

Réussir
dans **l'Économie** de la
Pensée

*Comment entreprendre avec
le pouvoir de l'inconscient ?*

*Dr Alain Perez
&
Lucas Perez*

Alain Perez

Lucas Perez

Réussir dans

l'Économie

de la Pensée

Comment entreprendre avec le pouvoir de l'inconscient ?

© Alain Perez, Lucas Perez, 2020

ISBN numérique : 979-10-262-4167-6

Librinova”

Courriel : contact@librinova.com

Internet : www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l’auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

INTRODUCTION

Imaginez un monde gouverné par la pensée !

Chers lecteurs, avant de vous présenter notre concept d'Économie de la Pensée, nous aimerions vous faire voyager dans le monde de demain. Un monde dans lequel nous parlerons de la pensée au lieu de parler de la technologie. Un monde dans lequel nous parlerons de l'inconscient au lieu de parler du conscient.

Dans ce voyage au cœur de l'économie de demain, la pensée aura une place importante, voire prépondérante sur le corps. Si bien que cette exploration des mécanismes de pensée augure de grands changements pour l'humanité. De grands changements car l'avenir de l'être humain se jouera dans son espace cérébral et plus précisément dans son espace inconscient.

Comme nous le disons souvent, nous n'investissons ni le champ des neurosciences, ni le champ du développement personnel, ni même le champ de la technologie. Nous investissons le champ relatif à la mécanique de la pensée dont l'inconscient est notre objet d'étude.

Même si nous évoquons les sciences humaines telles que la médecine, notre mission est l'exploration de la mécanique de la pensée et ses effets sur notre vie. Quand nous employons le mot vie, nous faisons référence à la vie de « tous les jours » et à la vie professionnelle dans lesquelles s'organisent nos rapports avec nos supérieurs, nos collaborateurs ou encore nos partenaires commerciaux.

Qui sommes-nous ?

Ce livre est avant tout un dialogue entre un père et un fils menant une réflexion sur le passé et l'avenir ainsi qu'une réflexion sur le corps et la pensée. Une réflexion qui nous a conduit à théoriser les concepts d'économie du corps et d'Économie de la Pensée.

Médecin pour l'un et entrepreneur du numérique pour l'autre, ce livre est

peut-être finalement un échange sur deux conceptions complémentaires de l'humain, l'une étant liée au corps biologique et l'autre étant liée à l'appareil psychique. Deux entités qui aujourd'hui ne sont plus sollicitées de la même manière. Et pour preuve, l'Homme moderne est moins menacé par la nature sauvage que par l'affaiblissement de ses mécanismes de pensée qui proviennent notamment du stress important lié au flux d'informations numériques dans un contexte d'hyper-connexion du cerveau humain à un monde de plus en plus digitalisé. Plusieurs études scientifiques montrent d'ailleurs que la durée moyenne de concentration ininterrompue de l'humain n'a cessé de diminuer ces quinze dernières années ! En cause l'exposition incessante aux e-mails, textos, vidéos et toutes autres informations provenant des réseaux sociaux. Pire encore, l'usage intensif des e-mails diminue la productivité en entreprise tout en augmentant le niveau de stress des employés¹. Dès lors, nous pensons que l'Homme moderne est en danger.

Pourquoi avons-nous écrit ce livre ?

Nous écrivons ce livre car nous sommes inquiets ! Inquiets de voir dans un futur proche, l'Homme moderne être menacé par la folie, l'immobilité et la solitude.

Les progrès technologiques en matière d'intelligence artificielle ou de biotechnologies potentialisent des solutions permettant à l'Homme d'être suppléé par la machine tout en lui promettant une vie plus longue voire éternelle. Dès lors, un danger pèse sur les processus de civilisation.

Nous sommes convaincus que l'humain est un point fixe et stable de l'histoire contrairement au progrès technologique. Or, ce progrès technologique peut conduire ce même humain à sa destructivité si l'équilibre entre le corps et l'esprit et l'équilibre entre le groupe et l'individu sont menacés. Nous parlerons plus loin d'équilibre somato-psychique comme « baromètre » de la bonne santé physique et mentale de l'humain.

Au moment où nous terminons ce livre, la France a connu un mouvement de contestation de grande ampleur. Ce mouvement dit des « gilets jaunes » est sans précédent. Il semble aussi imprévisible qu'inexplicable. Barricades, drapeaux

tricolores, hymne national, tout indique que ce mouvement s'enracine dans l'économie du corps. La colère des « gilets jaunes » traduit la difficulté à consommer et à exprimer ses idées dans un nouveau monde que nous appelons l'Économie de la Pensée. Ainsi contraint par une réalité qui lui est imposée et qui ne correspond plus à ses besoins et à son inconscient, l'humain déstabilisé n'a plus d'autre choix que la libération de son inconscient violent. Malgré ces inquiétudes, nous gardons espoir quant au bon équilibre de l'humain.

**Première Partie :
L'Économie de la Pensée**

Chapitre 1 : Qu'est-ce que l'humain ?

Répondre à cette question semble complexe. Comment ne pas être simple sans être simpliste ? « *Tout ce qui est simple est faux, mais tout ce qui ne l'est pas est inutilisable.* »

Cette citation de Paul Valéry tirée de *Mauvaises pensées et autres* (1942) illustre parfaitement la nécessité d'établir un équilibre entre la vulgarisation et la technicité. Heureusement, nous n'avons pas pour ambition d'écrire un livre de philosophie. Notre objectif est beaucoup plus simple et consiste à trouver un modèle fidèle à la réalité et à la complexité de la nature humaine. Nous voulons amener à un niveau utile le questionnement suivant : *qu'est-ce que l'humain ?*

L'humain peut être décrit comme un alliage, une alliance, entre d'une part le fonctionnement d'un corps biologique et d'autre part le fonctionnement d'un cerveau. Les synonymes sont légion pour qualifier ce corps biologique, cette « machinerie du corps ». Nous utiliserons le plus souvent le terme *soma* et son adjectif qualificatif *somatique* pour évoquer ce corps. Nous utiliserons le terme *psyché* et l'adjectif *psychique* pour qualifier le fonctionnement cérébral (l'esprit) qui regroupe toutes les activités de penser. Nous ne souhaitons pas allumer une polémique sur le « comment » de la liaison entre somatique et psychique. Ce qui nous semble utile, est de décrire la finalité, le but de cette liaison. Nous ferons appel au terme de « sentiment d'unicité », de « stabilité » pour qualifier l'aboutissement de l'équilibre entre le corps et l'esprit.

Un être humain est stable avec son corps et son esprit comme peut l'être un produit chimique réunissant dans un même flacon plusieurs composants. Sentiment de ne faire qu'un, plaisir d'exister dans une harmonie du corps et de l'esprit... Ceci est très proche de la notion de « bonheur » décrite notamment par Baruch Spinoza² et par d'autres en dehors de la philosophie³. Nous parlons bien d'équilibre et non pas de normalité du fonctionnement du corps et de l'esprit !

Un monde de normalité. Éloge de la stabilité

À une normalité de l'être humain qui n'existe pas (seul des normes sociales existent), nous opposons l'équilibre des individus. Bien des « problèmes de société » auxquels nous sommes confrontés ne sont que des problèmes fabriqués par une mauvaise lecture du monde, une lecture du monde faite à travers les « lunettes de la normalité ».

Tenter de comprendre le monde et les individus qui nous entourent, c'est avant tout éliminer de notre vocabulaire le mot normalité. Le concept de normalité fige nos mécanismes de perception et de réflexion. Ce que nous percevons comme anormal, n'est le plus souvent que la perception de la différence qui nous sépare et nous distingue de l'autre. « L'anormal » est en réalité le « différent ». La recherche frénétique du normal est contre-productive pour le fonctionnement psychique des individus car elle génère des tensions psychiques et des angoisses. Le « normal » n'est que la perception du « semblable », du proche. Il ressemble à l'équilibre, mais ne l'est pas. « Être normal » ne suffit pas à produire le sentiment d'unicité, la stabilité et le bonheur que procure l'équilibre somato-psychique.

Nous ne développerons pas cette vision du bonheur qui va au-delà de ce que nous décrivons. Le bonheur est aussi l'affaire du philosophe. Nous restons des « techniciens » des mécanismes de la pensée et plus particulièrement de l'inconscient. Notre ambition est d'apporter à chacun, une vision utile du monde présent et à venir. Ce monde à venir que nous avons décidé d'appeler *l'Économie de la Pensée*. La notion d'équilibre somato-psychique est importante à garder à l'esprit, car comme tout équilibre, celui-ci est fragile et sujet à déstabilisation. Chaque nouvel événement qui s'impose à nous, comme chaque nouvelle rencontre humaine que nous réalisons, contribue à construire ou détruire cet équilibre. Dans le meilleur des cas, l'équilibre qui nous anime améliore notre perception et notre compréhension du monde et nous fait agir plus efficacement. En retour, l'efficacité de nos actions et de nos succès, enrichit notre équilibre somato-psychique. L'équilibre de l'humain est le « ticket d'entrée » dans la boucle vertueuse du succès de nos actions. *Penser l'humain à travers ses équilibres et non plus à travers une normalité, nous éclaire déjà sur la complexité du monde qui nous entoure.*

L'empire du mal n'existe pas. Éloge de l'équilibre

Par nature, tout être humain recherche la paix, la sérénité, le calme, la diminution des « bruits de la vie », ou encore l'abaissement des tensions. L'humain recherche la survie et non la destruction et la mort. Il ne recherche la mort, ni pour lui-même ni pour les autres⁴. Dire cela semble difficile à accepter pour celui qui suit l'actualité du monde avec son lot d'atrocités. Nos propos peuvent sembler décalés par rapport à la réalité terrible qui nous entoure. Postuler que l'Homme recherche la vie, la survie, même avec des moyens antisociaux ne signifie pas qu'il soit bon ou mauvais. Le Bien et le Mal sont des concepts tout aussi inopérants que les concepts de normalité et d'anormalité. Les atrocités commises par les êtres humains qui nous entourent et dont les médias nous abreuvent, ne traduisent que les échecs des processus conduisant à l'équilibre somato-psychique.

L'Homme qui détruit et qui tue est d'abord en déséquilibre. Le déséquilibre de l'humain n'a rien à voir avec l'anormalité ou le mal. L'équilibre dont nous parlons est un équilibre de forces intérieures⁵ qui nous animent et de forces extérieures qui nous stimulent. Nous devons être en équilibre permanent avec ces deux poussées pour assurer notre survie et la survie de notre espèce.

Agressivité et sexualité. Éloge de la stabilité

Survie de l'individu et survie de l'espèce sont deux impératifs qui nous commandent. Ces deux survies font appel à deux ressorts dont nous disposons comme tous les animaux. La survie de l'espèce, c'est-à-dire notre façon d'assurer notre descendance, fait appel à l'énergie sexuelle. Nous nous y attarderons peu. L'autre survie, celle qui nous commande de rester en vie, est beaucoup plus intéressante pour celui qui entreprend.

Notre survie individuelle fait appel à une énergie agressive qui n'est en soi, ni bonne ni mauvaise. Certains ont dénommés cette énergie : « *dynamisme fondamental* ». « *La violence de la survie est sans haine ni amour* »⁶. Agressivité ou violence ? Ces mots sont souvent utilisés l'un à la place de l'autre. Une