

L'hédo-eudémonisme
est
l'avenir de l'humanité

Alain Dewert

Alain Dewert

L'Hédo-eudémonisme est l'avenir de
l'humanité

© Alain Dewert, 2026

ISBN numérique : 979-10-439-1865-0

Librinova”

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.

*John Lennon « Imagine all the people
living life in peace [...] sharing all the world »*

Sciences et progrès

L'homme se différencie du reste du vivant par sa capacité à adapter le milieu à ses besoins, là où toutes les autres espèces ne procèdent que par évolutions génétiques et morphologiques.

Il y parvient en utilisant des fonctions psychomotrices particulièrement développées lui donnant accès à la précision manutentionnaire, au langage, à l'écriture, au calcul, au raisonnement logique, à la communication, à la précision dans l'observation, à l'anticipation, la mémorisation, la communication, la transmission du savoir, à la capacité imaginative et créative...

L'utilisation de ces aptitudes s'est traduite par des avancées scientifiques, techniques, matérielles, sociales et organisationnelles multiples au fil des millénaires et des siècles.

Dans le domaine des sciences naturelles et de la technologie, ces progrès se sont avérés exceptionnels au cours des XX^e et XXI^e siècles. Ils ont permis de réaliser de multiples avancées dans des domaines tels que l'alimentation, la santé, l'habitat, l'industrie, l'énergie, le déplacement, le transport, la communication, l'enseignement, la vie de loisirs... Ils ont également permis d'améliorer considérablement les conditions de vie et de rendre le travail plus efficace, moins pénible et moins contraignant pour les populations les plus aisées. Les avancées à venir dans les domaines de l'intelligence artificielle et de la robotique devraient marquer une étape supplémentaire dans cette direction. Et pourquoi pas, ouvrir la perspective, dans un avenir plus ou moins rapproché, d'un accès pour tous à la totale suffisance en termes de biens et services utiles en contrepartie d'une somme de travail collective globale très réduite.

Dans le domaine des sciences humaines, les progrès accomplis dans un passé récent ont été beaucoup plus modestes. J'irais même jusqu'à prétendre qu'aucune percée majeure n'y a plus été réalisée depuis longtemps. Ni en matière de neurosciences, où en dépit de l'amélioration considérable des

connaissances sur le système neuro-cérébral, la science se révèle toujours incapable d'apporter une explication globale au comportement. Ni en matière philosophique, où la science peine toujours à dégager les principes d'un idéal universel susceptible de faire l'unanimité autour de valeurs morales communes. Ni même en matière politique, économique ou sociale, où aucune proposition de réforme organisationnelle vraiment nouvelle n'a éclos depuis les révolutions bourgeoises et communistes ayant marqué la fin de l'Ancien Régime.

C'est pourtant, à mon sens, par des progrès dans ces domaines, et certainement pas par la seule croissance économique mesurée en termes de PIB, que l'humanité sera en mesure de continuer à progresser et se prémunir des multiples menaces auxquelles elle est, aujourd'hui, exposée.

C'est la conviction qui m'anime et m'a conduit à la rédaction de cet essai.

Puisse l'esquisse que je dresse ici des divers progrès réalisables en matière de neurosciences, sociologie, politique, économie et philosophie, la faire partager et ouvrir la voie à un monde meilleur débarrassé de tous les maux¹ qui le gangrènent et menacent aujourd'hui jusqu'à sa survie.

Des progrès essentiels à venir dans le domaine des neurosciences et de la psychologie

Je crois que les neurosciences sont appelées à réaliser, dans les prochaines années, des progrès considérables dans la connaissance du système nerveux et du cerveau. Ces progrès devraient permettre d'améliorer notablement notre compréhension du phénomène sensitif et du comportement.

Dans une première étape, en s'appuyant sur les nouvelles technologies en matière d'imagerie, de microbiologie et autres, elles devraient pouvoir, après avoir répertorié les différentes connexions neuronales principales des quelque cent milliards de cellules du cerveau, démontrer l'existence de circuits reliant les centres cérébraux en charge de la conscience sensitive avec d'autres centres nerveux que les récepteurs de nos différents sens. Je pense ici aux centres cérébraux en charge de l'attention et de la concentration nécessaires à toute activité cérébrale.

Je crois que les neurosciences seront alors en mesure de confirmer ce que l'introspection permet de pressentir. À savoir, qu'à côté des sensations strictement sensorielles générées par la réception sensorielle, nous éprouvons une autre grande catégorie de sensations, que je qualifierais de « tensio-détensionnelles », parce qu'en lien avec les variations de tension cérébrale² qui accompagnent la pensée.

Après avoir établi que penser procure des sensations, les neurosciences devraient être en mesure, ***dans une seconde étape***, de décrire les mécanismes en œuvre dans la génération de toutes les formes de sensations.

Mécanisme, connu depuis longtemps, pour les sensations sensorielles, reposant sur l'émission par nos récepteurs sensoriels d'influx nerveux en direction des centres cérébraux en charge de la conscience sensitive, où ils se matérialisent en sensations de plaisir et jouissance, déplaisir et douleur de nature tactile, gustative, olfactive, auditive, visuelle ou somatique.

Mécanisme, à confirmer scientifiquement, consistant pour les sensations tensio-détensionnelles en l'émission par les centres cérébraux en charge de la pensée et de la concentration, d'influx nerveux et autres neurotransmetteurs en direction

des centres cérébraux en charge de la conscience sensitive, où ils se matérialisent en sensations de plaisir en situation de décharge attentionnelle et de déplaisir en situation de tension attentionnelle sans perspective de décharge.

Sensations de plaisir donc, dans toutes les situations où la concentration sur un objectif donné tend à pouvoir se décharger par l'atteinte du résultat escompté ou *via* la vérification par le cerveau que les actions entreprises ou à entreprendre tendent ou pourront tendre à obtenir les résultats escomptés³. L'activité cérébrale s'avère alors fluide et on éprouve des sensations agréables correspondant à de la satisfaction, de la sérénité, de la jubilation, de la jouissance ou de la joie. Sensations d'autant plus intenses que la tension initiale s'avère élevée et que la décharge s'avère rapide. Ainsi, le footballeur éprouve-t-il une joie intense, mais de courte durée, lorsqu'il marque un but, alors que l'écrivain tend à éprouver une satisfaction plus mesurée, mais plus durable, au fur et à mesure qu'il voit la rédaction de ses textes progresser.

Sensations de déplaisir dans toutes les situations de doute et de pressentiment d'échec. Situations dans lesquelles l'activité cérébrale tend à perdre sa fluidité, la concentration initiale ne parvenant à se décharger faute de perspectives de réussite. On éprouve alors de la frustration, de l'irritation, de la contrariété ou de la colère plus ou moins intenses selon le niveau de concentration investi dans l'objectif poursuivi.

Lors d'une troisième étape, les neurosciences devraient pouvoir mettre en avant le rôle fondamental que jouent les sensations de nature tensio-détensionnelle dans la détermination du comportement, ce en tant que facteurs de motivation. L'anticipation de la possibilité d'éprouver ces sensations nous fait, en effet, éprouver des aspirations sensibles de différentes natures, qui nous incitent à agir pour favoriser ou empêcher leur survenance.

Tout d'abord, *de nature physique*⁴, qui nous incitent à veiller à notre santé et à disposer de bonnes périodes de repos sans lesquelles l'activité cérébrale peine à être fluide, et le cerveau et le corps efficaces. Il s'agit ici de pouvoir prévenir les sensations désagréables comme celles provoquées par une fatigue excessive, un éveil laborieux, de la somnolence, des courbatures ou maux sensoriels divers, de la fièvre ou de la fiébrilité susceptibles d'affecter notre tonicité, notre dynamisme et notre humeur. Et a contrario, d'augmenter nos chances d'éprouver de la tonicité, de l'acuité intellectuelle, de l'envie, qui tendent à nous mettre de bonne

humeur.

Ensuite, *de nature actionnelle*, qui nous incitent à être actifs. Sans objectifs et sans activité cérébrale, on éprouve, en effet, de l'ennui. Ennui qui s'explique par un tonus musculaire et cérébral de base stagnant et peinant à s'élever et se décharger. Phénomène d'ennui qui, à contre-courant de bien des idées reçues, explique qu'il peut s'avérer, dans bien des circonstances, plus agréable de travailler que de paresser et traîner sans objectifs définis.

Non contentes de nous inciter à être actifs, les aspirations de nature actionnelle nous inclinent à choisir des activités adaptées à nos dons et aptitudes, dans lesquelles nous sommes capables d'atteindre nos objectifs, de réussir et, par voie de conséquence, d'obtenir des décharges attentionnelles génératrices de satisfactions. Notons, à cet égard, qu'importent peu l'activité entreprise, sa forme⁵ et les objectifs qu'elle poursuit⁶, pour autant que sa réalisation génère des activités cérébrales, des réflexions, des prises de décision et des contrôles d'adéquation des gestes à accomplir, qui permettent, *in fine*, d'éviter l'échec et de conduire à la réussite. L'important, en effet, d'un point de vue sensitif, est de parvenir à générer des tensions cérébrales successives (si possible élevées), de pouvoir les décharger et conduire à une fluidité de l'activité cérébrale, synonyme de plaisir tensio-détensionnel.

En tant que facteurs de motivation, les sensations tensio-détensionnelles nous font aussi éprouver des aspirations *de nature émotionnelle*⁷, qui nous incitent à éviter les émotions négatives et rechercher les émotions positives. Il s'agit ainsi de prévenir autant que possible les situations où nous éprouvons du stress, de la peur et de l'appréhension en lien avec l'incertitude de la conduite à adopter pour échapper à un péril physique, ou des conséquences graves susceptibles de nous poser des problèmes ou de nous priver d'avantages importants. Et, a contrario, de rechercher les situations dans lesquelles on éprouve de l'envie et de l'excitation en lien avec l'anticipation possible de fortes décharges cérébrales, telles que celles que l'on éprouve lors de l'orgasme ou d'un vif soulagement après avoir affronté un danger ou une épreuve difficile dont on pressent l'issue comme pouvant affecter grandement notre avenir.

Les sensations tensio-détensionnelles nous font également éprouver des aspirations *de nature « moraliennne » et affectuelle*⁸, qui nous incitent à échapper autant que possible aux pensées négatives, génératrices de sentiments et affects

négatifs, ainsi que d'états dépressifs. Dans une vision à court et moyen terme, il s'agit de pouvoir se mettre à l'abri de la dépendance excessive à des moyens matériels ou sociaux, dont la perte est susceptible de nuire à notre épanouissement et générer des affects négatifs, comme un sentiment de perte, de deuil, de manque, de tristesse, de mélancolie, de colère, de frustration, de jalousie ou de haine. Dans une vision à long terme, il s'agit de pouvoir échapper à la morosité et la dépression liées à une pensée anticipatrice aboutissant à des conclusions pessimistes généralisées sur les perspectives d'avenir.

Corollairement, les sensations tensio-détensionnelles nous incitent à pouvoir disposer à tout moment, *via* des réflexions anticipatrices renouvelables à l'envi, de sources d'optimisme génératrices de sensations moraliennes durables d'envie, d'entrain, d'humeur positive, de joie et d'enthousiasme permettant de relativiser les déceptions et problèmes du moment⁹.

In fine, les sensations tensio-détensionnelles, en tant que facteurs de motivation, nous font éprouver des aspirations sensibles *de nature transcendante*, qui nous incitent à rechercher les différentes façons possibles d'augmenter l'intensité jouissive de toutes les formes de plaisir tensio-détensionnel. Il s'agit, pour ce faire, de parvenir à augmenter par tous les moyens existants les tensions cérébrales accompagnant nos pensées et activités, afin d'augmenter l'intensité des décharges liées.

En premier, *via* l'accomplissement de tâches d'une certaine complexité, dont le résultat est incertain et qui nécessitent la coordination de diverses aptitudes physiques, mentales, expressives ou communicationnelles requérant une attention soutenue.

En second, en privilégiant les actions utiles, dont les effets attendus nous apparaissent importants, qui tendent à générer une hausse d'attention de nature émotionnelle.

En troisième, en veillant à bénéficier d'une bonne intégration sociale, synonyme de création de liens affectifs solides autour de goûts, d'activités, d'idéaux, de valeurs et d'objectifs partagés. Le contact social et le partage d'activités s'avèrent, en effet, les sources d'élévation de tensions par excellence *via* le caractère communicatif des émotions et l'attention accrue que les activités de communication, d'échange et de séduction qui les caractérisent requièrent. Sans compter qu'ils donnent accès, *via* la pensée représentationnelle, à de

nombreuses sources de plaisir tensio-détensionnel, comme l'accès par procuration à une expérience vécue par autrui à travers la narration, la lecture, la vision d'un film, l'exposé d'une idée, de projets... Sans oublier non plus les possibilités accrues d'activités intenses que la vie sociale procure : jeux, fêtes, compétitions sportives, dynamisme de groupe multipliant les possibilités d'activités, les sources de réjouissance et d'envie. Le tout au point que, sans transcendance, le plaisir finit par paraître fade et en manque de sens...

Lors d'une quatrième étape, aidées en cela par une meilleure compréhension des mécanismes à l'œuvre dans la formation des sensations, je pense que les neurosciences vont être en mesure d'émettre l'hypothèse que l'optimisme à long terme constitue l'essence du bonheur. Elles fonderont cette hypothèse sur le constat que le plaisir d'essence « moralienne » qu'il procure *via* la pensée représentationnelle et anticipatrice s'avère constituer une source de joie et d'envie de vivre potentiellement permanente permettant de traverser les pires épreuves de la vie en conservant une humeur égale.

Elles devraient déduire de cette caractéristique, que l'optimisme s'avère le bien le plus précieux de l'homme. Bien d'autant plus précieux qu'il se transcende à travers la relation sociale lorsqu'il est partagé sur base d'idéaux, valeurs, rêves et objectifs communs.

Elles devraient expliquer de la sorte l'importance que les humains lui ont conférée à travers les siècles et les civilisations par le recours à la croyance religieuse ou à la réflexion philosophique dans le but de trouver un sens à la vie, en dépit de ne pouvoir y satisfaire toutes leurs envies.

Lors d'une cinquième étape, je pense que les neurosciences seront en mesure de relier toutes les formes de comportement à une motivation d'ordre sensitif : sensorielle, tensio-détensionnelle ou transcendantale¹⁰. Partant, elles devraient pouvoir crédibiliser l'hypothèse que les sensations constituent la seule et unique source de motivation humaine. Et ainsi concourir à aider les hommes à mieux se connaître, à mieux discerner leur moi profond et à mieux distinguer entre leurs différentes envies, celles qui relèvent de la finalité et du moyen, de l'essentiel et de l'accessoire, de l'existentiel et du compensatoire¹¹...

Au cours d'une sixième étape, je pense que les neurosciences, sur la base des hypothèses émises dans leurs phases de développement antérieures, vont pouvoir formuler une théorie générale du comportement fondée sur l'idée que l'homme