables que la conception des plaisirs possibles fait accomplir à son corps, et **je** subit les actes nécessaires que son corps doit accomplir pour lui garantir les plaisirs attachés aux désirs dont **je** bénéficie.

Je est un être essentiellement passif, qui subit du début à la fin une vie sur laquelle il ne peut rien. **Je** perçoit ces lignes écrites qui procurent petits plaisirs et petites douleurs. **Je** est censé en être l'auteur ou le lecteur, comme il est censé être un acteur de la vie. **Je** est un mot qui procure du plaisir. **Je** est un rêve d'esprit.

En guise de conclusion :

Égophilie contre nostrophilie, ou les deux ?

Chez les animaux, la nostrophilie représente l'amour maternel et l'instinct social. Les exemples ne manquent pas.

L'égophilie est représentée par la *préférence individuelle*. Lorsqu'il n'y a de la nourriture que pour un, *c'est d'abord pour moi*. Lorsqu'il n'y a qu'une femelle, *c'est d'abord pour moi*. Lorsqu'il faut un chef, *ce doit être moi*. Également menés par le même besoin, les individus s'affrontent pour déterminer qui verra son égophilie satisfaite et qui se résignera à chercher d'autres voies plaisorielles, en attendant son tour, car les chefs vieillissent et les meilleures places finissent toujours par se libérer... Le premier signe de soumission du plus faible suffit au plus fort, qui ne gaspille pas l'existence de l'autre, au niveau de l'intérêt de l'espèce considérée.

Lorsqu'il y a de la nourriture, de l'eau et (quand l'espèce est monogame) des femelles pour tous, les animaux les plus faibles mangent en dernier, mais leurs besoins élémentaires sont pleinement satisfaits. L'égophilie tend à privilégier les individus les plus aptes à la survie, mais la nostrophilie empêche le sacrifice inutile (ou nuisible à l'espèce) des plus faibles, qui forment une réserve, une sécurité pour l'espèce.

Comme l'être dit humain a su, grâce à son immense intelligence (!), se créer des besoins égophiles infinis, les chefs n'en finissent pas d'exiger davantage, et, au bas de l'échelle sociale terrestre, les besoins fondamentaux sont bafoués. Contrairement aux animaux (inférieurs), la nostrophilie est sans cesse refoulée plus bas par les exigences égophiles

insatiables, méthodiquement entretenues par la société de consommation. Le mécanisme vital pervers n'obéit plus à la logique de la vie et aux intérêts de l'espèce, créant des sous-espèces humaines toujours supérieures et des sous-espèces inférieures (qui subissent leur infériorité sociale de la naissance à la mort, avec des chances infimes d'échapper à leur destin). Entre ces deux extrêmes, les humains des sous-espèces moyennes aspirent à intégrer les sous-espèces supérieures, enviant leur niveau de vie.

Pour soulager leur nostrophilie contrariée devant la situation globale de l'humanité, beaucoup d'hommes pratiquent la *charité*, qui soulage leur douleur nostrophile sans remettre en cause les fondements d'un système dédié au culte de l'égophilie.

Chez l'homme, la nostrophilie ne joue plus son rôle de garde-fou contre l'égophilie. Dépassée, ignorée (en tant que source de plaisir), méprisée, la faiblesse de la nostrophilie est la cause des principaux problèmes qui se posent à notre monde (misère, surpopulation, pollution, guerres, etc.) et qui causeront peut-être sa disparition.

Une alternative à cette hypothèse dérangeante pourrait être la prise de conscience généralisée de notre inconscience et des mécanismes auxquels nous obéissons aveuglément, dans la certitude égophile de notre liberté.

Dans la réalité humaine, il n'y a pas véritablement de bien et de mal, de bons et de méchants, seulement des hommes qui cherchent à satisfaire leurs besoins de plaisirs, et qui sont amenés à infliger autour d'eux un certain nombre de désagréments ou de douleurs, parce qu'ils ne voient pas de meilleurs moyens. Ne serait-il pas possible d'imaginer un système social permettant d'éviter que le plaisir des uns soit une douleur aux autres ?

Le droit à l'orgueil

Le droit à la vie, cela devrait être aussi le droit à l'accomplissement égophile. C'est en niant ce besoin que la société se trouve

confrontée aux problèmes du vandalisme, de la contestation, des déprédations de toute nature et des crimes. Il n'y a pas de gestion sociale de l'égophilie. L'homme auquel on refuse la possibilité de construire (ou qui en ignore les moyens...) trouvera une satisfaction correspondante à détruire et à nier l'œuvre d'autrui de la même façon qu'il sent confusément qu'on nie son existence propre. La vengeance est un besoin inscrit dans les gènes, parce qu'elle est l'expression naturelle de l'égophilie contrariée.

On s'étonne et on s'indigne volontiers dans les pays riches de la survivance de l'obscurantisme dans les pays pauvres. Dans notre échelle de valeur fondée sur l'argent et la réussite matérielle, les habitants de ces pays connaissent un handicap de plus en plus insurmontable avec le développement exponentiel des connaissances scientifiques des pays développés, et ils en sont conscients. La seule voie restant à leurs aspirations égophiles, c'est la culture forcenée de leurs traditions, à travers laquelle notre réussite matérielle et technologique n'est d'aucun prestige. La surpopulation dans laquelle ils se complaisent est-elle autre chose que *la fierté d'avoir des descendants*, quand tous les autres motifs de satisfaction égophile semblent leur être interdits ?

Il y a une humanité à plusieurs vitesses. Tant que celle des vitesses supérieures continuera à cultiver *l'égophilie de l'avoir et de l'être*, on ne pourra demander aux classes inférieures, qui n'ont pas les mêmes facilités d'accès au savoir et à *l'avoir*, d'adopter avec enthousiasme des valeurs morales et sociales qui les dévalorisent.

On pourrait continuer longuement sur ce sujet, mais c'est déjà un autre livre... qui reste à écrire.

Paris, fin du II^e millénaire ap. J.-C.

Vous avez lu ?

Écrivez maintenant !

Félicitations ! Vous êtes parvenu(e) au terme de ce livre, et ça n'était pas toujours facile, reconnaissons-le. Voici le moment de faire le bilan. Plusieurs possibilités s'ouvrent à vous.

– La lecture vous a intéressé(e) sans plus, et c'est un peu dommage. Vous aurez sans doute intérêt à vous y replonger un peu plus sérieusement une autre fois, pour en apprécier toute la valeur... ou laissez le message tisser sa toile au sein de votre Inconscient.

– Vous êtes enthousiaste. Vous pouvez bien sûr écrire à l'auteur pour l'encourager, lui donner d'utiles conseils pour mieux diffuser ses idées qui, selon vous, le méritent. Mais votre devoir, si l'on peut dire, maintenant que vous **savez**, est désormais d'aider ce savoir à sortir de l'ombre. Parlez-en autour de vous, faites-le découvrir à d'autres, offrez ce livre à vos amis ! Le savoir contenu dans ce livre n'est pas la propriété de l'auteur, il vous appartient aussi de prendre vos responsabilités à son égard. Mérite-t-il d'être mieux connu ? Est-ce utile ? À vous de juger. À lui seul, l'auteur ne saurait faire connaître ce savoir et combattre toutes les formes d'obscurantisme, ayant pour but une humanité plus lucide, donc plus humaine. L'auteur a en préparation un ouvrage beaucoup plus sociologique, constituant les conséquences de *Pensée, Mode d'emploi*. Alors, si vous voulez en savoir davantage...

– Vous n'êtes pas d'accord sur tout, ou pas d'accord du tout. Ce livre nécessitait un lecteur ouvert... Si vos convictions vous ont rendu la lecture insupportable et que vous avez dû abandonner ces pages d'un coup sec, l'auteur n'a que des regrets à vous adresser, ne vous donnez pas la peine de lui écrire. Si, au contraire, vous avez lu ce livre en vous attachant à comprendre de tous vos neurones de bonne volonté, et que vous n'êtes pas d'accord sur tous les points (ou que vous n'êtes d'accord sur rien...), vous êtes

le(la) bienvenu(e). Donnez votre point de vue. Peut-être est-il meilleur que celui de l'auteur ? Soyez sûr d'être bien accueilli(e) de toute façon. Paradoxalement, rien ne soulagerait plus l'auteur que d'avoir tort ! Imaginez les années de difficultés, de démarches, et de travail qui l'attendent encore si nul ne lui démontre ses erreurs, et s'il continue à être assez fou pour vouloir être sage tout seul... L'aventure de ce livre a déjà une quinzaine d'années. Son sort est entre vos mains.

Profitez du vivant de l'auteur pour découvrir son site web à :

<http://jacquesraffin.eu/>

Glossaire

Besoin : Mental ou physique, inné ou acquis, il se caractérise par une phase d'attente de réalisation caractérisée par une tension douloureuse, souvent mêlée de l'espoir du plaisir de la phase de réalisation. Il pousse à un certain type de comportement, et lorsqu'il est inné, ce comportement est destiné à servir l'intérêt de l'espèce représentée par cet individu. D'une manière générale, les mammifères (et donc les hommes) sont entièrement déterminés par le jeu des besoins (sexualité, alimentation, élimination, égophilie, etc.), auxquels les circonstances de leur vie peuvent ajouter des besoins personnels acquis, qui sont en réalité toujours créés pour satisfaire à des besoins mentaux innés (essentiellement égophiles).

Conscience : La conscience est essentiellement une perception du monde extérieur, du corps et des pensées, et des plaisirs et douleurs qu'ils peuvent procurer. Elle est l'organe du psychisme qui peut seul ressentir plaisirs et douleurs, et elle est donc le but de toute l'activité psychique et l'instrument de mesure qui permet de servir celui-ci (Pages 14 à 50 et 62 à 77).

Désir : Il faut distinguer le désir dont on ne doute pas de la réalisation, qui n'est alors qu'un espoir ordinaire, de celui qu'on conjugue au conditionnel et qui peut ne jamais devenir actuel. Ce dernier est un mélange d'espoir et de crainte, mélange de plaisir et de douleur imaginaires présents et anticipés, dont la force relative peut varier au fil des événements vécus. Un désir est une sorte de besoin artificiel qui se crée en réponse aux sollicitations du milieu (par exemple, et encore une fois, la publicité).

Éducation : Nous entendons par éducation l'apprentissage de la vie par l'enfant, indépendamment des désirs et des efforts parentaux ou sociaux, jusqu'à ce qu'il ait atteint l'âge adulte. C'est un cheminement personnel, suivant un itinéraire unique, qui fera de chaque homme un être strictement exceptionnel, ce qui ne veut pas dire remarquable. En réalité, l'éducation ne cesse qu'avec la sénilité, la vie nous apprenant à vivre, mais la majeure partie du travail est faite avant l'âge de quinze ans.

Égophilie : Néologisme exprimant le besoin mental inné qu'éprouve tout mammifère à s'intéresser à son propre sort le mieux possible et à dominer la réalité qui l'entoure.

Égophilie primaire : Elle pousse l'individu à découvrir le monde et à s'y adapter. Chez l'homme, cela représente la curiosité (enfantine ou scientifique) et l'habitude.

Égophilie secondaire : Elle pousse l'individu à dominer son environnement, ses congénères, et à rechercher la place la plus agréable. Chez l'homme, l'E.S. est représentée par l'amour-propre, l'ambition, le sens de l'honneur, l'orgueil, la vanité, etc.

Espoir : Anticipation de plaisir. Plaisir imaginé à partir d'un souvenir plaisant, identique, approchant, ou reconstitué à partir de témoignages extérieurs. Un espoir est également un plaisir, dans la mesure où il est agréable, souvent plus que le plaisir obtenu par la suite.

Fantôme : Cet adjectif désigne les perceptions de la conscience qui ne sont pas d'origine sensorielle. Elles sont formées de mots (ce sont alors des pensées) ou imitent assez mal des sensations physiques véritables. Il s'agit par exemple de représentations mentales d'images, de sons, d'odeurs, de goûts, de sensations corporelles, avec un flou caractéristique, qui évite toute confusion avec la réalité extérieure.

L'Inconscient : Il est le maître incontesté du psychisme, le moteur, le réservoir, l'unité centrale dont la conscience n'est que le moniteur, la chaîne de télévision dont elle n'est que le récepteur ; mais elle est aussi son but, sa raison d'exister. Il est son fidèle serviteur, habile ou maladroit, selon l'appréciation qu'il a pu obtenir de la réalité, le pourvoyeur de ses plaisirs et son garde du corps... (Page 78 et suivantes)

Jugement : Le jugement est la décision par laquelle l'Inconscient enregistre une information-message nouvelle (venue des sens ou fabriquée à partir d'informations existant déjà en mémoire) dans une case-mémoire qu'il lui affecte, avec une notation plaisorielle spécifique. Un jugement peut être remis en question, subir des variations, s'il est fréquemment utilisé, ou rester stable, s'il est rarement évoqué. Il sert à produire d'autres jugements ; sa note

influence la notation et son rôle est d'autant plus important qu'elle est plus forte. Les meilleurs jugements, ceux qui garantissent la meilleure efficacité, sont les jugements conscients, parce que l'Inconscient fait défiler à la conscience la totalité des arguments qui lui permettront une meilleure efficacité. Au contraire, les jugements inconscients, par exemple destinés à noter une perception qui semble sans commune mesure avec l'occupation plaisorielle de la conscience, attirent peu d'arguments et sont expédiés rapidement.

Nostrophilie : Néologisme exprimant le besoin mental inné de protéger les êtres plus faibles qui ne contrarient pas notre égophilie mais la flattent ou, au moins, ne la concurrencent pas. Chez l'homme, elle représente l'amour désintéressé, la philanthropie, etc.

Peur : Anticipation de douleur. Elle est l'opposé de l'espoir. Comme lui, elle est douloureuse et peut l'être davantage que la douleur redoutée. (Il y a plus de peur que de mal...) La peur peut être ressentie agréablement quand on sait que l'objet redouté est irréaliste, impossible, fictif, car elle renforce le sentiment de sécurité, de paix, de confort (plaisir des films-catastrophes). C'est un plaisir, dans la mesure où le spectateur est très souvent conscient qu'il s'agit d'une fiction, s'il ne joue pas le jeu et fait l'aller-retour entre son siège tranquille et les personnages terrifiés auxquels il s'identifie.

Plaisoriel : Néologisme exprimant le caractère marquant chacune de nos perceptions ou de nos activités, réparties entre plaisirs et douleurs.

Notation plaisorielle : Il s'agit de l'intensité du plaisir ou de la douleur attaché à chacun des éléments conservés ou produits par l'Inconscient. Le néologisme plaisoriel qualifie quelque chose qui peut être agréable ou douloureux, selon que sa notation est positive ou négative. La totalité de notre univers connu est plaisorielle. Tout ce que nous connaissons a été étiqueté d'une manière plaisorielle positive ou négative, car la notation est la seule référence de l'Inconscient en matière d'efficacité psychique.

Souvenir : C'est un élément de la mémoire de l'Inconscient, le contenu brut d'une unité de rangement, la case-mémoire. Il y a une grosse différence avec le produit net de la case-mémoire, la pensée-souvenir, que l'Inconscient émet vers la conscience et qui est produite à partir des souvenirs (Cf les chapitres consacrés à l'Inconscient, page 78 à 123).

Table des matières

Avant-propos	4
Méthode de l'introspection	7
Introduction	9
I Les illusions de la conscience	13
1 L'illusion fondamentale	14
2 La Règle	27
3 La conscience remise à sa place?	42
II Les rouages de l'esprit	51
4 Zéro plus zéro égale l'infini	53
5 La conscience	62
6 L'Inconscient, une organisation	78
7 Jugements et notation	95
8 Le Maître à penser	107
9 La personnalité	124
10 Danger : inconscience !	134
11 Entr'acte	138
III Psychologie... jivaro ?	151
12 Plaisirs, et douleurs	153
13 L'égophilie	160
14 La nostrophilie	208
15 Quelques plaisirs	226
16 Des exceptions à la Règle?	247
17 Conflits de désirs	249
Et pour finir...	253
<i>Je, me, moi</i>	254
Égophilie contre nostrophilie, ou les deux?	255
Vous avez lu ? À vous de jouer, maintenant !	258
Glossaire	260

Ce livre a été produit, réalisé et imprimé par l'auteur.

Merci d'excuser les éventuelles imperfections techniques.

Achévé au 4^e trimestre 1996.