

Internet rend-il heureux ?

La question, au prime abord, peut sembler stupide. Comment un outil pourrait-il être responsable de l'alchimie subtile entre le bien-être et la conscience qui peut aboutir par instant à ce sentiment étrange de bonheur comme une sorte de plénitude passagère dans "un progrès perpétuel à de nouveaux plaisirs et de nouvelles perfections" comme l'a écrit [Leibniz](#) ?

Cette sorte de désir permanent d'améliorer son bien-être a forcément un certain rapport avec notre environnement ludique, cognitif et informationnel.

Ne nous semble-t-il pas naturel, et d'une certaine façon indispensable, de pouvoir en permanence écouter une infinité d'œuvres musicales, de lire à volonté les livres et journaux que l'on trouve disponibles en abondance, de regarder les émissions de télévision dont la variété se développe parfois hélas trop dans un désert culturel, de surfer à volonté sur internet, de *Facebooker*, de *Twitter*, de *SMSiser*, de *Youtuber*, de prendre sans arrêt photos ou vidéos pour saisir l'instant, de se localiser à tout moment, de se connecter partout à ses applications préférées ?

Pourtant toutes ces inventions sont récentes dans l'histoire de l'humanité. Car même si [l'imprimerie](#) date de 1454, la vulgarisation du livre est tout de même un événement récent. Le [livre de poche](#) ne date que du début des années 50.

L'invention du [gramophone](#) remonte à la fin du XIX^{ème} siècle, celle du premier [baladeur](#) musical de 1979 mais le premier [ipod](#) n'est apparu qu'en l'an 1 du 21^{ème} siècle.

L'histoire de la [radio](#) ne commence qu'à la fin du 19^{ème} siècle. Il faudra cependant attendre décembre 1921 pour que [Radio Tour Eiffel](#) diffuse son premier concert.

Quant à la télévision, si [John Logie Baird](#) réalise la première expérience de transmission d'images à Londres le 30 octobre 1925, ce n'est qu'en [décembre 1932](#) qu'une centaine de postes reçoivent un programme expérimental «Paris Télévision» à raison d'une heure par semaine.

Si l'ancêtre d'Internet, le réseau [ARPANET](#) date du début des années 60, il faudra attendre 1990 pour voir [Tim Berners Lee](#) et Robert Caillau inventer le concept de [World Wide Web](#). Moins de 10 ans plus tard, ce qui n'était à l'origine qu'un outil pour permettre aux chercheurs du CERN de communiquer, deviendra véritablement la *toile d'araignée mondiale* que nous connaissons aujourd'hui.

Nous baignons dans un immense océan d'informations et d'applications en tout genre mais plus encore nous participons largement à son extension permanente.

Il n'est donc pas si étrange de se poser la [question](#) du rapport de notre recherche de bien-être avec cet

environnement informationnel et cognitif disponible au bout de nos doigts.

D'ailleurs les marchands de bonheur ne s'y sont pas trompés. Ils nous proposent et nous proposeront de plus en plus des applications de *coaching* informatique pour réguler nos appétits, surveiller notre hygiène de vie et notre santé, stimuler notre communication, mettre en valeur nos moments de vie, etc.

La multiplication à venir des objets internet rendra cette interaction entre les fournisseurs de services et nous-mêmes de plus en plus importante. On peut par exemple prévoir, et on en voit déjà les premières applications, que des maladies chroniques comme le diabète ou les troubles cardiaques pourront être surveillées en permanence par des serveurs connectés à des praticiens.

On pourra tout à fait aussi imaginer un contrôle de notre hygiène de vie en connectant par exemple un podomètre surveillant le nombre de pas que nous faisons dans la journée pour nous rappeler à notre objectif d'exercice ou encore une application nous envoyant un SMS ou un MMS nous rappelant à l'heure des repas nos objectifs d'équilibre alimentaire, une autre nous évitant d'oublier notre prise de médicament ou nous envoyant lors de notre footing une musique en accord avec nos choix et notre rythme cardiaque.

Comment nier aussi l'impact d'une socialisation de notre quotidien dont nous pourrions faire partager les meilleurs moments par l'envoi de cette photo comme celle de notre petite fille partageant un moment de convivialité avec nous. L'homme a été programmé pour se souvenir plus des moments difficiles que des moments heureux parce que cette sélection participait à sa survie. La technologie peut suppléer à cette carence et rompre l'isolement qui nous guette avec la fin de la vie active et le crépuscule de la vie.

La multiplication de réseaux sociaux réunissant des personnes partageant une tranche d'âge, une pathologie, des aspirations spirituelles ou esthétiques participent à cette socialisation numérique.

Bien sûr toute médaille à son revers et cette omniprésence de ces prothèses communicantes peut tourner à une forme pathologique d'addiction.

Mais cette dépendance n'est-elle pas l'expression d'une grande souffrance psychique qui s'exprimerait probablement dans d'autres formes d'addictions et dans des états dépressifs sévères sans la technologie ?

L'outil n'est certainement pas neutre mais ce n'est pas parce qu'un sécateur peut blesser qu'on doit renoncer à *cultiver son jardin* comme nous y invite Voltaire dans [Candide](#).

