

CHAPITRE 2

TU CROIS QUE TU PENSES

« *La liberté de penser ne sert à rien si tu utilises un cerveau préprogrammé.* »

Tu as probablement déjà dit ça.

« *Moi, je pense par moi-même.* »

C'est une phrase agréable. Elle a le goût propre des choses qu'on prononce pour ne pas avoir à les vérifier. Elle sonne bien. Elle pose une petite barrière autour de ton ego, avec une pancarte respectable : propriété privée, esprit indépendant, défense d'entrer.

Tu la dis peut-être devant un débat politique. Devant une discussion de famille. Devant un reportage. Devant un ami qui répète trop bien les slogans de son camp. Tu regardes les autres s'aligner, s'indigner au bon moment, aimer ce qu'il faut aimer, haïr ce qu'il faut haïr, et tu te dis que toi, au moins, tu as encore cette qualité rare : une pensée personnelle.

C'est mignon.

Le problème, ce n'est pas que tu mens. Le problème est plus embarrassant : tu es probablement sincère.

Tu crois vraiment penser depuis un lieu neutre, intime, souverain. Tu crois que tes opinions sortent de toi comme l'eau d'une source. Tu crois que tes goûts, tes valeurs, tes indignations, tes dégoûts et tes évidences sont les fruits d'un long dialogue intérieur entre ton intelligence et le monde.

En réalité, beaucoup de ce que tu appelles « penser » consiste à reconnaître une forme familière, à ressentir quelque chose, puis à fabriquer une explication acceptable après coup.

Tu n'es pas une pure conscience assise au centre de toi-même.

Tu es une archive nerveuse.

Une accumulation d'interdits, de récompenses, de peurs, de mots entendus trop tôt, de phrases répétées trop souvent, d'humiliations discrètes, de loyautés non examinées, de réflexes sociaux et de petits arrangements avec ton besoin d'être aimé.

Tu ne penses pas dans le vide. Personne ne pense dans le vide. Même le vide a une éducation.

Tu penses depuis une langue qui existait avant toi. Depuis une famille qui a nommé le monde avant que tu puisses le contester. Depuis une école qui t'a appris à répondre correctement avant de t'apprendre à demander dangereusement. Depuis un milieu qui t'a soufflé ce qui était réaliste, ridicule, noble, honteux, possible ou « pas pour nous ». Depuis une époque qui t'a livré ses obsessions sous forme de mots tendance et de paniques collectives.

Tu appelles ça ta personnalité.

C'est souvent ton historique de téléchargement.

2.1. La sensation trompeuse d'avoir une pensée personnelle

La pensée personnelle se reconnaît rarement à son intensité.

On peut défendre une idée avec passion parce qu'elle est juste. On peut aussi la défendre avec passion parce qu'elle tient une partie de notre identité debout. La force avec laquelle tu crois quelque chose ne prouve pas que cette chose vient de toi. Elle prouve seulement qu'elle est bien installée.

Une idée héritée peut brûler plus fort qu'une idée construite.

C'est même à cela qu'on la reconnaît parfois : elle ne supporte pas d'être touchée.

Tu crois avoir une opinion personnelle sur la réussite. Mais qui t'a appris ce qu'était réussir ? Qui t'a montré les vies enviables ? Qui t'a fait comprendre qu'un métier stable valait mieux qu'une vocation incertaine, ou l'inverse ? Qui a décidé que l'argent était vulgaire, noble, sale, nécessaire, honteux, rassurant ? Qui t'a transmis la définition du respect ?

Tu crois avoir une opinion personnelle sur l'amour. Mais combien de films, de chansons, de silences familiaux, de séparations mal digérées, de modèles conjugaux boiteux et de fantasmes romantiques ont parlé avant toi ?

Tu crois avoir une opinion personnelle sur la politique. Mais si tu étais né dans une autre maison, une autre classe sociale, une autre langue, un autre pays, avec d'autres peurs et d'autres ennemis désignés, serais-tu encore aussi certain d'avoir « toujours pensé ça » ?

La phrase « j'ai toujours pensé ça » devrait inquiéter davantage.

Elle ne prouve pas la solidité d'une idée. Elle prouve parfois seulement que personne n'a jamais réussi à entrer dans la pièce où elle dormait.

Ce que tu appelles pensée personnelle est souvent une pensée adoptée assez tôt pour ne plus avoir l'air étrangère.

Elle a pris ton accent. Elle utilise tes expressions. Elle s'habille avec ton vécu. Elle a appris à se présenter comme une évidence intime.

Et toi, parce qu'elle parle avec ta voix, tu crois qu'elle t'appartient.

C'est ainsi que les cages les plus efficaces fonctionnent : elles ne ressemblent pas à des cages. Elles ressemblent à des goûts, à des valeurs, à du bon sens, à des blessures anciennes devenues principes moraux.

Le conditionnement n'a pas toujours la brutalité d'un ordre.

Parfois, il prend la forme douce d'une phrase répétée.

« On est comme ça, nous. »

« Dans la vie, il faut être raisonnable. »

« Ne fais pas d'histoires. »

« Tu verras quand tu seras grand. »

« Les gens comme nous ne peuvent pas se permettre ça. »

À force, ces phrases ne restent pas dehors. Elles entrent. Elles s'installent. Elles deviennent le décor intérieur depuis lequel tu crois décider.

Le plus inquiétant n'est pas qu'on t'ait influencé.

Le plus inquiétant, c'est que tu aies fini par appeler cette influence « moi ».

2.2. Le cerveau préfère la cohérence à la vérité

Ton cerveau n'est pas un tribunal idéal où les faits comparaissent devant une raison impartiale.

C'est une machine de survie.

Il ne cherche pas d'abord le vrai. Il cherche ce qui te permet de continuer sans te désintégrer. Il veut de la cohérence, de la stabilité, de l'économie d'énergie. Il veut que ton monde tienne assez longtemps pour que tu puisses te lever demain, répondre aux messages, supporter les gens, payer ce qui doit l'être et maintenir cette fragile fiction qu'on appelle une vie normale.

La vérité, elle, est rarement aussi prévenante.

Elle dérange. Elle complexifie. Elle oblige à revoir les arrangements internes. Elle demande parfois de trahir un groupe, une famille, une version aimable de soi-même. Elle coûte cher en énergie mentale, en appartenance, en tranquillité.

Voilà pourquoi tu ne cherches pas toujours à comprendre.

Souvent, tu cherches à ne pas t'effondrer.

Quand une information menace ton équilibre intérieur, ton cerveau ne dit pas : « Formidable, voici l'occasion d'affiner ma compréhension du monde. » Il dit plutôt : « Danger. Réduire. Éviter. Ridiculiser. Repousser. Revenir à la version précédente. »

Et il est très doué.

Il sait produire des justifications avec une rapidité admirable. Il sait transformer une peur en argument. Il sait appeler prudence ce qui est parfois lâcheté, nuance ce qui est parfois évitement, fidélité ce qui est parfois soumission, réalisme ce qui est parfois résignation.

Tu ne mens pas forcément aux autres.

Tu commences par te rendre fréquentable à tes propres yeux.

C'est là que la pensée devient suspecte. Non pas parce qu'elle serait toujours fausse, mais parce qu'elle est souvent produite après la réaction. D'abord, tu sens. Ensuite, tu traduis. Puis tu présentes cette traduction comme un raisonnement.

Tu n'as pas pensé.

Tu as habillé ton réflexe.

Quelqu'un critique ton camp, ton métier, ton couple, ton pays, ta croyance, ta génération, ton mode de vie. Avant même d'avoir analysé, quelque chose se contracte. Tu sens une attaque. Tu cherches la faille dans ce qui est dit. Tu te souviens soudain d'un contre-exemple. Tu deviens très attaché à la complexité, surtout quand elle protège ce que tu ne veux pas regarder.

La complexité est utile.

Elle est même indispensable.

Mais elle devient parfois le coussin préféré des lâches intelligents.

« C'est plus compliqué que ça » peut être le début d'une vraie réflexion. Ou la housse de protection d'une idée qui ne veut pas être approchée.

Ton cerveau adore ce genre de housses. Il les appelle prudence, objectivité, équilibre. Il les range ensuite dans le placard du bon sens.

Et tu dors mieux.

Pas forcément plus libre.

Juste mieux calé dans ton système.

2.3. Ton opinion comme badge d'appartenance

Une opinion n'est pas toujours une idée.

Souvent, c'est un badge.

Elle signale où tu te places, avec qui tu veux être confondu, de qui tu veux être séparé, dans quelle tribu tu demandes l'autorisation d'exister.

Tu crois dire : « Je pense ceci. »

Tu dis aussi : « Je suis des vôtres. »

C'est pour cela que certaines opinions ne survivent pas seules. Elles ont besoin d'un public. Elles se réchauffent dans un groupe. Elles deviennent plus fortes quand elles sont applaudies, partagées, likées, reprises par des gens qui te ressemblent assez pour que tu puisses te sentir confirmé.

On parle beaucoup du courage d'avoir des opinions.

On parle moins du confort d'avoir les bonnes au bon endroit.

Dans certains milieux, il faut être progressiste pour être fréquentable. Dans d'autres, il faut être anti-système. Ailleurs, il faut être modéré, spirituel, rationnel, patriote, cynique, inclusif, radical, entrepreneurial, indigné, apaisé, transgressif mais pas trop, lucide mais pas désespérant, drôle mais pas dangereux.

Chaque groupe a ses mots de passe.

Ses ennemis autorisés.

Ses indignations obligatoires.

Ses tabous internes.

Ses vérités qu'il faut défendre avec enthousiasme et ses questions qu'il vaut mieux formuler ailleurs, très loin, avec une fausse identité.

Tu peux te croire libre parce que tu es en désaccord avec le groupe d'en face. Mais être en désaccord avec ceux que ton groupe t'a appris à mépriser ne demande pas beaucoup de courage. C'est même l'une des formes les plus confortables de la conformité.

Le vrai test commence lorsque tu déranges les tiens.

Lorsque tu poses une question que ton propre camp préfère éviter.

Lorsque tu refuses une simplification qui t'arrangerait pourtant.

Lorsque tu regardes une contradiction chez ceux que tu aimes, que tu soutiens, que tu cites, que tu fréquentes, que tu aimerais continuer à trouver moralement supérieurs.

Là, soudain, l'air change.

Les gens ouverts deviennent prudents.

Les gens libres deviennent nerveux.

Les gens tolérants découvrent des limites très précises à leur tolérance.

Et toi, tu comprends quelque chose d'utile : une opinion n'est pas seulement ce que tu penses. C'est parfois ce que tu dois continuer à penser pour rester invité.

Il existe des pensées qui coûtent une conversation.

D'autres coûtent un cercle.

Certaines coûtent une famille.

Quelques-unes coûtent la version de toi qui savait se faire aimer sans trop déranger.

C'est pour cela que la plupart des gens ne pensent pas jusqu'au bout.

Ils s'arrêtent juste avant le prix.

2.4. La pensée critique comme costume social

La pensée critique est devenue une posture très confortable.

Tout le monde en veut. Tout le monde en parle. Tout le monde s'en réclame. Même les gens qui répètent docilement les phrases de leur tribu se disent évidemment critiques, indépendants, éveillés, informés, difficiles à manipuler.

Personne ne se présente comme un produit fini du conditionnement.

Ce serait mauvais pour l'estime de soi.

On préfère dire qu'on a du recul.

Le recul est une chose étrange. Beaucoup en parlent comme s'il suffisait de se pencher un peu en arrière pour voir clair. Mais le recul peut lui aussi être une pose. On peut prendre de la distance avec ce qui ne nous engage pas, analyser froidement les croyances des autres, démonter leurs contradictions avec élégance, puis redevenir soudain très sensible dès que le scalpel approche nos propres organes.

La pensée critique commence rarement là où l'on critique les illusions du voisin.

Elle commence quand on trouve enfin suspect ce qui nous arrange.

C'est beaucoup moins agréable.

Critiquer la publicité quand on n'aime pas les marques, c'est facile.

Critiquer la religion quand on n'a jamais cru, c'est confortable.

Critiquer le couple quand on est seul, ou le célibat quand on est bien installé, ou la bourgeoisie quand on n'en possède pas les codes, ou le peuple quand on n'en supporte pas l'odeur sociale : tout cela peut donner de très beaux discours.

Mais penser vraiment demande autre chose.

Il faut attaquer la partie de soi qui bénéficie du mensonge.

Celle qui tire avantage d'un récit.

Celle qui se sent supérieure grâce à une indignation.

Celle qui se protège derrière une blessure.

Celle qui confond lucidité et élégance du mépris.

Celle qui a bâti son identité sur le fait de ne pas être « comme les autres », formule généralement prononcée par des milliers de personnes interchangeables avec un sérieux touchant.

La pensée critique est devenue un vêtement.

On l'enfile pour avoir l'air moins nu.

On cite quelques auteurs, on utilise deux ou trois termes solides, on connaît les biais cognitifs les plus connus, on sait dire « construction sociale » sans tousser, on repère les manipulations grossières, on méprise les crédules, on évite les pièges trop visibles.

Et l'on se croit libre.

Mais un cerveau qui connaît le mot « biais » n'est pas libéré de ses biais.

Il est seulement devenu capable de les expliquer chez les autres.

C'est un progrès mondain, pas une révolution intérieure.

La lucidité réelle ne donne pas toujours l'air intelligent. Souvent, elle rend moins sûr, moins rapide, moins brillant en société. Elle retire les raccourcis. Elle abîme les punchlines. Elle oblige à reconnaître qu'une partie de ce qu'on défend nous arrange, qu'une partie de ce qu'on déteste nous menace, qu'une partie de ce qu'on appelle vérité n'est qu'une préférence qui a trouvé de bons vêtements.

Voilà pourquoi la pensée critique authentique est si rare.

Elle n'est pas rentable narcissiquement.

Elle ne sert pas à gagner un débat.

Elle sert parfois à perdre un confort.

2.5. Ce qui résiste quand tu changes de camp

Essaie.

Pas pour toujours. Pas même par conviction.

Essaie seulement de déplacer une idée.

Prends une opinion que tu tiens pour évidente. Pas une opinion décorative. Pas une préférence sans conséquence. Une vraie. Une de celles qui te situent. Une de celles qui te donnent un camp, une cohérence, une petite dignité intérieure.

Puis imagine que tu la quittes.

Ne cherche pas encore l'opinion inverse. Ne te précipite pas vers un nouveau drapeau. Reste un instant dans l'espace entre les deux. Ce lieu est inconfortable, donc intéressant.

Observe.

Qu'est-ce qui se lève en premier ?

Un argument ?

Ou une peur ?

La peur d'être confondu avec des gens que tu méprises. La peur de trahir ceux qui pensent comme toi. La peur de perdre une supériorité morale. La peur de découvrir que tu as répété pendant des années une phrase que tu n'avais jamais vraiment vérifiée. La peur d'être seul, sans bannière, sans langage prêt à l'emploi, sans camp pour applaudir ta nuance.

C'est là que la pensée commence à sentir le prix du réel.

Changer d'avis n'est pas seulement modifier une phrase dans son cerveau. C'est parfois déplacer tout un réseau d'appartenances. Les gens disent aimer ceux qui évoluent. Ils aiment surtout ceux qui évoluent dans la bonne direction, c'est-à-dire vers eux.

Si tu changes contre ton groupe, tu découvriras très vite que la liberté de penser est admirée surtout lorsqu'elle confirme les attentes de ceux qui l'applaudissent.

On dira que tu t'es perdu.

Que tu as été influencé.

Que tu deviens confus.

Que tu fais le jeu de l'ennemi.

Que tu n'es plus toi-même.

Formule fascinante.

Comme si « toi-même » désignait une personne vivante, et non la version de toi que les autres savaient utiliser sans surprise.

La résistance intérieure que tu ressens n'est pas toujours la preuve qu'une idée est fausse.

Parfois, c'est la preuve qu'elle touche un verrou.

Il y a des vérités que tu peux examiner tranquillement parce qu'elles ne menacent rien d'essentiel. Tu peux débattre de systèmes économiques, de philosophie antique, d'alimentation, de cinéma, d'écologie, de morale, tant que cela reste dans la zone acceptable de ton identité.

Mais dès qu'une idée menace ton architecture personnelle, tout devient plus physique.

Le corps entre dans la pièce.

La gorge se serre.

Le ton monte.

La mauvaise foi devient agile.

L'humour devient défense.

La fatigue arrive opportunément.

Tu n'as plus envie de discuter.

Tu appelles ça « poser tes limites ».

Parfois, c'est vrai.

Parfois, c'est ton programme qui protège son territoire.

Personne ne pense librement sans traverser cette zone.

Personne.

Pas même ceux qui ont lu beaucoup de livres, ce qui leur donne souvent seulement des prisons mieux meublées.

La question n'est pas : as-tu été conditionné ?

Oui.

La question est : à quel moment deviens-tu capable de sentir le conditionnement en train de parler à ta place ?

2.6. Clôture : tu as hérité d'un logiciel

Tu n'as pas choisi tes premières peurs.

Tu n'as pas choisi ta langue maternelle.

Tu n'as pas choisi les gestes d'amour qu'on t'a montrés, ni ceux qu'on t'a refusés. Tu n'as pas choisi les humiliations qui t'ont appris à baisser le ton, les récompenses qui t'ont appris à sourire au bon moment, les silences qui t'ont appris à ne pas poser certaines questions.

Tu n'as pas choisi le monde symbolique dans lequel tu as commencé à nommer les choses.

Et pourtant, à partir de tout cela, tu as construit « toi ».

Ce n'est pas une accusation.

C'est pire : c'est une description.

Tu es un arrangement provisoire entre ce que tu as reçu, ce que tu as fui, ce que tu as imité, ce que tu as cru dépasser, ce que tu as refoulé, ce que tu as transformé en principe et ce que tu continues à défendre parce que sans cela, tu ne saurais plus très bien où poser ton visage.

Penser ne consiste pas à prétendre sortir de tout conditionnement.

Cette prétention est une autre cage, souvent réservée aux gens cultivés, aux rebelles de salon et aux amateurs de grandes déclarations sur la liberté intérieure.

Penser commence plus modestement.

Plus salement.

Penser commence quand tu entends en toi une phrase et que tu demandes : qui parle ?

Moi ?

Ma peur ?

Ma famille ?

Mon époque ?

Mon camp ?

Ma blessure ?

Mon besoin d'être aimé ?

Mon désir d'avoir raison ?

Mon ancienne honte déguisée en valeur ?

Ce simple doute suffit à fissurer beaucoup de décor.

Il ne te rendra pas libre.

Pas encore.

Mais il peut te rendre moins automatique.

Et c'est déjà une petite trahison du programme.

Ne te précipite pas pour remplacer tes anciennes certitudes par de nouvelles. C'est la manie des esprits pressés : ils quittent une prison et cherchent immédiatement une décoration plus moderne pour la suivante.

Reste un instant dans le trouble.

Supporte de ne pas savoir.

Supporte de ne pas appartenir immédiatement.

Supporte de ne pas transformer chaque inconfort en opinion.

C'est là, dans cette suspension désagréable, que quelque chose peut commencer à penser.

Pas briller.

Pas convaincre.

Pas gagner.

Penser.

Tu n'as pas choisi tes pensées.

Tu as hérité d'un logiciel, et tu l'as renommé personnalité.

La bonne nouvelle, si l'on peut appeler ça une bonne nouvelle sans insulter le mot, c'est qu'un logiciel peut buguer.

Et parfois, ce bug s'appelle lucidité.