

Le traité de « neurosagesse » d'Idriss Aberkane

vendredi 2 novembre 2018

« Il faut remettre le plaisir au cœur de l'école. Si notre cerveau l'a développé et fonctionne avec lui, ce n'est pas par hasard. Dans l'école actuelle, les professeurs souffrent autant que les élèves. Or, dans une école saine, les professeurs prennent du plaisir parce qu'ils sont les chefs étoilés de la connaissance, et les élèves prennent du plaisir, parce qu'ils se régalent et qu'ils apprennent à cuisiner. » (Idriss Aberkane)

Dans son livre « Libérez votre cerveau ! Traité de neurosagesse pour changer l'école et la société », l'essayiste et conférencier français Idriss Aberkane fournit des clés pour mieux appréhender le fonctionnement de notre matière grise, dans une perspective de libération mentale et sociétale.



A trente ans, Idriss Aberkane est déjà titulaire de trois doctorats (Neuroergonomie et sciences de gestion, Etudes méditerranéennes et orientales, ainsi qu'en Diplomatie et relations internationales), et il est sollicité comme consultant dans le monde entier ! Il est également à la tête de trois entreprises. Cet hyperactif de la connaissance est passionné, entre autres, par les neurosciences, auxquelles il a consacré sa dernière thèse, de laquelle est tirée en partie son livre à succès « Libérez votre cerveau ! Traité de neurosagesse pour changer l'école et la société », paru en octobre 2016.

Tiroirs multiples

Dans cet ouvrage passionnant aux tiroirs multiples, Idriss Aberkane interpelle nos modèles sociétaux, et en particulier l'école, qui actuellement, selon lui, « encourage l'art de rester à sa place ». Une école dissuasive, qui ne sélectionne « que ceux qui supportent son joug ». « Issue de la révolution industrielle, notre éducation est centrée sur la pensée de l'usine, et sa vertu cardinale est la conformité. Pas la créativité, pas le caractère, pas l'amour des savoirs, pas l'épanouissement. Non, la conformité avant toute chose », écrit-il.

« Il faut remettre le plaisir au cœur de l'école. Si notre cerveau l'a développé et fonctionne avec lui, ce n'est pas par hasard. Dans l'école actuelle, les professeurs souffrent autant que les élèves. Or, dans une école saine, les professeurs prennent du plaisir parce qu'ils sont les chefs étoilés de la connaissance, et les élèves prennent du plaisir, parce qu'ils se régalent et qu'ils apprennent à cuisiner. » (Idriss Aberkane)
Contre une école passéiste et élitiste à seule visée économique, l'auteur prône une école exploratrice, innovante et créatrice, basée sur un authentique échange de savoirs. Une école de l'épanouissement. Selon Aberkane, l'éducation doit être inclusive et libératrice, ce qu'il désigne comme « éducation ergonomique, multimodale, ou multicanal ». Par ailleurs, l'école doit être ludique. Sur le plan neuroscientifique, explique Aberkane, le jeu est la façon naturelle d'apprendre. Il aspire donc à « **une excellence amusante** », qui prenne également en compte le bien être des enseignants.

Dans les domaines du développement humain et personnel, Aberkane prône une « neurosagesse », sous peine d'autodestruction. Une hypertechnicité peut conduire à l'inhumanité, au lieu d'améliorer nos conditions d'existence sur notre planète. « *Nous idéalisons l'avancée technologique et ridiculisons la spiritualité et la sagesse, et nos avancées technologiques n'ont pas été rattrapées par celles de notre conscience. Nous sommes philosophiquement immatures, ce qui fait de notre civilisation un danger pour elle-même* », dit-il.

« Gymnoétique »

La solution ? Elle dépend entièrement de nous, individuellement et collectivement, de la manière dont nous explorons et utilisons notre univers mental. Selon l'auteur, il faut « guérir des troubles de la posture cognitive ». « Et l'on peut changer le monde en changeant les postures mentales », affirme-t-il. Dans cette perspective, Idriss Aberkane propose de pratiquer sept exercices de ce qu'il désigne comme « gymnoétique », ou gymnastique de l'esprit.

Pour les résumer : 1. Pratiquer la subjectivité limpide (s'entraîner à une haute conscience de sa vie mentale) ; 2. Désinstaller les « applications » négatives (à savoir les « pourriciels », comme des logiciels mentaux infectés, conscients et inconscients) ; 3. Passer de l'impissance apprise (du genre « je n'en suis pas capable ») à la puissance apprise (en persévérant toujours) ; 4. Être un néophile libéré (cultiver la passion du nouveau) ; 5. Pratiquer l'exploration, ou l'art de la flexibilité mentale (se préserver un maximum de liberté de mouvement intellectuel, en équilibrant exploration et exploitation) ; 6. Pratiquer la méthode des lieux (spatialiser la pensée en bâtissant des palais intérieurs) ; et 7. Ignorer ses pairs (« l'intelligence repose sur la capacité à penser par soi-même, sans s'inquiéter de ce que pense autrui »).

Idriss Aberkane, « Libérez votre cerveau ! Traité de neurosagesse pour changer l'école et la société » - Editions Robert Laffont, octobre 2016, 280 pages, 20 euros.

P.-S.

[Voir l'article original](#)

Voir aussi "[Les secrets d'une écologie d'avenir](#)"

Voir aussi sur son SITE, notamment ses conférences :

<http://idrissaberkane.org/index.php/category/conferences/>