

## Citations décisives

# DEVENONS-NOUS CE QUE NOUS REGARDONS ?

Chaque âme est et devient ce qu'elle regarde. Ou, comme nous le lisons précisément chez Plotin : « Les âmes, contemplant [...] divers objets, sont et deviennent ce qu'elles contemplent » (*Ennéades*, IV, 3, 8, trad. M.-N. Bouillet).

Nous sommes au troisième siècle et Plotin offre ici une idée qui nous est encore précieuse.

Pourquoi ?

Une âme n'est pas un objet fixe, inerte que nous pourrions décrire, définir une fois pour toutes.

Exemple : nous sommes en réunion et deux personnes assignées à des postes similaires écoutent. L'une lit des ouvrages exigeants, qui l'obligent à penser ; l'autre se laisse emporter par le flot des notifications, le flux des distractions et autres *brain rot*. D'apparence, ces deux personnes se ressemblent. Mais ces deux âmes circulent dans des paysages différents.

Pourtant, en prenant l'habitude de regarder ailleurs, elles changeront, car ce sur quoi nous portons notre attention irrigue notre âme, notre esprit.

Pour Plotin, regarder vers le haut, vers l'Un, c'est clarifier sa vision du monde, et c'est surtout s'unifier. Regarder vers le bas, c'est porter son attention sur les problèmes du corps, et c'est de fragmenter.

Comme il est impossible pour une âme d'être « neutre » et de ne rien contempler, nous regardons toujours quelque part. Nous sommes ainsi toujours transformé·es par ce que nous observons. D'où l'importance de choisir.

Lorsque nous regardons, nous ne faisons pas que prélever des informations dans le monde, nous nous fabriquons. Nous construisons qui nous sommes.

Ce que Plotin décrit ici au troisième siècle ressemble furieusement à une théorie de l'attention, dans laquelle nous comprenons que notre attention est

devenue une valeur marchande. D'ailleurs, après la société de consommation, on parle désormais de société d'attention et les réseaux sociaux en sont un exemple largement commenté.

Pour Plotin, cette attention est une matière première de notre identité. Souvenez-vous que la notion d'intimité n'existe pas encore comme aujourd'hui. Le « Connais-toi toi-même » athénien ne signifie pas « Connais ton intimité », mais « Saches quelle est ta place dans le monde » (cf. 3/144).

Nous ne sommes pas ce que nous pensons ou aimerions être, nous sommes ce que nous avons regardé assez longtemps.

Il faut bien se rendre compte de ce qui est en train de mijoter ici : en affirmant que l'âme se force par son orientation (intérieure), Plotin crée un nouvel espace qui était un angle mort de la philosophie jusque-là : celui d'une intériorité.

Aujourd'hui, on parle de « profondeur », d'une discussion qui *deep dive*, qui va remuer au fond de notre identité. C'est nouveau. Ainsi naît un nouveau continent, sur lequel Augustin posera les premières fondations.

### Pourquoi cela nous intéresse-t-il ?

Nous sollicitons perpétuellement collaboratrices et collaborateurs. Des urgences à répétition, des échanges à travers divers canaux, des open-space agités. Si nous sommes ce que nous regardons, alors nous sommes fragmentés. Et il n'y a guère plus que notre frustration et notre fatigue qui soient communes dans notre éclatement.

Les responsables d'équipes qui passent leur journée à micro-manager, à scruter des indicateurs, deviennent des tableurs. Une équipe trop habituée à gérer les urgences peut ne plus savoir faire autre chose. Appliquer cette citation plotinienne à nos vies devient alors concret.

En sachant que nous devenons ce que nous regardons, que voulons-nous regarder ? Comment organiser notre agenda avec intention ? Vers quoi orienter notre regard, chaque jour ? Notre culture organise avec une méthode carnassière la capture de notre attention. Mais acceptons-nous de ne pas choisir ce que nous regardons et donc qui nous devenons ?

Avec philosophie,  
Bernt.