

Le Bug humain

Par Giles Daoust

Dans *Le Bug humain*, le docteur en neurosciences Sébastien Bohler pose la thèse que le cerveau humain est rien moins que responsable de la destruction de la planète.

Le coupable : le striatum, cette partie du cerveau qui, friand de dopamine, motive nos comportements et est programmé depuis l'aube des temps (l'époque des chasseurs cueilleurs) pour poursuivre cinq objectifs essentiels de survie : manger, se reproduire, acquérir du pouvoir (de la reconnaissance sociale), glaner un maximum d'information sur son environnement, le tout avec un minimum d'efforts (c'est-à-dire de dépense d'énergie). Le problème du striatum, c'est qu'il prend tout ce qu'il peut avoir, c'est son plus gros défaut de fabrication. Notre système de récompense est très performant, nous sommes programmés pour en vouloir toujours plus. C'est même génétique : au fil des générations, la sélection naturelle a favorisé les personnes qui optimisent au mieux les cinq objectifs primaires cités plus haut. Et notre intelligence nous a permis de créer une Société hautement technologique qui, aujourd'hui, pourvoit à tous nos besoins et fait de nous des *addicts*.

Le cerveau humain est programmé pour poursuivre cinq objectifs essentiels de survie.

1. Manger. Plus de 1,9 milliards d'individus de plus de 18 ans sont en surpoids. On meurt plus aujourd'hui de suralimentation que de malnutrition, et l'obésité est devenue la deuxième cause de mortalité en Europe après le tabac. Pour ne prendre qu'un exemple, la production d'un kilo de viande bovine dégage autant de CO₂ dans l'atmosphère qu'un trajet de 300 km en voiture.

La production d'un kilo de viande bovine dégage autant de CO₂ dans l'atmosphère qu'un trajet de 300 km en voiture.

2. Se reproduire. L'appétit du sexe fait déplacer des montagnes. Il est même, selon Bohler et d'autres scientifiques, le principal moteur de notre Société. Depuis quelques années, la pornographie sur internet est devenue un phénomène mondial, avec un chiffre d'affaires de 100 milliards de dollars par an. 35 % des vidéos visionnées sur le web sont pornographique, soit 136 milliards de vidéos visionnées chaque année. Ce qui équivaut à 150 millions de tonnes de CO₂, soit environ un quart des émissions dues au trafic aérien. 75 % de ces vidéos sont visionnées par des hommes.
3. Reconnaissance sociale. La génération Réseaux Sociaux est malheureusement devenue la victime d'une boucle infinie d'auto-glorification, de course aux *likes*, de besoin perpétuel de se comparer avec son voisin. À en vouloir toujours plus, on est malheureusement toujours déçu, avec l'impact qu'on commence à voir sur la santé mentale. Les adolescents, dont le cerveau n'est pas encore tout-à-fait formé, sont les premières victimes de ce nouveau monde du « moi ».
4. Information. À la base, disposer d'un maximum d'information sur leur environnement permettait aux chasseurs-cueilleurs d'assurer leur subsistance. Mais à l'« ère de l'information », notre striatum boulimique a fait de nous des accros aux médias. La Société de consommation et les partis politiques utilisent ces canaux omniprésents pour manipuler nos envies et nos opinions. Les serveurs informatiques tournent à bloc, et produisent eux aussi une quantité extravagante de CO₂.
5. Minimum d'efforts. Le chômage est une bénédiction pour notre cerveau, qui passe son temps à calculer le rapport entre les efforts et les récompenses. Or on le sait, en Europe, et certainement en Belgique, il est possible d'abuser de mécanismes de protection sociale qui avaient pourtant été conçus dans un but louable. Quand on pense que l'allocation

universelle pointe le bout de son nez, on a le droit de se demander à quoi ressemble l'avenir de l'humanité, gavée de nourriture, de sexe, accro aux réseaux sociaux et aux médias, et fainéante comme jamais.

Constat apocalyptique ? Bohler le dit, nous sommes peut-être la dernière génération qui vivra dans l'opulence, la santé et la consommation sans frein. Selon lui, l'Occidental moderne, capricieux et impatient, ne sait plus vraiment quoi faire des libertés individuelles pour lesquelles se sont battus les penseurs des Lumières. Nos problèmes principaux ? Nous ne savons pas nous arrêter, et nous nous soucions peu de ce qui va se passer dans 20 ou 30 ans : notre cerveau n'est pas programmé pour !

Alors quelles solutions propose Sébastien Bohler ? Sur ce point non plus, il n'est pas des plus optimistes (si vous voulez vous détendre, lisez plutôt *L'Élève Ducobu*). Selon lui, les tentatives pour échapper à l'influence du striatum ont, à ce jour, toutes échoué. Mais il y a quelques lueurs d'espoir. D'une part, la féminisation des entreprises et de la politique aurait un effet apaisant. En effet, le striatum des femmes serait potentiellement moins sujet aux dérives. Vivre avec moins ? C'est un beau rêve, mais comment y arriver ? Dixit Bohler, l'être humain moderne est doté d'un haut niveau d'intelligence, mais d'un faible niveau de conscience. Développer cette conscience serait la clé. Apprendre à manger mieux, même si ça coûte plus cher et ça veut donc dire manger moins (à budget égal). Réapprendre le plaisir des vacances en Belgique plutôt que de sauter dans un *low-cost* pour aller se gaver dans un *all-in*. Prendre conscience des plaisirs simples de la vie (notamment de la vie de famille) plutôt que de courir en tous sens, débordé d'activités, réagissant sans cesse à tous les *stimuli* de la Société de consommation.

L'être humain moderne est doté d'un haut niveau d'intelligence, mais d'un faible niveau de conscience.

Qu'on soit d'accord ou non avec Bohler, il a tout de même le mérite de pointer du doigt la toxicité de notre mode de vie moderne (pour nous et pour la planète), et le fait que nous sommes tous devenus des *addicts* : nourriture, sexe, réseaux sociaux, information et moindre effort. La Société de consommation et l'État-providence ne nous ont pas rendu service. À nous de nous (r)éveiller, et de retrouver du sens. Et qui sait, si on en croit Bohler, nous sauverons peut-être la planète !