

Et si l'Univers était conscient ?

Et si la conscience n'était pas le propre de l'homme... mais la propriété fondamentale de l'Univers lui-même ? Ce que la physique quantique, la philosophie et les neurosciences commencent à entrevoir pourrait bien changer notre vision du monde — et de nous-mêmes.

1. La conscience : grande absente de la physique moderne

Pendant des siècles, la science a traité la conscience comme un épiphénomène — un simple sous-produit de l'activité neuronale. Vous pensez, donc vous êtes... mais ce vous reste mystérieusement absent des équations de la physique.

C'est ce que le philosophe David Chalmers appelle le « problème difficile de la conscience » : comment des processus purement physiques — neurones, synapses, électrochimie — peuvent-ils engendrer une expérience subjective, intime, vivante ?

La réponse classique ne satisfait plus. Et si la question était mal posée ? Et si la conscience n'était pas produite par la matière, mais était une propriété fondamentale de l'Univers — au même titre que la gravité ou l'énergie ?

2. La Théorie de l'Information Intégrée (IIT)

Le neuroscientifique Giulio Tononi a développé la Théorie de l'Information Intégrée (IIT), qui propose une mesure mathématique de la conscience : le Phi (Φ).

Plus un système intègre de l'information de manière irréductible, plus son niveau de conscience est élevé. Le cerveau humain affiche un Phi très élevé. Mais selon cette théorie, une simple particule pourrait elle aussi posséder une forme infinitésimale de conscience — ce que les philosophes appellent le panpsychisme.

En 2019, les physiciens Kleiner et Tull ont formalisé mathématiquement la IIT, ouvrant la voie à une conscience mesurable... à n'importe quelle échelle de l'Univers.

3. Le panpsychisme : une idée ancienne réhabilitée

Le panpsychisme n'est pas une idée nouvelle. Des philosophes comme Spinoza, Leibniz, ou encore William James y voyaient une solution élégante au fossé entre matière et esprit. Aujourd'hui, des penseurs comme Philip Goff et Bernardo Kastrup le remettent au centre du débat scientifique.

L'idée centrale : la conscience est partout, à des degrés divers. Ce n'est pas une propriété qui émerge de la complexité — c'est une propriété de base de la réalité, comme la masse ou la charge électrique.

Pour certains chercheurs, l'Univers entier pourrait être un vaste réseau d'information consciente — une sorte d'intelligence cosmique que nous ne faisons qu'effleurer avec nos sens limités.

4. Conscience universelle et inconscient : quel lien ?

Carl Gustav Jung parlait d'un inconscient collectif — un fond commun à toute l'humanité, peuplé d'archétypes universels. Ce concept résonne étrangement avec l'idée d'un Univers conscient.

Et si l'inconscient individuel n'était qu'une fenêtre ouverte sur quelque chose de beaucoup plus vaste ? Et si les intuitions, les rêves prémonitoires, les coïncidences significatives (synchronicités) n'étaient pas le fruit du hasard, mais les signaux d'un Univers en dialogue avec lui-même ?

Dans mon travail de thérapeute de l'inconscient, je constate régulièrement que l'accès aux couches profondes de l'esprit permet de toucher quelque chose qui dépasse l'individu — une mémoire plus ancienne, un savoir plus vaste. Peut-être sommes-nous, chacun d'entre nous, une conscience locale d'un Univers conscient global.

5. Ce que la science ne sait pas encore

Soyons honnêtes : nous n'avons pas de preuve définitive que l'Univers est conscient. Les théories comme la IIT sont fascinantes, mais elles restent débattues, voire contestées, au sein de la communauté scientifique.

Ce qui est certain, c'est que notre compréhension de la conscience est encore embryonnaire. Nous ne savons pas précisément ce qu'elle est, comment elle émerge, ni quelles sont ses limites. Et dans cet espace d'incertitude, les questions les plus vertigineuses trouvent leur place.

La science avance. La philosophie interroge. Et quelque part, au fond de vous, quelque chose sait déjà. Peut-être est-ce là, dans cet espace intérieur, que la réponse attend d'être entendue.

À lire aussi sur Mon Inconscient :

Une zone du cerveau qui serait la porte de la conscience

L'inconscient, cet autre qui vit en nous

Y aurait-il un univers miroir de l'autre côté du Big bang ?

Découvrez comment je travaille

<https://mon-inconscient.fr/fr/page/mes-accompagnements>