

*Le regard de l'autre***LA TYRANNIE****DES LIKES****Hicham ABDEL GAWAD****Écrivain**

Comme contre-feu au narcissisme aggravé provoqué par les réseaux sociaux, une réhabilitation de la spiritualité semble nécessaire.

La nature humaine est ambivalente. Tout être est en effet à la fois habité du désir d'être libre et du désir d'être validé par le regard de l'autre. Comme pour tout, il s'agit d'une question d'équilibre. L'être humain qui ne tombe pas dans l'illusion de sa propre centralité sait qu'il n'est pas l'alpha et l'oméga de la réalité et que le regard des autres a droit au chapitre, y compris quand il s'agit d'évaluer son propre cheminement de vie (on appelle ça trivialement 'prendre conseil'...). De même, l'être humain qui ne se déresponsabilise pas a conscience de sa part d'agentivité et du devoir d'agir 'en âme et conscience', autrement dit librement, et parfois au prix du qu'en-dira-t-on.

SANS BOIRE NI MANGER

Pourtant, les technologies les plus récentes ont créé une nouvelle illusion : celle d'un narcissisme aggravé. Narcisse : un homme qui s'éprend d'amour pour son propre reflet dont il devient incapable de se détacher. Plus il se regarde, plus folle est sa passion, jusqu'à en oublier de boire et de manger. L'actualité et la pertinence de ce mythe sont telles qu'elles nous rappellent les situations, très réelles, d'adolescents rivés sur leurs écrans qui en oublient parfois, eux aussi, de boire et de manger.

Mais si le mythe de Narcisse est un bon point de départ pour penser l'actualité, il ne rend pas compte entièrement de la situation : Narcisse est en effet tombé amoureux du reflet de sa beauté *naturelle*. Or, sur les réseaux sociaux, la pléthore de filtres de retouche de photo, ainsi que le simulacre de popularité avec les nombres de *followers* et autres *likes*, créent

des formes de beautés complètement artificielles. Le centre de gravité de tout l'artifice tient en un seul élément : la validation du regard des autres. Au nom de cette validation, tel jeune va par exemple appliquer plusieurs filtres sur ses photos pour *soumettre* son estime de soi à la tyrannie des *likes*.

SYMPTOMES DU MANQUE

Si les algorithmes font bien leur travail, le déluge de *likes* suivra et une décharge de satisfaction sera octroyée. Mais dans le cas où ces algorithmes en décident autrement, ce sera le calme plat, et avec lui la déception suivie de symptômes du manque, comme pour toute addiction. Il n'est pas question ici de poser un jugement sur la beauté réelle des utilisateurs : dès lors que l'on plonge dans une illusion de narcissisme aggravé, aucune forme de beauté *naturelle* ne sera jamais à la hauteur. Narcisse lui-même, si on se permet de l'imaginer à notre époque, ne serait satisfait de son reflet qu'après lui avoir appliqué moult filtres. Autrement dit, la réalité elle-même devient *indésirable*.

De sérieuses études et initiatives sont à l'œuvre pour tenter d'endiguer ce problème qui finit même par échapper des mains des propriétaires des réseaux sociaux. Il se pourrait bien, à mon sens, que la solution ne puisse se trouver que dans une réhabilitation de la spiritualité (comprise au sens large, c'est-à-dire religieuse ou non-religieuse). Si l'on définit la spiritualité comme étant une recherche constante d'équilibre et d'alignement de soi avec un ordre universel, alors on peut considérer qu'elle constitue un sérieux challengeur à la tyrannie de la validation.

Je me souviens en ce sens d'une élève qui, lors de mon cours sur le jeûne du mois de ramadan, m'avait dit : « *Moi, pendant le ramadan, je coupe mes réseaux sociaux pendant un mois entier pour me recentrer sur l'essentiel.* » Inutile de préciser que son professeur lui avait mis 20/20. ■