

Après le succès d' *Éloge du carburateur*, qui mettait en évidence le rôle fondamental du travail manuel, Matthew B. Crawford, philosophe-mécanicien, s'interroge sur la fragmentation de notre vie mentale. Ombres errantes dans la caverne du virtuel, hédonistes abstraits fuyant les aspérités du monde, nous dérivons à la recherche d'un confort désincarné et d'une autonomie infantile qui nous met à la merci des exploités de " temps de cerveau disponible ".

Décrivant l'évolution des dessins animés ou les innovations terrifiantes de l'industrie du jeu à Las Vegas, Matthew B. Crawford illustre par des exemples frappants l'idée que notre civilisation connaît une véritable " crise de l'attention ", qu'il explore sous toutes les coutures et avec humour, recourant aussi bien à l'analyse philosophique qu'à des récits d'expérience vécue. Il met ainsi au jour les racines culturelles d'une conception abstraite et réductrice de la liberté qui facilite la manipulation marchande de nos choix et appauvrit notre rapport au monde.

Puisant chez Descartes, Locke, Kant, Heidegger, James ou Merleau-Ponty, il revisite avec subtilité les relations entre l'esprit et la chair, la perception et l'action, et montre que les processus mentaux et la virtuosité des cuisiniers, des joueurs de hockey sur glace, des pilotes de course ou des facteurs d'orgues sont des écoles de sagesse et d'épanouissement. Contre un individualisme sans individus authentiques et une prétendue liberté sans puissance d'agir, il plaide avec brio pour un nouvel engagement avec le réel qui prenne en compte le caractère " incarné " de notre existence, et nous réconcilie avec le monde.

# Contact

Pourquoi nous avons perdu le monde et comment le retrouver

Matthew B. Crawford

La Découverte 2016

**N**ous sommes en train de vivre une véritable crise de l'attention. C'est du moins ce dont se plaignent de plus en plus de gens à propos de la technologie. Notre activité mentale paraît de plus en plus balkanisée, et nous commençons à nous demander si nous sommes capables de préserver un moi cohérent. Par moi cohérent, j'entends une conscience individuelle capable d'agir conformément à des objectifs et des projets bien établis au lieu de papillonner au gré du moment. La question de l'attention est cruciale pour notre vie mentale et son caractère problématique est ressenti par beaucoup de gens. Elle nous offre donc une rare opportunité de poser à nouveaux frais une très vieille question philosophique : qu'est-ce qu'un être humain ?

La nécessité d'une telle reformulation découle de profondes évolutions culturelles, dont la trajectoire présente à mes yeux une certaine cohérence : cette dynamique prend sa source à l'époque des Lumières, connaît une forte accélération au XX<sup>e</sup> siècle et atteint ce qui est peut-être son apogée aujourd'hui. S'il ne fait pas de doute que les technologies numériques contribuent à la crise contemporaine de l'attention, celle-ci est aussi l'aboutissement d'une conception de l'être humain qui remonte à plusieurs siècles et qui est désormais tellement prégnante qu'il est difficile d'en faire un objet d'enquête. Cette conception repose sur une compréhension spécifique de notre rapport au monde, au-delà de nos représentations.

Car notre rapport au réel est censé obéir avant tout à des *représentations* mentales. La vie devient une imitation de la théorie : nous menons une existence fortement médiatisée où il ne fait pas de doute que ce rapport passe de plus en plus par des représentations préfabriquées à notre intention. L'expérience humaine est devenue un artefact sophistiqué et, de ce fait, éminemment manipulable.

En essayant de comprendre notre expérience du rapport aux objets réels et à nos semblables, j'ai été amené à remettre en question les théories traditionnelles de la cognition humaine et à interroger les contraintes auxquelles elles soumettent notre existence quotidienne, en particulier la façon dont elles rendent illisibles certains aspects de notre propre expérience. Tout au long de cette enquête, je m'efforcerai de mettre en évidence certains traits étranges de notre culture, comme notre approche de l'éducation ou l'atmosphère de nos espaces publics.

M'appuyant sur certains courants de pensée dissidents de notre tradition philosophique, j'entends donner une image plus juste de notre rapport au réel et à autrui. J'espère que cette compréhension alternative nous aidera à mieux penser la crise contemporaine de l'attention et à retrouver certaines possibilités d'épanouissement humain.

Mon argumentation reposera sur des études de cas portant sur le fonctionnement de l'attention dans différents domaines de compétence pratique. Il n'est pas ici question de susciter chez le lecteur la fantaisie de devenir cuisinier professionnel, pilote de moto de course ou facteur d'orgues. Il s'agit plutôt de montrer que ce type d'activités, qui supposent une immersion complète dans un contexte donné, ont quelque chose à nous dire sur la nature humaine, quelque chose qui tend à se perdre dans la compréhension dominante que l'Occident a de lui-même.

Les domaines de compétence pratique fonctionnent comme des points d'ancrage de notre rapport au réel – des points de triangulation avec les objets et nos semblables, qui ont leur propre réalité. Le résultat le plus surprenant de cette enquête (du moins à mes yeux), c'est qu'une « individualité » est susceptible d'émerger d'une telle triangulation. Un véritable exploit dans une société de masse qui parle le langage de l'individualisme tout en le vidant de sa substance.

L'idée d'écrire ce livre m'est venue un jour que j'utilisais ma carte bancaire pour payer mes courses à une caisse automatique. Les yeux fixés sur l'écran, j'attendais qu'il m'indique la prochaine étape à suivre. C'est pendant ces quelques secondes que je me suis rendu compte qu'un petit génie du marketing avait compris que tout acheteur dans cette situation est aussi un public captif. Pendant chaque intervalle entre l'introduction de ma carte, la confirmation du montant de mes achats et la saisie de mon code confidentiel, des publicités défilaient à l'écran. La durée même de ces intervalles, que je tenais jusque-là pour un simple réquisit technique, trahissait désormais son caractère prémédité. Ces pauses servaient l'intérêt de certaines personnes.

Ce type d'intrusion est omniprésent. Récemment, alors que je m'installais dans un avion pour Chicago, en dépliant la tablette face à mon siège j'ai découvert que sa surface était entièrement recouverte d'une publicité pour Droid, le smartphone multimédia. À l'aéroport international d'O'Hare, la rampe mobile de l'escalator répétait à l'infini un message du groupe financier Lincoln : « C'est toi qui décides® ». Une fois arrivé à mon hôtel, on m'a remis une carte clé magnétique dont une face vantait les restaurants Benihana. Jusqu'à il y a peu de temps encore, le fait que ce type de carte magnétique offre une surface visuellement exploitable de quelques centimètres carrés était passé inaperçu, ou plutôt il n'avait pas été monétisé. La dernière grande découverte du capitalisme, c'est que plus, que dans une économie de l'information, nous vivons dans une véritable économie de l'attention, du moins si on applique le terme d'« économie » à toute ressource rare et donc précieuse. Comme l'illustrent les exemples que je viens de donner, ce qui compte dans cette affaire c'est le développement d'une technologie sociale, pas l'invention d'un gadget électronique : il n'y a rien d'intrinsèquement « numérique » dans le fait de transformer une surface à caractère indéniablement public en instrument de marketing.

Certes, nous avons développé diverses méthodes pour échapper aux messages commerciaux, comme porter des écouteurs ou nous réfugier derrière nos écrans personnels. Mais les passagers des bus de Séoul, en Corée du Sud, sont désormais confrontés à une *nec plus ultra* du marketing : la publicité leur monte littéralement au nez. Chaque fois que les haut-parleurs du bus vantent la chaîne de restauration rapide Dunkin' Donuts – chaque fois que le véhicule est sur le point de faire une halte près de l'un de ses établissements –, le système de ventilation diffuse une odeur de café de chez Dunkin' Donuts. Et la voix d'un annonceur renchérit en vous signalant la chose, au cas où l'arôme vous aurait échappé. Ce type de publicité est particulièrement agressif et envahissant, mais on peut aussi considérer qu'il est particulièrement bien ciblé, dans la mesure où il vise les passagers qui commencent leur journée de travail et déclenche leur envie de café par le biais de cette exposition olfactive juste au moment où, comme par hasard, voilà qu'apparaît un Dunkin' Donuts à proximité de l'arrêt de bus ! L'agence de créatifs responsable de cette merveille a été récompensée par ses pairs par un Lion de Bronze pour la « meilleure utilisation de la publicité ambiante »<sup>1</sup>.

Mais il reste de nombreux supports à exploiter. Dans beaucoup d'établissements scolaires, le dos des copies, des bulletins de notes, des autorisations de sortie et autres messages que les enseignants font transmettre aux parents par les élèves est toujours vierge : quel gaspillage ! Heureusement, le district scolaire de Peabody, Massachusetts, s'est positionné à l'avant-garde en vendant de l'espace publicitaire au verso de ces documents.

Mais la publicité intrusive n'est que la partie émergée d'un immense iceberg culturel ; certaines des dimensions positives de notre environnement attentionnel ne sont pas moins troublantes que ses aspects indésirables. De nos jours, il est difficile d'ouvrir un journal ou un magazine sans tomber sur un article déplorant la balkanisation de notre vie mentale, l'érosion de notre capacité d'attention et l'atmosphère de distraction généralisée. Souvent, l'occasion de telles lamentations est une nouvelle découverte des neurosciences sur le reformatage de nos connexions cérébrales par nos habitudes de picorage informatif et de stimulation électronique. Bien qu'il s'agisse avant tout d'une faculté individuelle, il est clair que le problème de l'attention est aussi désormais un grave problème collectif de la vie moderne – un problème culturel.

La sujétion de notre attention à toutes sortes de sollicitations est certainement liée à ce que le sociologue allemand Georg Simmel décrivait il y a plus d'un siècle comme l'« intensification de la stimulation nerveuse » engendrée par l'environnement des grandes métropoles. Pensons seulement au chef d'entreprise qui reçoit deux cents courriers électroniques par jour et passe son temps à répondre en vrac à une avalanche incohérente de demandes. Nous vivons souvent ce genre d'expérience comme une crise de la maîtrise de soi : nous ne sommes tout simplement plus capables d'orienter notre attention dans le sens où nous le souhaiterions, et nous nous en plaignons amèrement. Et pourtant, une fois rentré chez lui, ou même pendant ses vacances, ledit chef d'entreprise va passer une bonne partie de son temps à lire ses messages ; il sera incapable d'être pleinement présent pour faire prendre un bain à ses enfants ou partager un repas avec son épouse. Notre environnement technologique en pleine évolution engendre apparemment un besoin de stimulation toujours croissant. Quant au *contenu* de cette stimulation, il devient pratiquement indifférent. Notre infinie capacité de distraction semble indiquer que la question de savoir ce qui *mérite* vraiment notre attention – ce qui en *vaut* la peine – nous laisse insensible<sup>2</sup>.

Pour répondre en toute liberté à cette interrogation, nous avons besoin d'un refuge, d'un espace où cultiver un véritable esprit de sérieux. Le moraliste nous dira qu'il revient à chacun de se tailler son propre espace en luttant résolument contre le bruit ambiant, et que ceux qui échouent à mettre en œuvre cette capacité d'évaluation sont voués à un nihilisme qui abolit toutes les distinctions pertinentes dans les limbes de la pure « information ».

Le sociologue sera sans doute plus indulgent à notre égard et attribuera nos problèmes non pas à des fautes morales individuelles mais à une situation collective. Il nous fera remarquer que notre vie mentale n'est plus guère sujette aux limites qui l'entravaient jadis et que nous avons désormais accès au réel bien au-delà notre propre horizon d'expérience immédiat. De fait, cet horizon s'est évaporé et toutes sortes de réalités jadis insolites sont désormais à portée de clic. D'un côté, les tentations sont innombrables ; de l'autre, nous ne sommes plus guidés par les sources d'autorité que constituaient autrefois la tradition, la religion ou les exigences du lien social.

Le moraliste et le sociologue ont tous deux raison. La question de l'attention est bien une question d'évaluation morale, et il n'existe plus de formes sociales établies qui nous permettent d'y répondre automatiquement. Nous nous en sommes libérés. L'inconvénient, c'est qu'en tant qu'individus autonomes nous sommes amenés à errer dans un labyrinthe d'options. Notre vie mentale tend à devenir amorphe et nous sommes esclaves des sollicitations du moment. Or, il est clair que ces sollicitations ne sont pas aléatoires : c'est la dynamique du marché qui vient combler l'absence d'autorité culturelle et joue un rôle croissant dans la formation de notre point de vue sur le monde. Et, vu l'échelle à laquelle opère cette dynamique, nos vies mentales convergent dans un grand mouvement de massification, mais paradoxalement, sous la bannière du choix individuel.

Notre dispersion mentale ne peut pas *simplement* être attribuée à la publicité, à Internet ou à telle ou telle autre entité perverse ; il s'agit d'un phénomène plus global qui relève de tout un style de vie. C'est ce qu'illustre bien un article paru dans le journal satirique *The Onion* :

GAITHERSBURG, MARYLAND – Alors qu'il ouvrait sa deuxième canette de bière tout en bavardant agréablement avec des amis autour d'un repas en plein air, Marshall Platt, trente-quatre ans, n'était plus qu'à quelques secondes de se détendre complètement et de prendre du bon temps lorsqu'il se sentit soudain opprimé par le volume écrasant des messages professionnels qu'il n'avait pas encore consultés dans sa boîte mail, [...] par un billet d'avion dont l'achat avait encore été repoussé en raison d'un problème avec sa carte de fidélité de Southwest Airlines (il devait se rendre au mariage d'un ami) et par le nombre de personnes qu'il devait rappeler.

« C'est super de vous avoir ici, les gars, déclara l'homme qui avait failli vraiment s'éclater mais qui, désormais, se préparait mentalement au PowerPoint qu'il devrait présenter le vendredi suivant et recensait les factures à payer avant le 7 du mois. C'est vraiment génial. »

« Quelqu'un veut une autre bière ? demanda Platt tout en se disant qu'il ne devait pas oublier de passer acheter un spray nasal à la pharmacie. Moi, je me ressers. »

D'après les témoins, Platt, alors sur le point d'éprouver une joie authentique, aurait sombré dans une torpeur rêveuse. Tout en s'efforçant de simuler le plaisir d'une conversation avec ses amis, il visualisait l'achat d'un cadeau d'anniversaire à sa mère, se creusait la tête pour essayer de se rappeler s'il avait bien renvoyé à temps au service des ressources humaines le formulaire de notes de frais de son voyage à New York, et s'exhortait mentalement à appeler sa banque à propos d'un mystérieux débit mensuel de 19 dollars qu'il avait récemment découvert sur son relevé de carte de crédit<sup>3</sup>.



Je pense que la plupart d'entre nous n'auront aucun mal à se reconnaître en M. Platt. La « vie moderne » est-elle vraiment aussi compliquée ? Elle l'est sans aucun doute, mais M. Platt semble souffrir d'un problème plus grave : il est incapable de ressentir une joie sans mélange. Cette satire ne parle pas seulement des mille tracas quotidiens qui encombrant son attention, elle signale aussi un vide éthique fondamental. Platt est incapable de faire passer au premier plan le plaisir d'être avec ses amis, faute de quoi il n'a plus aucun appui pour résister à la colonisation de son quotidien par ces trivialités qui le harcèlent.

De toute évidence, aucune discipline, aucun corpus intellectuel ne sont à la hauteur du défi que représente la crise de l'attention dont pâtit aujourd'hui notre culture. Certes, il existe une riche littérature sur l'attention dans le domaine de la psychologie cognitive, depuis les travaux de William James au début du XX<sup>e</sup> siècle jusqu'aux dernières découvertes sur le développement cérébral de l'enfant en bas âge. La philosophie morale offre également un certain nombre d'aperçus épars à ce sujet, qui sont sans doute incontournables. On ne le sait guère, mais le concept d'attention joue aussi un rôle déterminant dans la tradition de pensée connue sous le nom de phénoménologie, qui fait le lien entre la psychologie cognitive et la philosophie morale, caractérisées par leur ignorance mutuelle. Il est donc nécessaire de faire un effort majeur de synthèse – autrement dit, une véritable anthropologie philosophique.

L'objectif que je souhaite atteindre dans ce livre est l'élaboration de quelque chose comme une *éthique de l'attention* adaptée aux exigences de notre temps et fondée sur une analyse réaliste de l'esprit et une approche critique de la culture moderne. Notons que j'utilise ici le terme « éthique » dans son sens originel – non pas comme un catalogue d'obligations et d'interdits moraux, mais comme une réflexion d'ensemble sur le type d'*ethos* que nous souhaitons incarner. Il ne s'agit pas non plus pour moi de participer aux polémiques culturelles autour du rôle destructeur ou salvateur de la « technologie » et de l'avènement supposé d'une nouvelle intelligence globalisée. Je préfère échapper à ces alternatives stériles et cartographier les strates souterraines – les structures géologiques historiquement sédimentées – de notre ère de distraction généralisée pour mieux trouver une issue à ce labyrinthe.

Pour élaborer une telle éthique de l'attention, il convient d'abord de prendre au sérieux et de savoir interpréter les qualités spécifiques de l'expérience individuelle dans un environnement cognitif contemporain qui nous trouve tour à tour anxieux, exaspérés, distraits, épuisés, captivés, extatiques ou oubliés. Car tel est le niveau de complexité de notre psyché. En tant qu'héritiers de toute une accumulation d'interprétations de la personne humaine, il ne nous est pas facile de retrouver le chemin d'un accès plus direct à notre propre expérience. Dans ma tentative pour y parvenir, j'ai jugé nécessaire de remettre en question certaines hypothèses fondamentales sur le moi qui façonnent notre expérience.

---

Si l'on en croit Iris Murdoch, l'homme est un animal qui se crée une image de lui-même et qui finit par ressembler à cette image. Les diverses disciplines des sciences humaines engendrent toutes de telles images. Pour ce qui concerne notre sujet, ces disciplines continuent d'être nourries par le projet des Lumières (j'y reviendrai sous peu), un projet qui a façonné une vision très partielle de la personne humaine. Cette vision qui nous guide depuis des siècles est, sous bien des aspects, de moins en moins adaptée à notre situation. Mon espoir est qu'une nouvelle image de l'homme, plus complète, se révélera à la fois plus conforme à la vérité et plus utile à l'humanité dans son effort de surmonter la crise contemporaine de l'attention.

Mais je vais trop vite en besogne. Commençons plutôt par décrire quelques-unes des dimensions de cette crise.

### ***De l'attention comme bien commun***

Vous avez tous fait cette expérience : vous êtes assis dans un aéroport avec une heure de temps à tuer, et vous êtes incapable d'échapper au bavardage d'une chaîne d'information en continu. Pour ma part, même si le son est désactivé, il suffit que le téléviseur soit en vue pour que je n'arrive plus à détacher mes yeux de l'écran. L'introduction d'un élément de nouveauté dans le champ de vision entraîne ce que les psychologues de la cognition appellent une réaction d'orientation (soit une adaptation évolutive cruciale dans un monde de prédateurs) : l'animal tourne aussitôt le visage et les yeux vers cette nouvelle entité. Sur un écran de télévision, on voit apparaître une nouvelle figure à peu près à chaque seconde : la nouveauté suspend les attentes routinières liées à une situation donnée. Les images qui surgissent à l'écran interrompent le flux habituel de l'expérience et nous interpellent. En leur présence, il est par exemple difficile de reproduire mentalement une conversation que nous aurions eue auparavant. Les divers processus mentaux des personnes présentes cèdent la place à une expérience fortement coordonnée : ce n'est pas le mouvement quasi simultané d'une troupe de macaques faisant face à la menace soudaine d'un python, mais la convergence involontaire des regards de voyageurs fatigués vers le « contenu » qui leur est présenté.



Une autre option, dans ce genre d'espace, c'est de consulter son téléphone ou de se plonger dans un roman, parfois justement pour se détourner de ce robinet à images. Un « multivers » d'expériences privées se trouve ainsi à portée de main. Mais, dans cette compétition entre diverses technologies de l'attention, ce qui se perd, c'est le type d'espace *public* que requiert un certain type de sociabilité. Le romancier Jonathan Franzen y fait allusion lorsqu'il écrit : « Arpentant la Troisième Avenue un samedi soir, je me sens complètement désorienté. Me voilà entouré de jeunes gens séduisants qui sont tous penchés sur l'écran de leur StarTac ou de leur Nokia, l'air tourmenté comme s'ils étaient aux prises avec un féroce mal de dent... Pourtant, tout ce que je leur demande, c'est qu'ils me voient et qu'ils se laissent voir... »

Un espace public où les gens ne sont pas renfermés sur eux-mêmes, comme c'est le cas lorsque notre esprit se détache de notre corps, offre un large éventail de possibilités de rencontres spontanées. Même si nous n'engageons pas la conversation, nous avons le loisir d'expérimenter notre réserve réciproque *en tant que* réserve, du moins *si* notre attention n'est pas intensément absorbée mais flotte librement, disponible à la présence d'autrui et susceptible d'être prodiguée selon notre bon vouloir. Être confronté à la réserve ou à la réticence de nos semblables est tout à fait différent d'être invisible à leurs yeux ; l'absence de communication orale n'exclut pas l'expérience aiguë d'avoir fait une rencontre. Ce type de rencontre est toujours chargé d'ambiguïté et se prête à toutes sortes d'interprétations qui mobilisent notre fantaisie, souvent sur un mode érotique. C'est d'ailleurs ce qui rend les grandes villes aussi excitantes.

Les psychologues estiment qu'on peut définir deux catégories d'attention, selon que celle-ci est guidée par un objectif ou par un stimulus, c'est-à-dire selon qu'elle est volontaire ou non. Le premier type d'attention, ou attention « exécutive », est par exemple celui d'un enseignant qui essaie de compter ses élèves dans un bus scolaire où règne le chaos. En revanche, si j'entends une forte détonation près de chez moi, mon attention est induite par un stimulus. Je peux dès lors choisir éventuellement de me pencher à la fenêtre pour voir ce qui se passe, mais mon mouvement d'attention initiale est involontaire.

Résister à une simple réaction d'orientation exige un effort délibéré pour diriger son attention, sachant que notre capacité de résistance est limitée. Bien entendu, dans l'exemple de l'aéroport, je peux me contenter de changer de position sur mon siège et de détourner le regard des écrans. Sauf qu'il est de moins en moins fréquent que mon champ de vision soit complètement libre de toute incitation commerciale. La présence de plus en plus dense des technologies attentionnelles dans l'espace public exploite nos réactions d'orientation d'une manière qui fait obstacle à toute sociabilité, nous éloigne les uns des autres et nous oriente vers une réalité préfabriquée, dont le contenu est télécommandé par des intérêts privés motivés par l'appât du gain. Il n'y a là aucun complot, c'est juste comme ça que cela se passe.

Quand nous passons les contrôles de sécurité d'un aéroport, ce sont les pouvoirs publics qui mobilisent notre attention pour le bien commun. Il s'agit d'un moment emblématique de *la* fonction la plus fondamentale de l'autorité politique en démocratie – le maintien de la sécurité publique –, d'où une certaine solennité. Mais, ces dernières années, je me suis rendu compte qu'il fallait que je redouble de vigilance à la fin de cette procédure : le plateau gris sur lequel le voyageur doit placer son bagage à main pour qu'il passe aux rayons X s'est couvert de publicité et cet encombrement visuel risque fort, par exemple, de me faire oublier ma petite clé USB, perdue au milieu des rouges à lèvres L'Oréal qui en ornent la surface.

Tout cela alors que je suis déjà dans un état de quasi-panique en raison de l'heure de mon vol, d'un possible changement de porte d'embarquement et de toute une série de contingences à prendre en compte quand on voyage – sans parler du fait que ma mémoire est largement obnubilée par les détails du discours que je vais devoir prononcer dans quelques heures devant des inconnus. Cette exigence de vigilance exacerbée par la peur d'oublier ma présentation PowerPoint sur le plateau se présente ainsi comme un véritable conflit entre L'Oréal et moi.

Or il semble bien que L'Oréal ait mis les services de sécurité aéroportuaires de son côté. Mais *qui* a décidé d'exploiter commercialement la surface des plateaux destinés aux bagages à main ? Personne, bien entendu, du moins personne ne l'a fait au nom de la collectivité. Quelqu'un s'est contenté de faire une suggestion, suscitant la seule réponse raisonnable possible du point de vue de « personne », justement : des plateaux vierges de toute inscription trahissent l'usage « inefficace » d'un espace qui pourrait être utilisé pour « informer » le public d'une série d'« opportunités ». Ce genre de « justification » est tellement intégré dans le discours public aujourd'hui qu'il est même susceptible d'oblitérer notre propre expérience immédiate et de nous la rendre inintelligible. Certes, nous sommes agacés, mais cette irritation se dissipe dans un vague nuage d'impuissance, parce que nous n'avons pas les moyens de l'exprimer publiquement. Nous



nous retournons dès lors contre *nous-mêmes* : pourquoi suis-je tellement énervé ? Il est peut-être temps de renforcer ma dose d'anxiolytiques.

Les principaux courants de la recherche en psychologie traitent généralement l'attention comme une ressource rare – chaque individu en possède une quantité limitée. Il ne nous vient pourtant pas à l'idée de revendiquer notre droit à la préservation de cette ressource, pas plus qu'elle n'est l'objet d'une économie politique capable de prendre en compte les carences spécifiques de l'environnement cognitif moderne. À cette fin, je tiens à proposer le concept d'*attention comme bien commun*.

Certaines ressources, comme l'air que nous respirons ou l'eau que nous buvons, sont des biens communs. Nous n'en sommes guère conscients, mais leur disponibilité généralisée est au fondement de toutes nos activités. De mon point de vue, l'absence de bruit est aussi une ressource de ce type. Plus précisément, le fait de *ne pas être interpellé* est un bien précieux qui nous semble aller de soi. De même que l'air pur nous permet de respirer, le silence, au sens large que je viens de définir, est ce qui nous permet de *penser*. Nous y renonçons volontiers lorsque nous sommes en compagnie de personnes avec lesquelles nous entretenons une relation, ou bien quand nous sommes d'humeur à échanger avec des inconnus. Mais c'est une tout autre affaire que d'être l'objet d'une interpellation automatisée.

Les bienfaits du silence sont difficiles à évaluer ; ils ne sont pas mesurables en termes économétriques par des outils tels que le produit intérieur brut. Et pourtant, la quantité de silence disponible contribue certainement à la créativité et à l'innovation. Même si cela n'apparaît pas au niveau des statistiques de la réussite scolaire, par exemple, tout au long de son cursus éducatif un élève ou un étudiant consomme certainement une grande quantité de silence.

Si l'eau et l'air purs venaient à nous manquer, les conséquences économiques en seraient vraiment désastreuses. Nous le comprenons facilement, c'est pourquoi nous avons instauré des lois et des règlements pour protéger ces ressources collectives. Non seulement nous reconnaissons leur importance et leur fragilité, mais nous sommes bien conscients que, en l'absence de régulation vigoureuse, d'aucuns en feront usage aux dépens de leurs semblables, et ce non pas par malveillance ou simple négligence, mais parce que cet usage leur est économiquement profitable. On peut interpréter ce type de phénomène comme un *transfert de ressources* de l'espace public vers la sphère privée.

Une caractéristique notable des régimes mafieux qui gouvernent dans nombre de pays anciennement communistes est l'absence apparente, ou du moins l'inanité, d'une quelconque notion de bien public. Partout où le communisme a été établi par la contrainte avant de finir par s'effondrer, laissant les intérêts privés s'affirmer, on s'est aperçu qu'il n'existait pas de fondements intellectuels bien établis favorisant la défense de ressources collectives comme l'eau et l'air pur. Nombre des habitants de ces pays font aujourd'hui l'expérience de la dégradation de l'environnement qui devient inévitable lorsque la dynamique de la privatisation n'est pas contrebalancée par le civisme. Dans les sociétés libérales occidentales, nous vivons une situation similaire en ce qui concerne une autre ressource collective, l'attention, et ce justement parce que nous ne comprenons pas encore qu'il s'agit d'une ressource<sup>4</sup>.

Mais peut-être me trompé-je ? On nous propose aujourd'hui de jouir du silence comme d'un produit de luxe. Dans le salon classe affaires de l'aéroport Charles-de-Gaulle, le seul bruit susceptible de vous déranger est le tintement occasionnel d'une petite cuillère contre la porcelaine : pas de télévision, pas de publicité sur les murs. Et c'est avant tout ce silence, plus que les autres dimensions de cet espace d'exclusivité, qui donne à ses usagers une sensation de luxe. Lorsque vous pénétrez dans ce sanctuaire et que les portes automatiques se referment hermétiquement derrière vous avec un chuintement discret, la différence est presque tactile, comme si l'on passait d'un habit de crin à un vêtement de satin. Vous vous sentez moins crispé, les muscles de votre cou se détendent ; au bout de vingt minutes, la fatigue s'est dissipée. Vous êtes délivré.

Dans le reste de l'aéroport règne la cacophonie habituelle. Parce que nous avons permis à notre attention d'être transformée en marchandise, il nous faut désormais payer pour la retrouver.

Lorsque les biens communs sont privatisés, ceux qui en ont les moyens peuvent abandonner l'espace public pour se retirer dans des clubs privés tels que le salon classe affaires. À partir du moment où nous réalisons que ce sont justement les décisions des occupants de ce salon qui façonnent l'environnement des passagers de la classe économique, nous commençons à percevoir les choses sous un angle plus politique. Pour pouvoir exercer ses facultés mentales de façon agréable, inventive et même éventuellement profitable sur le plan financier pendant les heures d'attente passées dans un aéroport, on a besoin de silence. Mais le cerveau du quidam de la classe économique (ou de celui qui attend à un arrêt de bus), lui, peut être traité comme une ressource – une réserve permanente de pouvoir d'achat vouée à être exploitée par le marketing innovant des « créatifs » du salon classe affaires. Lorsque des êtres humains traitent le cerveau d'autres êtres humains comme une simple ressource, il ne s'agit plus de « création de richesse », mais de dépossession<sup>2</sup>. On a beaucoup parlé du déclin de la classe moyenne au cours des dernières décennies ; la concentration croissante de la richesse aux mains d'une élite toujours



plus réduite a sans doute quelque chose à voir avec notre tolérance à l'égard de l'exploitation de plus en plus agressive de nos ressources attentionnelles collectives.

Cette hypothèse est particulièrement pertinente à l'ère du *big data*, alors que nous nous sommes assujettis à des techniques de captation de l'attention non seulement envahissantes mais de mieux en mieux ciblées. On parle beaucoup désormais d'un droit à la confidentialité dans l'espace numérique. Personnellement, au-delà du souci d'un minimum de sécurité en ligne et de protection contre le vol d'identité, je dois avouer que je ne m'inquiète guère d'essayer de dissimuler tel ou tel fait spécifique me concernant aux gros consommateurs de données ; *en revanche*, ce qui me préoccupe, c'est que ces données soient utilisées pour solliciter mon attention. Je crois qu'il nous faut remédier au caractère un peu vague du droit à la confidentialité en le complétant par un *droit de ne pas être interpellé*. Cela ne concerne évidemment pas la relation face à face entre individus, mais l'action de ceux qui ne montrent jamais leur visage et qui traitent mon cerveau comme une ressource à exploiter à grand renfort de technologie.

L'attention est la chose la plus personnelle qui soit : en temps normal, c'est nous qui choisissons ce à quoi nous souhaitons prêter attention, et ce choix détermine de façon fondamentale ce qui est réel pour nous, ce qui est vraiment présent à notre conscience. L'appropriation de notre attention est donc une question qui nous affecte intimement.

Toutefois, notre attention se porte aussi vers un monde que nous partageons avec autrui ; elle n'est donc pas un phénomène exclusivement personnel, pour la simple raison que ses objets sont généralement présents à d'autres consciences. Et, de fait, on peut affirmer l'existence d'un impératif moral de *prêter attention* à ce monde commun et de ne pas rester complètement refermés sur nous-mêmes. Iris Murdoch écrit ainsi que, pour être quelqu'un de bien, un individu « doit avoir certaines connaissances sur son environnement, la plus évidente étant l'existence d'autres personnes et de leurs besoins<sup>9</sup> ».

Prenons l'exemple d'un automobiliste absorbé par une conversation sur son téléphone portable alors qu'il circule dans un quartier commerçant très fréquenté et qu'un motard roule sur la voie latérale. Utiliser son portable en conduisant est tout aussi dangereux que conduire en état d'ivresse<sup>7</sup>. Et peu importe que vous ayez les mains libres ; le fait même d'être engagé dans une conversation mobilise nos ressources attentionnelles, qui sont en quantité finie. Cela affecte notre capacité de percevoir et d'enregistrer la nouveauté lorsqu'elle se présente dans notre environnement ; c'est ce que les psychologues appellent la cécité d'inattention. Les piétons qui parlent dans leur portable tendent à marcher moins droit, à changer de direction plus souvent, à prendre plus de risques en traversant la rue, et sont moins attentifs à leurs semblables (moins sociables) ; une expérience récente a par exemple prouvé qu'ils étaient moins susceptibles de remarquer un clown chevauchant un monocycle qui venait de passer devant eux<sup>8</sup>. Mettez un individu pâtissant d'un tel déficit d'attention au volant d'un bolide de 200 CV pesant deux tonnes et sa cécité devient une question morale : elle relève de ce que nous nous devons les uns aux autres. Dans l'économie des ressources attentionnelles, la circonspection – littéralement, le fait de regarder autour de soi – est une des dimensions de la justice.

Une des conclusions les plus intéressantes des recherches sur la distraction au volant, c'est qu'alors que notre vigilance est affectée par une conversation téléphonique, elle ne l'est pas lorsque nous conversons avec un passager. Ce dernier est en effet capable de coopérer en modulant la conversation en fonction des exigences de la conduite<sup>9</sup>. Si le mauvais temps réduit la visibilité, par exemple, le passager aura tendance à se taire. Avoir un passager à ses côtés, c'est comme avoir une seconde paire d'yeux, et cette double vigilance tend à améliorer la capacité du conducteur à percevoir les situations qui sortent de l'ordinaire et d'y réagir rapidement.

Si la notion de ressource collective convient bien au phénomène de l'attention, c'est d'abord parce que l'empiétement des intérêts privés sur notre conscience passe le plus souvent par l'*appropriation* de notre attention dans les espaces publics, et ensuite parce que nous *devons* à nos semblables un minimum d'attention et de préoccupation éthique. Notons que les mots en italique relèvent à juste titre du lexique de l'économie politique, du moins si par « économie politique » nous entendons un souci de justice dans l'usage public d'une ressource privée.

### ***De l'attention comme pratique ascétique***

D'après l'écrivain existentialiste Simone Weil et le psychologue William James, c'est l'effort que nous faisons pour prêter attention qui fortifie l'attention en tant que faculté ; celle-ci est une habitude construite à travers la pratique. Lorsque nous nous concentrons sur un problème pour lequel nous avons peu d'aptitude ou d'inclination (un problème de géométrie, par exemple), nous développons notre capacité d'attention. Pour Weil, cet aspect ascétique de l'attention – le fait qu'il s'agisse d'un « effort négatif » contre la paresse mentale – est particulièrement significatif : « Il y a quelque chose dans notre âme qui répugne à la véritable attention beaucoup plus violemment que la chair ne répugne à la fatigue. Ce quelque chose est beaucoup plus proche du mal que la chair. C'est pourquoi, toutes les fois qu'on fait vraiment attention, on détruit du mal en soi. » Les étudiants doivent travailler « sans aucun égard aux goûts ni aux aptitudes naturelles, en s'appliquant pareillement à tous les exercices, dans la pensée qu'ils servent tous à former cette attention qui est la substance de la prière ».

N'oublions pas que Simone Weil était une mystique dont d'aucuns estiment qu'elle s'est laissée délibérément mourir de faim pendant la guerre ; son dédain envers les inclinations naturelles des jeunes gens peut amener à penser que son goût pour la mortification l'emportait sur son souci de la formation des étudiants. Pour autant, les tourments existentiels de Simone Weil ne doivent pas nous empêcher d'apprécier ses idées sur le rôle qu'une certaine forme d'ascétisme peut jouer dans le processus éducatif. Pour concentrer notre attention de façon soutenue sur une activité quelconque, il nous faut de fait *exclure* délibérément toutes les autres réalités susceptibles de capturer cette attention. Sans aller jusqu'à la mortification, cela exige néanmoins une certaine capacité d'autodiscipline.

Inversement, notre capacité à résister à telle ou telle tentation qui se présente à nous est grandement renforcée par notre capacité à porter notre attention sur autre chose que cette tentation ; on pourrait même dire que ces deux capacités se confondent. Au cours d'une expérience classique en psychologie, Walter Mischel et E. B. Ebbesen offraient à de jeunes enfants la possibilité de déguster soit une guimauve immédiatement, soit deux, s'ils étaient capables d'attendre, quinze minutes plus tard<sup>10</sup>. Livrés à cette tentation, certains enfants craquaient et se précipitaient sur la guimauve, tandis que d'autres cédaient après une brève hésitation. Mais environ un tiers d'entre eux parvenaient à différer la gratification pour obtenir leur double récompense. Les enfants les plus persévérants étaient ceux qui arrivaient à détourner leur attention de cette friandise en jouant sous la table, en chantant des chansons ou en imaginant que la guimauve était un nuage, par exemple. Dans une étude menée douze ans plus tard sur les mêmes enfants, cette performance initiale en matière d'autodiscipline était un meilleur indicateur de leur réussite future que toute autre mesure, y compris le QI et le statut socioéconomique. Conclusion des chercheurs : ce n'est pas la pure force de la volonté (comme on le croit souvent) qui distingue les enfants qui réussissent, mais leur capacité à répartir stratégiquement leur attention afin d'éviter que leurs actions ne soient orientées par des pensées parasites. L'autodiscipline, tout comme l'attention, est une ressource dont nous ne disposons qu'en quantité finie, et les deux sont d'ailleurs intimement liées. Ainsi, lorsqu'un individu doit faire l'effort de contrôler ses impulsions pendant un certain temps, s'il doit par la suite exécuter une tâche exigeant de l'attention, sa performance s'en ressent.

Si nous ne sommes pas capables de maîtriser l'orientation de notre attention, nous sommes à la merci de ceux qui souhaitent l'orienter en fonction de leurs intérêts – des pourvoyeurs de guimauves qui peuplent notre environnement. Avec la diminution de notre capacité de concentration, c'est aussi notre capacité d'autodiscipline qui s'amoindrit. Plus nous sommes influençables, plus nous consommons. C'est sans doute bon pour la croissance économique. Mais, si le consumérisme capitaliste ne peut prospérer qu'en continuant à accélérer l'« intensification des stimuli nerveux », c'est peut-être le signe d'une contradiction fondamentale entre cette forme de vie économique et les individus qui la vivent. Autrement dit, nous avons un problème.