

# Le PIB, la croissance et l'entropie

(Ce texte reste ouvert à la réécriture, l'actuelle version est datée du 24 février 2022)

Le PIB n'est pas un indicateur de richesse  
Indicateurs alternatifs de bien-être ou de soutenabilité  
L'entropie  
L'obsolescence programmée  
Le rapport Meadows  
Le rapport Jackson  
Autres célèbres critiques  
Prévenir la crise plutôt que la subir  
La question démographique  
Croissance ou pauvreté ?  
Consommer autrement  
Produire autrement  
Flashes de dopamine : de l'excitation à la frustration  
Reconditionner le plaisir  
L'éducation des désirs  
On ne parle pas la bouche pleine  
Créer et donner  
Redéfinir la richesse

## **Le PIB n'est pas un indicateur de richesse**

Le Produit Intérieur Brut (PIB) est un indicateur de flux marchands mais en aucun cas le symbole de la richesse des nations, quoi qu'en disent la plupart de nos gouvernants. En quelque sorte, le PIB, c'est le montant de l'argent qui change de mains : je produis et je vends, le PIB augmente. Tu casses et il répare ou tu rachètes, le PIB augmente. Je pollue et tu assainis, le PIB augmente. Je tombe malade et tu me soignes, le PIB augmente. Ça s'infecte, le PIB augmente... Par contre, si la rivière est propre, le PIB n'augmente pas. Si l'air est pur, le PIB n'augmente pas. Si je suis en bonne santé, le PIB n'augmente pas.

Le PIB bénéficie également des marchés colossaux que constituent trois productions perverses : la publicité, la drogue et l'armement. Or, qu'est-ce que la publicité sinon une logique de la consolation par la satisfaction de faux besoins ; qu'est-ce que la drogue sinon une logique de la fuite ; qu'est-ce que l'armement sinon une logique de la peur de l'autre ?<sup>1</sup> Si je n'ai besoin, ni de consolation, ni de fuite, ni de défense, le PIB n'augmente pas. On est loin de ce qui constitue le « bien vivre ».

Comment ne pas reconnaître que pour les chantres de la croissance du PIB, la publicité, la drogue, l'armement, la maladie, la casse, la pollution et même la guerre, constituent des aubaines, comme tout ce qui s'apparente au concept économique de « destruction créatrice » (Schumpeter). Destructrice pour qui ? Créatrice de richesse pour qui ? Le marché de la cigarette en dit long à ce sujet<sup>2</sup>.

À partir du moment où la destruction créatrice devient programmatique (obsolescence programmée sous des formes diverses), elle opère une destruction des ressources sur le

---

1. C'est à la radio que j'ai entendu cet argument et je n'ai malheureusement pas pu relever le nom de l'intervenant.

2. Cf. Naomi Oreskes et Erik M. Conway, *Les Marchands de doute*.

long terme, dont va souffrir une majorité de la population et notamment les générations futures, en faveur d'une création de richesse pour une population très minoritaire et sur le court terme, une richesse confisquée et fort peu ruisselante.

Remarquons que le PIB ne tient pas compte de ce qui, sur le territoire d'une nation, existe comme force de travail, présence de cerveaux, ressources durables et écosystémiques du sol (terres fertiles et résistantes à l'érosion, forêts, sources, rivières et nappes phréatiques non polluées), possibilités géographiques (ressources hydrauliques, prédisposition aux énergies solaires ou éoliennes...), stabilité géopolitique, etc.

### **Indicateurs alternatifs de bien-être ou de soutenabilité**

La critique de l'indicateur de richesse qu'est le PIB a débouché sur la création de nombreux nouveaux indicateurs depuis 2009<sup>3</sup>. Mais la plupart d'entre eux se focalisent sur le bien-être à court-terme – et donc sur la satisfaction du cerveau archaïque – plutôt que sur la résilience et les satisfactions liées à la pérennité de ce que nous construisons – et donc sur la satisfaction de notre cerveau rationnel. D'autre part, ils n'ont pas vraiment tenu compte d'une réflexion profonde sur ce qu'est la richesse entendue non seulement comme propriété mais comme droits d'accès<sup>4</sup> et possibilité d'usage, c'est-à-dire la richesse des communs.

### **L'entropie**

«Rien ne se crée, rien ne se perd, tout se transforme» dit l'adage. C'est ce que conteste le deuxième principe de la thermodynamique en ce qui concerne l'énergie, et c'est ce que conteste un quatrième principe de la thermodynamique – proposé par Nicholas Georgescu-Roegen – en ce qui concerne la matière : l'énergie se dissipe, la matière se dégrade, c'est ce qu'on appelle l'entropie.

Prendre conscience de l'entropie, c'est réaliser que toute activité transformatrice dégrade les matières premières et donc, puisque notre planète constitue un système clos d'un point de vue thermodynamique, qu'elle les épuise en tant que ressources pour l'humanité. Cela s'éprouve particulièrement à l'échelle industrielle. Un exemple nous en est donné par le très impressionnant film documentaire de Denis Delestrac, *Le sable – enquête sur une disparition* (Alerte Verte, 2013). Puisé dans les océans par milliards de tonnes pour fabriquer du béton, le sable commence à disparaître de la planète. On croyait cette ressource infinie, elle se révèle non renouvelable (ou renouvelable à une échelle temporelle géologique excédant totalement l'extraction industrielle).

La pénurie que certains ont craint au sujet du pétrole (le « choc pétrolier »), qui est retardée – et à quel prix ! – mais non résolue, concerne quantité d'autres matières premières que nous avons pris l'habitude de puiser comme si elles étaient illimitées.

---

3. Cités par le *Dictionnaire de la pensée écologique* (Dominique Bourg et Alain Papaux dir., PUF 2015, p. 552) :

Indicateurs de bien-être : BES 2013 (Italie), W-3 2013 (Allemagne), RU (2013), Autriche (2012) Australie (2012), CIW 2013, Better Life Index 2013 (OCDE), HDI 2013 (UN), The Happy Planet Index 2012 (NEF), Ecological Footprint 2013, Prosperity Index 2013, Genuine Progress Index 2013, Environmental performance index 2012, Social Progress Index 2013, Material Footprint 2013, World Happiness Report 2013.

Indicateurs de soutenabilité : ANS 2010 (Banque mondiale), IWI 2012 (UN).

4. Voir la réflexion d'Amartya Sen sur les famines (*Poverty and Famines : an Essay on Entitlement and Deprivation*, 1981).

Notre civilisation s'est construite sur l'extractivisme et nous commençons à prendre vertigineusement conscience de cette impasse.

### **L'obsolescence programmée**

«L'ivresse du progrès et l'ignorance de l'entropie a donné naissance (...) à une divagation comparable à la recherche d'une machine à mouvement perpétuel» remarque judicieusement Robert Chevanier<sup>5</sup>. Mais le mythe de la croissance économique va encore plus loin que le fantasme du mouvement perpétuel : l'objet de son délire est celui d'une *accélération* perpétuelle.

Cette accélération perpétuelle réclame la stratégie funeste de l'obsolescence programmée. Si les économistes *mainstream* organisent cette «destruction créatrice», les opportunistes de la finance misent sur elle. Or, à l'échelle planétaire, qu'est-ce qu'une obsolescence programmée sinon l'obsolescence de notre planète elle-même. Telle est, du point de vue de l'habitabilité de notre Terre, la définition de l'Anthropocène : l'Anthropocène est cet âge géologique où l'humain (surtout le riche et le puissant parmi les humains), en macroparasite, rend toxique pour sa descendance ce monde qu'est le sien.<sup>6</sup>

Aux yeux du libéralisme économique, l'émancipation c'est le *détachement*. Rompre les amarres, déménager, quitter ce et ceux qu'on aime, ce serait ça, la liberté. J'ai toujours dit que je préférerais les ailes des poètes à l'enracinement des conservateurs, la curiosité à la méfiance, l'exploration à la routine sédentaire. Mais ici, les ailes du détachement économique sont celles des avions de la jet set. Ce sont les ailes du cynisme.

Au contraire, l'attachement, comme dans le cas de l'amitié, c'est la fidélité et la confiance, c'est l'oasis, c'est le biotope. Ce n'est pas la rupture et le remplacement par obsolescence programmée, c'est la fiabilité.

### **Le rapport Meadows**

En 1972, le rapport réclamé par le Club de Rome, surnommé rapport Meadows, est titré *The Limits to Growth* (en français : *Halte à la croissance*). C'est la première invalidation scientifique de la possibilité d'une croissance économique exponentielle dans un monde fini. Les auteurs ont utilisé la méthode de modélisation des systèmes dynamiques inventée par Jay Forrester pour développer un modèle global du monde (*World3*). En réfléchissant sur les variables, ils ont calculé cinq scénarios. Le scénario le plus probable était celui du *standard run*, scénario *business-as-usual* où les gouvernants sont incapables de changer de cap face à la destruction de nos ressources. Le scénario le plus optimiste, appelé *comprehensive technology*, était celui correspondant à la réalisation des promesses de progrès rêvées par les milieux technoscientifiques. Dans les deux cas, le rapport Meadows annonce l'effondrement du système Terre avant la fin du XXI<sup>e</sup> siècle. La seule et unique solution prônée par les auteurs est un abandon urgent du modèle économique basé sur la croissance et l'adoption d'un modèle économique stationnaire tel qu'il a été théorisé par John Stuart Mill (cette économie stationnaire sera repensée en 1997 par Herman Daly dans un ouvrage célèbre : *Beyond Growth*). La réaction de la communauté économique face à au rapport Meadows fut extrêmement agressive, cherchant par tous les moyens à l'invalider.

---

5. Article de Robert Chevanier consacré à Simone Weil (*Dictionnaire de la pensée écologique*, p. 1051).

6. Je parlerai davantage du concept d'Anthropocène dans mon texte «Le réveil des justes», (à paraître) sur la page Engagement de mon site internet [www.photo-philodellhom.com](http://www.photo-philodellhom.com)

Pourtant, quarante ans plus tard, les prédictions du scénario *standard run*, se confirment sur toute la ligne ! (Pour ceux qui s'y intéressent, on peut préciser que les époux Meadows ont poursuivi leur travail en 1992 avec la parution de *Beyond the Limits* et en 2004 avec *The Limits to Growth. The 30-Year Up-date*).

Le rapport Meadows est une mise en garde. Nous ne pourrons jamais enrayer la sixième extinction massive de la vie sur Terre sans une refondation radicale de ce qui doit croître et de ce qui doit décroître.

### **Le rapport Jackson**

Au Royaume-Uni, le philosophe, mathématicien et économiste Tim Jackson fut lui aussi missionné par le gouvernement pour trouver des solutions afin de relancer la croissance. Les conclusions de ses analyses sont implacables. Non seulement la croissance est impossible, mais elle est suicidaire. Son ouvrage, complètement boudé par les milieux économiques, devient rapidement une référence incontournable auprès d'une élite intellectuelle critique du scientisme économique. En 2017 paraît en français une édition retravaillée de ce texte intitulée *Prospérité sans croissance. Les fondations pour l'économie de demain*.

### **Autres célèbres critiques**

Ces deux rapports (Meadows et Jackson) ne sont pas solitaires, la liste est longue des savants parmi les plus visionnaires de notre temps à avoir dénoncé l'extrême dangerosité du mythe de la croissance économique. Je renvoie aux travaux de Nicholas Georgescu-Roegen (ce génie de l'économie, très en avance sur notre temps, qui a confronté la révolution bioéconomique aux lois de la thermodynamique); aux travaux de Kenneth Ewart Boulding (l'un des pères spirituels de l'économie écologique); au livre de Dominique Bourg et Christian Arnsperger (*Ecologie intégrale. Pour une approche permacirculaire de l'économie*, PUF, 2017), etc.

Pour une approche plus philosophique ou sociologique de la critique de la croissance, je renvoie au travail de Serge Latouche (par exemple son article «Décroissance» dans le *Dictionnaire de la pensée écologique*; précisons que le concept de décroissance est une bombe sémantique qui n'appelle pas à un retour au Moyen-Âge comme l'imaginent ses incultes détracteurs mais à une invalidation de notre modèle extractiviste); au livre de Maurizio Pallante (*La Décroissance heureuse. La qualité de la vie ne dépend pas du PIB*); au livre d'Yves Citton (*Zazirocratie. Très curieuse introduction à la biopolitique et à la critique de la croissance*); à Barry Commoner qui propose une économie non plus basée sur la valeur d'échange, mais sur la valeur d'usage; à l'œuvre de Bruno Latour; à celle d'André Gorz, parmi tant d'autres.

On peut noter en passant que les grands économistes humanistes comme Amartya Sen ou Joseph E. Stiglitz sont eux aussi critiques à l'égard de l'indicateur du PIB (qu'ils suggèrent de remplacer par une estimation du «développement humain soutenable»), mais ils ne remettent pas en question le concept de croissance économique lui-même. Pour cette raison, je les considère comme moins avancés sur le plan d'une réforme de l'économie que les penseurs cités ci-dessus. C'est encore le cas de Thomas Piketty (*Le capital au XXI<sup>e</sup> siècle*) auteur majeur sur lequel Tim Jackson a beaucoup travaillé tout en montrant les faiblesses de sa défense de la croissance pour contrer les inégalités. La sixième extinction massive de la vie sur Terre ne va pas améliorer les inégalités.

Pour une approche moins savante de la limite de la croissance, voir le film documentaire de Gilles Vernet, *Tout s'accélère* (LaClairière Production, 2016); ou le film de Florian Opitz, *System Error* (2018).

### **Prévenir la crise plutôt que la subir**

La plupart des économistes – empêtrés dans une approche scientifique de l'économie – ne comprennent pas que les sphères biologique et géologique encadrent la sphère économique et non l'inverse. Un effondrement de l'écosystème planétaire et un épuisement des matières premières entraîneront de toute façon crise et décroissance, et de façon infiniment plus violente que si nous cherchons à prévenir les carences par sobriété et ménagement. N'importe qui peut comprendre qu'il est vital de ne pas consommer plus qu'une planète; n'importe qui mais si peu d'économistes! Même un état stable ne peut suffire tant que nous serons en situation d'*overshoot* pour utiliser un vocabulaire propre à l'écologie scientifique. Comme l'a écrit William Catton, en situation d'*overshoot*, l'espèce humaine dépasse la «capacité de charge» de ses ressources, il faut redescendre à une planète. Il faut donc décroître avant de se stabiliser. Cette implacable contrainte nous impose une redéfinition de la richesse et un changement de société.

### **Ce qui doit croître**

Voici quelques secteurs que les objecteurs de croissance voudraient néanmoins voir croître: la transition vers les énergies renouvelables, l'agroécologie en culture mixte (permaculture, agroforesterie...), la consommation locale et de saison, le commerce équitable, l'économie sociale et solidaire, l'accès pour tous à la santé et à l'éducation...

### **La question démographique**

Quand un politicien d'extrême droite (comme Erdogan) encourage la croissance démographique sous prétexte que nous avons besoin de jeunes gens pour financer l'assurance vieillesse, il raisonne comme si notre planète était extensible. Il se fourvoie dans ce qu'on peut nommer un immatérialisme économique. Je propose de nous projeter dans un avenir pas si lointain où cette croissance ne sera plus un sujet de décision car elle sera matériellement bloquée. Sujet quasi-tabou en écologie politique (autruches réveillez-vous!), la stabilisation de la croissance démographique finira bien par s'imposer, ne serait-ce que pour des questions de «capacité de charge»: une population trop dense par rapport à ses ressources n'arrive tout simplement plus à se nourrir, ce qui diminue son têt de natalité, augmente son taux de mortalité et transforme son existence en un combat douloureux pour la survie. En ce qui concerne l'humanité, la notion de capacité de charge n'est cohérente qu'à l'échelle de notre biosphère planétaire. L'ONU a modélisé une stabilisation de la population mondiale à environ 11 milliards d'habitants en 2100. Mais on est en droit de se demander dans quelles souffrances une telle population pourra survivre. Cette mise en perspective pose plusieurs questions:

- Ne faut-il pas privilégier la qualité de vie avant d'en arriver à une situation forcée de survie? En d'autres termes, ne faut-il pas limiter notre croissance démographique? Et si oui, par quels moyens? Car la loi de l'enfant unique est à la fois liberticide, psychologiquement douloureuse pour beaucoup de parents, et socialement problématique comme on peut le voir en Chine où l'enfant unique traité en enfant-roi a donné lieu à une génération égoïste et capricieuse.

- L'amélioration de la santé et la prolongation de l'espérance de vie à la naissance sont indéniablement de grands progrès de civilisation. Mais dans le cadre d'une stabilisation démographique, ces progrès impliquent un vieillissement de la population. Ce vieillissement étant une donnée de fait (d'ailleurs déjà effective aujourd'hui<sup>7</sup>), il ne sert à rien de s'en lamenter – on pourrait d'ailleurs plutôt s'en réjouir dès lors qu'on privilégie la maturité et l'expérience plutôt que l'impétuosité et l'inconsistance de la jeunesse. Par contre, ce vieillissement nécessite que nous nous organisions différemment. L'un des défis sera d'améliorer la santé des vieux, un autre sera de garantir son pouvoir d'achat. Une société de vieux implique nécessairement un allongement de la vie active. Plus la population active diminue et plus elle doit payer pour les enfants, les malades et les retraités. On ne peut pas continuer de faire travailler comme des forçats une petite tranche de la population en mettant le reste au chômage, à la retraite, ou dans les oubliettes du néolibéralisme où pourrissent les laissés-pour-compte.

Cela implique davantage de partage des tâches comme de partage des gains, bref, une sortie du capitalisme (j'entends par «capitalisme» la captation de la spoliation par les investisseurs. Précisons que cette caractéristique concerne davantage le capitalisme libéral que le capitalisme d'État<sup>8</sup>. Une autre caractéristique du capitalisme, que l'on trouvait déjà esquissée chez Aristote avec la notion de chrématistique commerciale, est celle de la recherche en toute chose de la maximisation des profits. Il s'agit alors d'une véritable religion du rendement, avec ses prêtres et ses esclaves). Dans une société où le travail ne serait plus un enfer mais une contribution sociale, une intégration et un vecteur de reconnaissance, pourquoi cesser de travailler à 65 ans alors que l'on en est encore capable à 80. C'est bien ce qui se passe pour beaucoup d'écrivains ou l'artistes peintres par exemple. Évidemment, on ne peut pas en demander autant pour les métiers pénibles. Dans la mesure du possible, j'accorderais une priorité à l'amélioration des conditions de travail plutôt qu'à l'abaissement de l'âge de la retraite. Les tâches les plus pénibles devraient être davantage partagées plutôt que de les imposer aux étrangers payés au lance-pierre.

### **Croissance ou pauvreté**

Les objecteurs de croissance parlent de conditions de survie tandis que les chantres de la croissance économique parlent de condition de richesse. Nous n'accordons pas nos discours sur la même valeur, ce qui engendre des dialogues de sourds. On pourrait dire qu'il vaut mieux une humanité pauvre qu'une humanité disparue, car la survie est un prérequis à la richesse, mais est-ce si certain que cette impossibilité de croissance débouche sur un appauvrissement catastrophique? Posons la question différemment: comment faire pour que cette décroissance obligée n'entraîne pas un appauvrissement catastrophique? La réponse est connue, il faut changer de système économique. C'est ce que les économistes hétérodoxes ne cessent de proposer.

---

7. Il paraît que près d'un cinquième de la population suisse est déjà âgée de 65 ans ou plus (chiffres de 2020). Cette proportion devrait atteindre 30% en 2060.

8. La critique du capitalisme est philosophique bien avant d'être doctrinale. Il est donc tout à fait maladroit de la situer du côté du rêve communiste comme le font encore bien trop d'ignorants, attachés à une vieille dichotomie dépassée. Le communisme totalitaire de l'ex-URSS comme celui de la Chine peuvent être qualifiés de «capitalismes d'État» selon la formule de Cornélius Castoriadis. À ce titre, la critique du capitalisme est aussi une critique du communisme.

### **Consommer autrement**

L'une des premières mesures de décroissance – indolore sur le plan du confort –, c'est la lutte contre le gaspillage. À l'échelle mondiale, un tiers de la nourriture produite est jetée sans être consommée, ce qui implique aussi un énorme gâchis énergétique puisqu'il aura fallu produire, transformer, transporter ces marchandises perdues. Pour les producteurs, la perte de ces denrées, lorsqu'elle survient en amont de la vente au consommateur, représente aussi une perte financière. Le gâchis se retrouve dans bien d'autres domaines que celui de la production de nourriture. Par exemple, Amazon détruit chaque année plus de trois millions de produits neufs en France<sup>9</sup>. Après chaque saison de soldes, les invendus (téléviseurs, machines à laver, etc.) sont mis à la décharge pour laisser la place aux nouvelles gammes de produits dont la valeur marchande est plus élevée.

Comme on le voit dans la lutte contre le gaspillage, il n'est pas toujours nécessaire de nous priver pour diminuer notre empreinte écologique. Il suffit souvent de remplacer une habitude par une autre, un plaisir par un autre. Prenons un exemple tout bête, le pain. La fabrication de la farine blanche implique de grosses pertes de céréales (environ 100'000 tonnes de pertes en Suisse en 2020, selon l'association Foodwaste.ch). J'ai appris à aimer le pain complet, ce fut une éducation du goût. Le pain complet se garde mieux que le pain blanc, sa valeur nutritive est plus élevée, et ce que je soutiens aujourd'hui, c'est qu'il a plus de goût<sup>10</sup>.

### **Produire autrement**

Comme le remarque Gilbert Simondon (*Du mode d'existence des objets techniques*), le véritable progrès technique est celui qui permet un ralentissement de l'entropie. Une telle proposition va à l'encontre de l'obsolescence programmée. Elle s'exerce dans le développement des low-tech (que l'on traduira en français par basses technologies ou technologies douces). La haute technicité (high-tech) nous éblouit. Pourtant, combien d'inventions géniales se révèlent empoisonneuses de notre ciel, de notre terre, de notre temps! En revanche, les low-tech réclament peu d'énergie grise nécessaire à leur fabrication et à leur élimination. Elles sont durables, réutilisables, réparables, recyclables, biodégradables. L'humanité serait véritablement riche, et d'une richesse partagée, si les low-tech détrônaient les high-tech dans les domaines les plus inutilement gourmands en matières premières non renouvelables et en énergie. Cela se fait déjà dans l'agriculture biologique, en architecture, dans le design... Je recommande le livre de Philippe Bihouix, *L'âge des low tech* (Seuil, 2014), qui nous montre à quel point faire moins (premier principe) et plus durable (deuxième principe) n'implique pas de tourner le dos à la recherche et à l'innovation, bien au contraire.

### **Flashes de dopamine : de l'excitation à la frustration**

Chaque fois que nous consommons quelque chose de nouveau (nourriture, boisson, sexe, vêtement, outil, propriété, voyage, etc.), notre cerveau archaïque, le striatum, libère de la dopamine, ce qui nous procure un sentiment plus ou moins grand d'euphorie. Mais précisons-le, c'est moins la nouveauté que la surprise qui agit ici : « l'activation des neurones dopaminergiques n'est pas une réponse à la récompense en tant que telle, mais à la diffé-

---

9. Cf. sur M6, l'émission Capital du 13 janvier 2019.

10. Le site [www.frc.ch](http://www.frc.ch) donne des conseils pour lutter contre le gaspillage, accommoder ses restes et propose un guide sur les labels alimentaires réalisés par le WWF.

rence entre la récompense attendue et la récompense reçue. »<sup>11</sup> Non seulement, il faut que la récompense ait lieu, mais il faut qu'elle nous surprenne. Il y a à cela plusieurs conséquences. D'abord, plus nous nous réjouissons, et moins la récompense est susceptible de nous surprendre. C'est bien pour cela qu'on a coutume de dire que les meilleures fêtes sont les fêtes improvisées ; c'est pareil pour les voyages et bien d'autres choses. Ensuite, plus nous répétons la récompense, plus nous nous y habituons, parfois jusqu'à en perdre le goût. Je prendrai pour exemple une petite expérience personnelle qui m'a fortement convaincu : un été chez un glacier, j'ai découvert un parfum au goût extraordinaire. J'en ai mangé tous les jours mais mon plaisir a fini par diminuer. Frustré, je suis passé d'une à deux boules, comme si la quantité allait compenser mon accoutumance. Finalement, j'ai pris conscience du phénomène et, malgré mon désir toujours actif, j'ai cessé d'en acheter. Après une semaine d'abstinence, j'ai refait une tentative mais sans éprouver le plaisir des premiers jours. Ma frénésie gourmande s'était elle-même sabotée.

Un autre type d'accoutumance ne concerne pas la répétition mais la possession. On s'accoutume à son conjoint, à sa maison, à sa voiture, et chaque nouvelle possession devient la référence. Pour activer les neurones dopaminergiques, il faut donc toujours de nouvelles acquisitions. Celui dont les moyens financiers sont limités risque de se mettre en dette pour augmenter les doses, tandis que celui qui peut tout s'offrir finit par être blasé au point de ne plus savoir que faire pour sortir de son ennui. Tel est le blues des stars, comblées sur le plan matériel et néanmoins malheureuses (d'autant plus malheureuses qu'elles aussi vivent dans le besoin de consolation, de fuite et de défense dont je parlais au début de ce texte).

«Point crucial pour la durabilité, plus la récompense est éloignée dans le temps, moins les neurones dopaminergiques sont réactifs. Ce phénomène dit de "dévalorisation temporelle" signifie que ces neurones réagissent au plaisir instantané et favorisent l'action immédiate sans considération pour le long terme.»<sup>12</sup>

Ces remarques nous éclairent sur le désir aveugle de croissance. Si notre avidité à consommer et si notre difficulté à nous mettre en projet sur le long terme sont des conséquences de l'activité de notre cerveau archaïque, nous pouvons en déduire la formule suivante : *notre désir de croissance est un désir archaïque*. Tel est le désir de l'insatisfait et du frustré ; telle est la jouissance maniaco-dépressive du drogué. Ce n'est pas un désir d'abondance mais de changement. C'est un désir qui fait passer le changement pour de l'abondance et qui ne sait pas profiter de l'abondance déjà acquise.

«La dopamine fonctionne selon un mécanisme d'apprentissage pavlovien.»<sup>13</sup> Cela veut dire que la récompense – p. ex. le flash dopaminergique à chaque consommation – conditionne le comportement de telle manière que celui-ci soit déclenché par réflexe et non par un choix raisonné. Ce réflexe s'attache non pas à la cause du plaisir mais aux circonstances qui accompagnent son avènement. Si chaque fois que nous achetons quelque chose nous ressentons du plaisir, le danger est que nous attribuions ce plaisir non pas au bien lui-même mais à son acte d'achat.

---

11. Selon une étude menée par l'équipe de Wolfram Schultz à l'Université de Fribourg. Citée par *La Revue Durable* n° 63, automne-hiver 2019, p. 38.

12. *Ibid.* p. 39.

13. *Ibid.* p. 41. Si chaque fois que vous donnez un morceau de viande à un chien, vous jouez une note de musique, la note de musique finira par faire saliver le chien même si vous ne lui donnez pas de viande. L'apprentissage pavlovien produit un réflexe conditionné.

C'est ce qui se passe dans la pathologie du shopping compulsif. Combien de vêtements achetés dans de telles circonstances ne sont jamais portés ? Et si les acheteurs compulsifs consultent un thérapeute, c'est bien qu'ils en souffrent. Cela donne raison à Baudrillard pour qui le consumérisme engendre «une paupérisation psychologique», un état d'insatisfaction généralisée, qui «définit la société de croissance comme le contraire d'une société d'abondance»<sup>14</sup>. Nous sommes à l'opposé de l'économie de la fonctionnalité où c'est l'usage d'un bien qui donne du plaisir et non pas son acquisition.

### **Reconditionner le plaisir**

Puisque notre cerveau archaïque nous pousse à chercher le plaisir dans le changement, puisque ça nous plonge dans une insatisfaction renouvelée, et puisque la surconsommation qui s'ensuit s'avère insoutenable sur le plan écologique, nous avons intérêt à dompter ce cerveau archaïque, à redonner la priorité à notre cerveau rationnel et à reconditionner la production de notre plaisir.

Le retour des saisons est un exemple de conditionnement du plaisir qui fait que nous fêtons les premiers flocons de l'hiver, les premières fleurs du printemps, les premières chaleurs et le dénudement offert au soleil de nos regards caressants, les terrasses à la belle saison, les couleurs vives des arbres et de la mousse en automne, la reprise du ski en hiver, les feux de cheminées et les fondues, les asperges au printemps, la soupe à la courge en automne, et ainsi de suite. Le retour des saisons, s'il offre un plaisir de changement, ce changement n'est pas de pure nouveauté mais de retrouvailles. Nous pouvons nous en inspirer dans notre façon de consommer : c'est en faisant des pauses que le plaisir s'entretient, c'est à petites doses qu'il se déguste. La parcimonie n'est donc pas une privation mais une façon d'entretenir ce que la précipitation épuiserait.

### **Éducation des désirs**

«Moins», «mieux» ! La sobriété est devenue un impératif de survie, mais nous n'aimons pas les interdictions pures et simples. Nous sommes beaucoup plus disposés à faire des efforts si on nous permet de poursuivre ce qui nous tient à cœur, mais en nous invitant à nous y prendre d'une autre manière. La sobriété risque fort de tourner au vinaigre si nous nous arrêtons sur le slogan «moins». Il faut immédiatement lui ajouter «mais mieux». Il est beaucoup plus constructif de se concentrer sur de nouveaux gains, plutôt que de serrer les dents en se focalisant sur nos renoncements. Pour que le changement puisse véritablement réussir, il implique une *éducation des désirs*. Cette éducation des désirs suppose que si l'on renonce à quelque chose, c'est à la condition qu'on y gagne autre chose.

Je ne crois à la sobriété que teintée d'ivresse, celle du poète, celle de l'artiste, celle du philosophe, celle du sujet moral (et oui il y a un allégresse morale), celle de celui qui jouit pleinement de ce qu'il a plutôt que de souffrir de ce qu'il convoite, celle de celui qui partage. La sobriété sera triste et souvent intenable si nous l'abordons sous le jour de l'abstinence et de la privation. Il ne s'agit pas d'opposer l'avoir au non-avoir mais l'avoir-beaucoup à l'avoir-bien, l'excès à la modération, l'ivresse à l'ivresse. C'est aussi une question de goût. Celui qui savoure un verre de vin est dans le goût, celui qui s'enfile son litron glisse vers le dégoût.

---

14. Jean Baudrillard, *La société de consommation*, cité par Serge Latouche dans le *Dictionnaire de la pensée écologique*, p. 249.

La simplicité volontaire s'oppose donc à l'ivresse, celle des Néron brûlant notre Rome planétaire, celle des compagnies pétrolifères grillant notre ciel, celle des « investisseurs » contemplant la fumée et les cendres (et les dividendes), le cigare au coin des lèvres.

Une éducation des désirs dans une société portée vers la modération soulignera la supériorité du qualitatif sur le quantitatif. Et, contrairement à ce qu'on veut nous faire croire, ce n'est pas une question de prix. Les produits les plus agressivement promus par la publicité ne sont pas ceux qui sont utiles ou plaisants, pas non plus ceux qui possèdent le meilleur rapport qualité/prix, mais ceux qui, en touchant la corde sensible de nos fantasmes et addictions, ont la meilleure capacité à maximiser le profit d'un investisseur. C'est là malheureusement le seul critère du marché.

La logique économique du capitalisme néolibéral n'a pas besoin de personnalités authentiques et sereines, elle a besoin de producteurs-consommateurs abrutis et insatiables, elle fait de nous des pantins dépressifs. Il est par ailleurs insuffisant de dénoncer les actionnaires comme les seuls bourreaux et bénéficiaires de cette exploitation, car eux-mêmes sont abrutis et insatiables. Pour donner consistance à nos vies, nous avons besoin d'une cure de désintoxication. L'authenticité et la sérénité seront le gain de cette libération, à condition qu'elle soit sociétale.

### **On ne parle pas la bouche pleine**

La surcharge pondérale cause ou aggrave de nombreuses maladies, elle diminue l'espérance de vie, elle handicape la mobilité, elle est également source de discrimination et de rejet. À l'échelle mondiale, elle coûte des milliards en soins et en infrastructures. Ce serait peu dire que ce fléau augmente, il explose littéralement.

L'obésité dont je parle n'est pas celle de la maladie, qu'elle soit génétique (comme le syndrome de Prader-Willi) ou psychologique (comme la boulimie). Il ne s'agit pas non plus de s'en moquer. Je respecte la souffrance qu'elle entraîne (ou celle dont elle se fait le symptôme).

Il faut savoir que l'obésité devient pratiquement incurable à partir du moment où, à la suite de l'effet yoyo entre régimes et reprise de poids, les cellules graisseuses (adipocytes) ont perdu leur élasticité. Il en résulte une inflammation irréversible de ces cellules, et une thésaurisation des graisses. Il n'est alors plus possible de perdre du poids. Culpabiliser ne sert à rien, surtout lorsque le reproche arrive trop tard. Mieux vaut faire des campagnes de prévention.

Si l'obésité est un trouble du métabolisme, sa prolifération indique que ce ne sont pas seulement des individus qui sont malades mais la société elle-même. Je ne peux pas m'empêcher d'y repérer une somatisation massive du fantasme de croissance. La croissance du squelette et de la musculature appartient à l'enfance. Pourquoi la redoubler d'une croissance des graisses, dès l'enfance et jusqu'à la mort ? Cette croissance mine la santé, pèse, ankylose, engourdit... et isole : un ballon mal étreint.

Dans la malbouffe et le grignotage comme phénomène anthropologique planétaire se réalise symptomatiquement une *insatiable assimilation orale consumériste*. Notre rapport au monde est devenu *dévoration*. Le capitalisme, c'est la figure de l'ogre. Il ne s'agit pas d'occuper une place (trouver sa place) dans le corps social, mais de prendre le plus de place possible : perte du rapport à l'autre.

Pour lutter contre cette surconsommation, sur le plan individuel mais bien plus encore sur le plan sociétal, que signifie « faire un régime » ou « changer de régime » ? Faire

un régime, c'est ce qui correspond à la *décroissance sélective* : seuls les trop gros ont besoin de maigrir (ce sont les plus riches qui sont les obèses de notre économie planétaire, les obèses et les parasites. Je renvoie à l'ouvrage d'Hervé Kempf, *Pourquoi les riches détruisent la planète*). Assainir son régime alimentaire, c'est ce qui correspond à la *transition* : nous devons changer nos habitudes, déplacer nos repères, réévaluer nos priorités, revoir nos valeurs. Cela demande un effort, une hygiène, une discipline. Mais au bout du chemin, on se sent nettement mieux dans sa peau, plus légers, et on laisse de la place à autrui, avec lequel on peut à nouveau « nourrir » une *relation*. Quand on cesse de s'occuper de son nombril et de son ventre, on libère aussi la bouche. Il est difficile de parler la bouche pleine. Quand on arrête d'enfourner, on peut parler. La bouche n'est pas seulement métaphore de notre appétit du monde, elle est aussi le lieu d'un don, le don de parole, lieu privilégié de la construction du lien.

### **Créer, donner :**

Pour échapper au plaisir de l'acquisition et de la possession, nous pouvons nous tourner vers deux autres types de plaisir : créer et donner.

La consommation est essentiellement passive, on acquiert ce que d'autres ont produit. Pourtant, produire soi-même peut procurer une grande satisfaction, et c'est l'occasion de nous rendre compte que l'excellence du résultat n'est finalement pas si fondamentale, en tout cas pas dans tous les domaines, et surtout pas dans l'activité physique et le divertissement qui n'ont jamais autant de saveur que pratiqués par soi-même. On aime les fruits de notre jardin, la robe cousue soi-même, la bibliothèque conçue et montée de nos propres mains, la musique que nous chantons, la peinture que nous peignons, les sports que nous pratiquons. Avec la crise écologique majeure qui nous attend, l'essor inévitable des basses technologies nous permettra une réappropriation de certains de ces savoir-faire, avec beaucoup d'inventivité d'ailleurs grâce aux acquis d'innombrables inventions récentes qu'il s'agira d'adapter à une productivité plus soutenable. Les *fab labs* montrent le chemin de cette créativité et des plaisirs qui l'accompagnent. Ces *fab labs* sont aussi un terreau de partage avec la diffusion des créations en open source. Le don et le contre-don communautaires répandent une richesse non capitaliste, où la dette invite à la participation (le bénéficiaire d'un don se sent en dette et y répond normalement par un contre-don)<sup>15</sup>. Il n'est pas nécessaire de posséder pour donner et les pauvres sont souvent plus généreux que les riches, notamment dans les activités de bénévolat, de nombreuses études en témoignent. On peut offrir son écoute, on peut offrir un sourire, du temps, de l'attention, on peut transmettre un savoir, partager une expérience... Donner ce qui n'est pas de l'ordre de l'avoir (s'arracher à la mentalité de propriétaire) est d'ailleurs la manière la plus généreuse de donner car si vous vous privez en donnant, le bénéficiaire de votre don se sentira en dette, et plus la dette sera grande, plus le don sera étouffant<sup>16</sup>. Le don et le contre-don sont essentiels à la construction d'une économie plurielle et résiliente telle qu'elle fut théorisée par Karl Polanyi. J'en parlerai davantage dans mon texte « Le réveil des justes » (à paraître).

---

15. L'anthropologie du don de Marcel Mauss fut développée dans son ouvrage *L'essai sur le don*, en 1923-24. Cette réflexion se poursuit dans la Revue du MAUSS et notamment dans les publications de son directeur Alain Caillé. Je recommande dans cette lignée le *Manifeste convivialiste, déclaration d'interdépendance*, Le Bord de L'eau, 2013.

16. Au sujet du rapport entre le don et la dette, voir Daniel Sibony, *Don de soi ou partage de soi ?*, édition Odile Jacob, 2000.

Créer et donner peuvent encore appartenir au registre narcissique et au besoin de reconnaissance qui l'accompagne. Une autre forme de plaisir, que nous connaissons tous mais que notre culture sous-estime, consiste à faire grandir ce qui n'est pas soi. C'est le plaisir des parents (bien qu'il soit encore menacé de narcissisme), celui de l'enseignant, celui de la relation amicale. Une très belle phrase de Saint Augustin montre la voie d'un tel plaisir : « Le plus grand bien que nous faisons aux autres n'est pas de leur communiquer notre richesse mais de leur faire découvrir la leur. »

### **Redéfinir la richesse**

Le concept de croissance économique est intenable parce qu'il est quantitatif, parce qu'il prend en compte les productions marchandes destructrices et ne prend pas en compte les productions non marchandes constructives. Nous tourner vers un épanouissement qualitatif réclame une réévaluation de la notion de richesse, comme le proposent tant de philosophes – que les économistes *mainstream* n'écoutent pas. Les notions de maturation, bonification, fertilité, fécondité, n'ont rien à voir avec la croissance des cellules cancéreuses dont je fais l'allégorie de notre capitalisme tardif. Ce que j'oppose à la violence de cette exploitation, c'est notamment ce qu'on appelle l'économie sociale et solidaire, c'est encore l'économie du partage et de la fonctionnalité. Et, selon une approche plus philosophique, ce à quoi bien des penseurs de l'écologie invitent et moi à leur suite, c'est de ne plus aller « contre » (contre la nature, contre les hommes) mais « avec ». On peut très bien produire de la richesse avec du travail digne et collaboratif, des outils low-tech, des ressources renouvelables et une bonne gestion, sans pour autant forcer la nature et exploiter les hommes.

De tout temps, les sages ont considéré la qualité de vie comme étant au cœur de la définition de la richesse véritable. Cette qualité de vie implique une qualité du rapport à notre environnement (abondance des ressources mais aussi beauté), à nos relations sociales (confiance, respect, collaboration...) et à la qualité de notre rapport à nous-même (bien-être, sérénité, estime de soi...).

La véritable richesse n'a rien à voir avec l'exclusivité et l'exclusion impliquée par les biens ostentatoires, ni avec la distraction abrutissante qui réclame qu'on augmente toujours les doses. La véritable richesse, c'est aussi ce qu'Amartya Sen a nommé *empowerment* (traduit en français par « encapacitation ») : s'arracher à la pauvreté, c'est acquérir des capacités, à commencer par la possibilité de choisir son mode et son cadre de vie, son métier.

La véritable richesse passe par la santé, l'éducation et la jouissance de temps disponible pour le plaisir et la vertu. La richesse, ce n'est pas le pillage de nos ressources, ni la servitude volontaire réclamée par le capitalisme néolibéral. Certaines richesses immatérielles comme la confiance et la coopération sont infiniment plus réelles que les richesses matérielles liées à leur manque (armes, fortifications et systèmes d'alarme, assurances contre le vol). Les économistes hétérodoxes que j'ai cités plus haut n'ont eu de cesse d'élaborer les conditions d'une véritable richesse. Ces conditions sont déjà largement expérimentées de par le monde, il nous revient de les soutenir.

Jean-François Delhom