HABEAS MENTEM

Conquérir l'autonomie cognitive en Europe

MANIFESTE · SEPTEMBRE 2026

Aymeric Bourdin · Michaël Malherbe

ATELIER EUROPE

I. LE MONDE QUE NOUS NE SAVIONS PLUS VOIR

La fin de l'évidence

Depuis la chute du Mur de Berlin, l'Europe a vécu dans un monde qu'elle croyait devenu évident. La paix semblait avoir remplacé la puissance et le commerce devait rendre la guerre irrationnelle. La sécurité européenne pouvait reposer sur le parapluie américain. Notre prospérité pouvait s'alimenter à l'énergie russe, à la main-d'œuvre chinoise et aux technologies américaines. Le droit devait progressivement se substituer au rapport de force.

Nous n'avons pas seulement adopté ces choix. Nous avons fini par ne plus voir qu'il s'agissait de choix. La guerre en Ukraine a dissipé l'illusion. La force est revenue au cœur du continent. La garantie américaine n'est plus une certitude. La Chine ne cherche plus seulement à commercer avec le monde : elle construit les conditions de son autonomie et de sa puissance. L'ordre international que l'Europe croyait durable est redevenu contingent.

Ce qui s'achève n'est donc pas seulement une période géopolitique. C'est un cadre de pensée. L'Europe découvre qu'elle a confondu pendant trop longtemps l'interdépendance avec la sécurité, l'ouverture avec la souveraineté, la norme avec la puissance. Elle doit désormais apprendre à regarder ses dépendances en face.

La triple dépendance

Ces dépendances sont de trois ordres. La première est **géopolitique**. Pendant des décennies, l'Europe a externalisé une partie de sa sécurité. Elle a bénéficié de la protection américaine sans construire les capacités correspondant à l'autonomie stratégique qu'elle revendique aujourd'hui. La guerre en Ukraine a rappelé une vérité ancienne : celui qui ne peut assurer lui-même sa sécurité dépend de la volonté de celui qui le protège.

La deuxième dépendance est **économique et technologique**. Notre prospérité repose sur des infrastructures que nous ne maîtrisons pas toujours. Nous dépendons de chaînes de valeur étrangères, de capitaux venus d'ailleurs, de technologies que nous utilisons sans toujours en contrôler les conditions de production. Chaque année, des

centaines de milliards d'euros d'épargne et de dépenses européennes contribuent ainsi à financer des acteurs dont nous dépendons ensuite pour nos infrastructures numériques, nos logiciels et notre puissance technologique.

Cette dépendance est particulière car elle ne ressemble pas à une pénurie. Rien ne manque dans les rayons. Les services fonctionnent. Les logiciels sont performants. Le cloud est disponible. La dépendance est invisible précisément parce qu'elle est confortable.

La troisième dépendance est plus profonde encore. Elle est **cognitive**. Car nous ne dépendons plus seulement de ceux qui nous protègent ou de ceux qui produisent les infrastructures de notre puissance. Nous dépendons aussi de plus en plus de ceux qui organisent l'environnement dans lequel nous percevons le monde.

Qui décide de ce que nous voyons ? À quoi sommes-nous exposés ? Qu'est-ce qui mérite notre attention ? Pourquoi certaines informations deviennent-elles virales tandis que d'autres disparaissent ? Quels récits rencontrons-nous, dans quel ordre, à quelle fréquence et sous quelle forme ? Ces questions ne relèvent plus seulement de la technologie. Elles touchent aux conditions mêmes de la formation du jugement.

Les deux premières dépendances diminuent notre puissance. La troisième menace notre capacité à prendre conscience de cette diminution et à décider de nous en émanciper.

La quatrième strate numérique

Nous avons pris l'habitude de penser le numérique en strates. Quatre strates que tout le monde comprend : matérielle (câbles, réseaux, serveurs, puces, énergie), logicielle (systèmes d'exploitation, cloud, plateformes et services), sémantique (données, contenus, langage) et la quatrième strate est en train d'apparaître. Elle est cognitive. Elle concerne l'attention, les émotions, les perceptions, les habitudes et, finalement, la formation du jugement. Le premier texte qui l'atteigne, proposé en septembre 2026, ne vise que les mineurs ; pour tous les autres, elle reste sans droit. C'est à cette profondeur que se déplace désormais une partie de la compétition de puissance.

Nous avons appris progressivement à considérer ces strates comme des infrastructures stratégiques. Nous savons désormais qu'une dépendance à un fournisseur de cloud peut devenir politique, qu'une dépendance aux composants peut

devenir une vulnérabilité industrielle, qu'une dépendance aux modèles d'intelligence artificielle peut devenir technologique.

La donnée permet de connaître, l'algorithme permet de prédire, l'interface permet d'orienter et l'intelligence artificielle permet désormais de produire à grande échelle. Mais l'enjeu ultime est ailleurs. **Qui maîtrise les conditions dans lesquelles l'être humain prête attention, interprète et décide ?** Cette question n'est pas une déclaration de guerre aux machines. Nous entendons les maîtriser, non nous en rendre esclaves.

L'économie de l'attention

L'attention est devenue une ressource rare. Les plateformes numériques ne se contentent pas de nous fournir des contenus. Elles organisent la compétition pour notre temps mental. Elles mesurent ce qui nous fait rester, cliquer, réagir, revenir. Elles apprennent progressivement ce qui nous attire, ce qui nous émeut, ce qui nous irrite.

Notre attention est ainsi devenue une matière première économique. Mais elle est aussi une matière première démocratique. Une démocratie a besoin de citoyens capables de s'arrêter, de comparer, de douter, de différer leur jugement. Elle a besoin de temps pour la délibération. Or l'économie de l'attention fonctionne selon une logique inverse : accélérer, personnaliser, provoquer, retenir.

La viralité récompense ce qui déclenche une réaction immédiate. L'indignation produit davantage d'engagement que la nuance. Le flux continu réduit la possibilité de prendre du recul.

Le problème n'est donc pas seulement que nous passons trop de temps devant des écrans. Le problème est plus profond : **nous ne maîtrisons plus toujours les conditions dans lesquelles nous leur consacrons notre attention.** Avant même de modifier ce que nous pensons, une architecture peut déterminer ce à quoi nous pensons. Et c'est déjà une forme de pouvoir.

De l'influence à la capture

L'influence n'est pas nouvelle. La propagande existe depuis que les hommes cherchent à en convaincre d'autres. Les États ont toujours tenté d'orienter les opinions. Les

journaux, les publicités, les discours politiques ont toujours sélectionné, hiérarchisé et interprété le réel.

Ce qui change aujourd'hui, ce n'est donc pas l'existence de l'influence. C'est son **industrialisation**. Pour la première fois, des systèmes peuvent observer les comportements de millions d'individus, identifier les stimuli qui provoquent chez chacun une réaction, tester différentes formes de présentation et optimiser en permanence le résultat.

L'influence devient personnalisée, mesurable et automatisée. Elle devient continue et largement invisible pour celui qui la subit.

Hier, un message politique cherchait à convaincre une foule, là où un système contemporain peut chercher à comprendre ce qui convaincra chacun. La différence est considérable.

La propagande classique cherchait souvent à imposer un récit. La nouvelle manipulation peut chercher quelque chose de plus subtil : saturer l'espace informationnel, multiplier les récits contradictoires, amplifier les émotions et brouiller les repères jusqu'à rendre toute certitude suspecte.

Il ne s'agit plus nécessairement de faire croire à une vérité. Il peut suffire de faire douter de la possibilité même de distinguer le vrai du faux. C'est le passage de la persuasion à la **désorientation**.

La militarisation du jugement

Cette évolution transforme l'information en champ de puissance. Les campagnes de désinformation contemporaines ne cherchent plus seulement à diffuser un récit adverse. Elles peuvent viser les mécanismes par lesquels une société produit collectivement du jugement : les médias, les réseaux, les sources, les institutions, les conversations entre citoyens. L'objectif n'est pas toujours de convaincre. Il peut être de polariser, de distraire, de saturer, de ralentir la décision ou de rendre toute réponse politiquement impossible.

La guerre cognitive désigne cette nouvelle profondeur du conflit : la volonté d'atteindre non seulement les infrastructures ou les forces d'un adversaire, mais sa capacité à percevoir, à interpréter et à décider. L'information devient alors une arme. Mais cette arme possède une particularité : elle peut être retournée contre la société qui l'emploie.

Car une démocratie qui cherche à contrôler les esprits pour se défendre cesse progressivement de protéger la liberté qu'elle prétend défendre. C'est le paradoxe auquel l'Europe est aujourd'hui confrontée. Elle doit protéger ses citoyens contre la manipulation sans devenir elle-même une puissance qui décide de ce qu'ils doivent penser.

Le nouvel enjeu : préserver la capacité de juger

Nous sommes donc face à un déplacement majeur. Hier, la puissance consistait à contrôler des territoires. Puis elle a consisté à contrôler des infrastructures. Aujourd'hui, elle consiste aussi à contrôler des données, des réseaux, des plateformes et des capacités de calcul.

Demain, une part décisive de cette puissance résidera dans la capacité à agir sur les conditions mêmes de la perception et du jugement. Ce déplacement change la nature de la vulnérabilité démocratique.

Nous avons appris à protéger nos frontières physiques. Nous protégeons progressivement nos infrastructures numériques. Nous protégeons nos données personnelles. Mais nous n'avons pas encore véritablement formulé ce qui doit protéger l'espace intérieur dans lequel chacun forme son jugement. C'est pourtant là que se joue la liberté politique. Une personne peut être juridiquement libre, physiquement libre, connectée et parfaitement informée en apparence, tout en étant soumise à un environnement qui organise de façon invisible son attention, hiérarchise ce qu'elle voit et exploite ses vulnérabilités.

Par ailleurs, la liberté d'expression ne suffit pas si les conditions d'exposition à l'information sont capturées. Le droit à la vie privée ne suffit pas si les données qui nous concernent sont utilisées pour construire des modèles destinés à orienter notre comportement. L'éducation aux médias ne suffit pas si l'architecture dans laquelle l'individu évolue est conçue pour exploiter ses biais à une échelle industrielle. La régulation des contenus ne suffit pas si le problème se situe dans la manière dont ces contenus sont sélectionnés, amplifiés et distribués.

Nous découvrons ainsi une vulnérabilité nouvelle : **l'atteinte ne porte plus nécessairement sur ce que l'on pense, mais sur les conditions dans lesquelles on devient capable de le penser.**

Les réponses incomplètes

L'Europe n'est pourtant pas restée inactive. Elle a choisi l'éducation aux médias pour renforcer les capacités individuelles. Elle a développé une protection ambitieuse des données personnelles. Elle a commencé à encadrer les plateformes et leurs systèmes de recommandation. Elle régule désormais certaines pratiques de l'intelligence artificielle. Ces réponses sont nécessaires, et plusieurs d'entre elles constituent déjà des briques importantes de l'autonomie cognitive.

Le RGPD donne à l'individu des droits sur ses données. Le règlement sur les services numériques encadre davantage les grandes plateformes, leurs systèmes de recommandation et certains mécanismes de recours ; il ouvre notamment, dans certains cas, la possibilité d'une recommandation ne reposant pas sur le profilage. L'AI Act interdit certaines pratiques manipulatoires ou trompeuses et impose de nouvelles obligations de transparence. La proposition de règlement sur la protection des mineurs en ligne, présentée en septembre 2026, entre pour la première fois dans la strate elle-même : conception sécurisée, systèmes de recommandation que l'adolescent peut contrôler, régler et réinitialiser, charge de la preuve sur les plateformes. Le règlement sur l'équité numérique annoncé pour l'automne visera la conception addictive, pour tous. Les plateformes elles-mêmes commencent à proposer des fonctions de réinitialisation, de désactivation ou de gestion de la mémoire et de la personnalisation.

Ces avancées sont considérables. Mais elles restent dispersées. Cet édifice n'existe nulle part ailleurs : il est proprement européen. La quatrième strate implique une nouvelle clé de lecture, et personne d'autre que l'Europe ne peut la produire. Le droit des données protège principalement ce que les systèmes savent de nous. La régulation des plateformes encadre ce qu'elles organisent et nous montrent. Le droit de l'intelligence artificielle encadre certaines manières d'agir sur nous. Le droit des mineurs commence à régler la machine elle-même. Les fonctionnalités des plateformes ajoutent, chacune selon leur logique propre, des moyens de reprendre la main.

Ce qui manque n'est donc plus seulement une protection. C'est le principe qui relie ces protections. Une donnée n'est pas une pensée. Une recommandation n'est pas une décision. Une mémoire informatique n'est pas une identité. Et l'effacement d'une trace ne garantit pas l'effacement de ce qu'une machine en a déduit.

Nous avons commencé à réguler les outils. Nous devons maintenant formuler le principe qui protège la personne dans sa relation avec ces outils : la capacité de chacun à rester l'auteur de son propre jugement.

L'angle mort

C'est probablement ici que se situe notre angle mort. Le droit protège le corps contre la violence. Il protège la vie privée contre certaines intrusions. Il protège les données contre certains usages. Il protège la liberté d'expression contre la censure. Il commence à protéger les citoyens contre certaines manipulations algorithmiques. Les plateformes elles-mêmes commencent à reconnaître, par des fonctions de contrôle des recommandations ou de gestion de la mémoire, qu'un individu peut avoir besoin de reprendre la main sur son environnement numérique.

Mais ces protections restent sectorielles, fragmentaires et inégalement opposables. Il manque encore un principe capable de les relier autour d'une question plus fondamentale : comment garantir à chacun la possibilité de rester l'auteur de son propre jugement lorsque les conditions de formation de ce jugement deviennent elles-mêmes un objet de puissance ?

La question n'est plus seulement : que suis-je autorisé à dire ? Ni même : quelles données les autres peuvent-ils détenir sur moi ? Elle devient : dans quelles conditions suis-je encore libre de former mon propre jugement ? Cette question est nouvelle par son échelle, par sa technologie et par sa portée politique.

Elle ne demande pas de protéger les citoyens contre les idées. Elle demande de protéger les conditions dans lesquelles ils peuvent les rencontrer, les examiner, les confronter et finalement les faire leurs. Car une démocratie ne repose pas seulement sur la liberté de parler. Elle repose sur la possibilité de penser avant de parler, de douter avant de croire et de changer d'avis sans qu'une architecture ait décidé à notre place.

L'Europe a commencé à protéger nos données. Elle doit désormais apprendre à protéger les conditions de notre autonomie. C'est cette protection qu'il faut désormais nommer.

II. FONDER L'HABEAS MENTEM

La liberté sans le bouclier

Pendant des décennies, nos démocraties ont pensé la liberté à partir d'une question simple : qu'est-ce que l'État n'a pas le droit de faire à l'individu ? Ne pas emprisonner arbitrairement, ne pas surveiller sans motif, ne pas censurer, ne pas interdire une opinion.

Cette liberté négative, qu'Isaiah Berlin a théorisée, demeure l'une des grandes conquêtes du monde libéral. Elle repose sur une intuition fondamentale : l'individu doit disposer d'un espace dans lequel le pouvoir ne peut entrer. Cette protection reste indispensable. Mais elle ne suffit plus, car l'emprise contemporaine ne prend pas nécessairement la forme d'une interdiction. Elle peut prendre celle d'une configuration.

Personne ne nous oblige à regarder une vidéo plutôt qu'une autre. Personne ne nous ordonne de rester connecté. Personne ne nous contraint explicitement à croire un récit. Mais une interface peut être conçue pour prolonger notre attention, un système de recommandation pour sélectionner ce que nous verrons ensuite, un profil pour anticiper ce qui nous fera réagir. La contrainte a changé de nature. Elle ne commande plus toujours : elle configure.

Timothy Snyder a montré, quant à lui, que la liberté ne consiste pas seulement à être laissé tranquille. Elle suppose de disposer des conditions qui permettent effectivement d'exercer son jugement. Une liberté dont les conditions d'exercice sont invisibles cesse progressivement d'être une liberté pleine. C'est pourquoi il nous faut passer d'une liberté protégée contre l'ingérence à une liberté capable de résister à l'emprise. L'Europe a besoin d'un nouveau bouclier.

De l'Habeas Corpus à l'Habeas Mentem

En 1679, en Angleterre, l'Habeas Corpus a posé une limite décisive à l'arbitraire : nul ne pouvait être détenu sans que la légitimité de cette détention puisse être examinée. Le principe était simple et révolutionnaire : le pouvoir ne peut pas disposer de la personne sans justification. Trois siècles et demi plus tard, le corps n'est plus le seul territoire vulnérable. L'esprit dont nous parlons n'est pas un organe. C'est la faculté de prêter

attention, d'interpréter et de juger : ce que chacun engage lorsqu'il se forme une opinion. Notre attention peut être captée, nos comportements peuvent être prédits, nos préférences peuvent être inférées, nos vulnérabilités peuvent être exploitées, notre environnement informationnel peut être personnalisé. Notre esprit peut être entouré d'une architecture que nous ne voyons pas et dont nous ne maîtrisons pas les règles.

Le problème n'est donc plus seulement : qui peut disposer de ma liberté physique ? Il devient : qui peut disposer des conditions dans lesquelles je forme mon jugement ? L'Habeas Mentem prolonge l'intuition de l'Habeas Corpus dans cet espace nouveau. Il ne prétend pas protéger une pensée particulière, il protège la capacité de penser par soi-même. Il ne dit pas ce qu'il faut croire ; il interdit que quelqu'un puisse disposer à son insu des conditions de formation de ce que l'on croit. Le droit européen a déjà pris ce chemin. La Cour de Strasbourg protège l'intégrité de la personne : physique, morale, puis psychologique. La cognitive est la suivante. L'Habeas Mentem est le droit de rester l'auteur de son propre jugement.

L'Habeas Mentem se veut une clé de lecture. Elle permet de voir d'un même regard des champs que nous traitions séparément : les architectures numériques que l'Union a commencé à réguler, l'école et la formation des citoyens ou l'avenir des médias européens. Elle peut débloquer des débats qui s'enlisent, parce qu'elle les saisit par les conditions du jugement et non par les contenus. Une clé n'impose rien : elle ouvre de nouvelles perspectives.

Ce que l'Habeas Mentem ne sera jamais

Toute doctrine qui prétend protéger l'esprit porte en elle un danger. Qui protège peut aussi contrôler. Qui prétend combattre la manipulation peut finir par décider ce qui constitue une mauvaise idée. Qui veut lutter contre la désinformation peut être tenté de définir officiellement le vrai. Qui prétend protéger les citoyens peut progressivement les traiter comme des sujets incapables de juger par eux-mêmes.

L'Habeas Mentem doit donc commencer par se fixer des limites.

Première ligne rouge : aucun arbitrage de la pensée

L'Habeas Mentem ne distingue pas les bonnes et les mauvaises opinions. Il ne crée aucune autorité chargée de déterminer ce qu'un citoyen doit croire. Il ne reconnaît à

aucun pouvoir, fût-il démocratiquement élu, le droit de qualifier une pensée de légitime ou d'illégitime au nom de la protection cognitive. La liberté d'opinion demeure entière. La pluralité demeure entière. Le désaccord demeure entier.

La doctrine ne protège pas le citoyen contre les idées qu'il pourrait juger mauvaises. Elle le protège contre les procédés qui chercheraient à lui retirer la capacité de les juger lui-même. Cette limite n'est pas la nôtre seulement. L'encyclique que Léon XIV a consacrée à l'intelligence artificielle l'écrit en une phrase : « une information véridique ne naît pas d'un contrôle centralisé ou automatisé ».

Deuxième ligne rouge : agir sur les architectures, jamais sur les opinions

Le contenu d'une opinion appartient à la liberté. L'environnement dans lequel cette opinion est produite, hiérarchisée, amplifiée ou rendue visible peut relever d'une autre logique. L'Habeas Mentem ne demande donc pas : cette opinion est-elle vraie ? Il demande : dans quelles conditions cette opinion a-t-elle été rendue visible à cet individu ? La distinction est fondamentale.

À titre de comparaison, le droit de la concurrence ne juge pas si un produit est bon, il examine les conditions dans lesquelles le marché permet ou non une concurrence réelle. L'Habeas Mentem ne juge pas si une opinion est bonne : il examine les conditions dans lesquelles une architecture permet ou non à un individu de former librement son jugement. Le Parlement européen l'a dit à sa manière en septembre 2026, en adoptant le Bouclier européen de la démocratie : la liberté d'expression « protège des êtres humains, non des machines, des algorithmes ou des robots ».

Troisième ligne rouge : le consentement doit être éclairé

L'influence fait partie de la démocratie. Un discours politique cherche à convaincre, un livre cherche à persuader, une publicité cherche à séduire, un enseignant cherche à transmettre. Le problème n'est pas l'influence. Le problème commence lorsque l'influence devient invisible, personnalisée et fondée sur l'exploitation d'une vulnérabilité que celui qui la subit ne peut ni comprendre ni refuser.

Un individu peut accepter d'être influencé. Il ne devrait pas pouvoir être influencé à son insu par une architecture conçue pour exploiter ses fragilités. La frontière est là.

L'influence consentie appartient à la liberté. La manipulation invisible relève de l'emprise. Ces trois lignes rouges définissent le périmètre de l'Habeas Mentem. Elles en constituent aussi la garantie libérale.

Un principe nouveau : l'autonomie cognitive

Sur ce socle, un principe peut être formulé : chacun doit pouvoir rester l'auteur de son propre jugement. Cette autonomie n'est ni l'indépendance absolue, qui n'existe pas, ni l'illusion d'un individu soustrait à toute influence. Nous sommes tous influencés : nous apprenons des autres, nous empruntons leurs mots, nous sommes façonnés par notre famille, notre culture, notre époque, nos rencontres. Le mot est à prendre au pied de la lettre : autonomie, se donner sa propre règle. Elle ne promet pas un jugement sans biais, que personne ne possède. Elle exige que la règle qui gouverne mon attention et mon information puisse rester la mienne. L'autonomie ne consiste donc pas à ne subir aucune influence. Elle consiste à pouvoir reconnaître, examiner et éventuellement refuser celles qui nous sont proposées. Les protections européennes déjà en place vont dans cette direction, mais elles le font par fragments : données personnelles, plateformes, IA, recours et transparence. L'Habeas Mentem cherche à faire de cette intuition dispersée un principe politique cohérent.

Elle suppose trois conditions : ne pas être capturé ; disposer de son attention ; et pouvoir contester l'environnement qui nous est proposé. C'est pourquoi l'Habeas Mentem repose sur trois principes. Trois protections appelées à devenir, un jour, des droits opposables.

Les trois principes de l'autonomie cognitive

Premier principe : l'intégrité cognitive

Le premier principe est celui de ne pas subir à son insu l'exploitation d'une vulnérabilité cognitive ou comportementale. Une interface ou un système qui exploite délibérément une vulnérabilité pour prolonger une interaction, modifier un comportement ou orienter une décision franchit une frontière particulière : il ne cherche plus seulement à convaincre l'utilisateur ; il cherche à agir sur les conditions de son jugement. Le droit européen commence déjà à poser une limite à certaines pratiques manipulatoires ou trompeuses. L'Habeas Mentem ne prétend pas remplacer cette protection : il en prolonge l'intuition au-delà des seuls cas où le seuil juridique de la manipulation interdite est atteint.

L'intégrité cognitive ne signifie pas que notre esprit serait inviolable à toute influence. Elle signifie qu'il existe une limite à l'exploitation opaque de nos vulnérabilités. La frontière ne passe donc pas entre influence et absence d'influence ; elle passe entre influence assumée et manipulation invisible, entre persuasion identifiable et exploitation asymétrique d'une vulnérabilité. L'intégrité cognitive protège ainsi une chose très simple : le droit de pouvoir identifier et contester lorsqu'une architecture cherche à agir sur moi.

Deuxième principe : l'autonomie attentionnelle

Le deuxième principe est celui de disposer de son attention. L'attention n'est pas une simple préférence personnelle. Elle est la condition matérielle du jugement. On ne peut comparer deux arguments sans leur consacrer du temps. On ne peut comprendre une question complexe sans accepter de ne pas réagir immédiatement. On ne peut changer d'avis sans rencontrer quelque chose qui résiste à nos certitudes. L'attention est donc une ressource démocratique.

L'autonomie attentionnelle ne signifie pas que quelqu'un devrait décider à notre place de ce qui mérite notre attention. Elle signifie exactement l'inverse. Le droit européen et certaines plateformes reconnaissent déjà une partie de cette exigence : il est désormais possible, selon les services et les contextes, de réinitialiser des recommandations, de choisir un mode de recommandation non fondé sur le profilage, de suspendre certains historiques ou de distinguer un fil personnalisé d'un fil limité aux comptes suivis. Mais choisir son fil ne suffit pas. L'autonomie attentionnelle signifie pouvoir agir sur l'architecture de son attention : son mode de classement, son rythme de sollicitation, ses interruptions et la possibilité de mettre fin à une interaction. Choisir de ralentir ou de sortir d'une boucle d'engagement. Choisir de ne pas être constamment ramené vers ce que l'algorithme a appris à nous faire regarder. Mon attention n'est pas un territoire dont une architecture devrait pouvoir disposer sans mon consentement.

Troisième principe : la contestabilité informationnelle

Le troisième principe est celui de comprendre et de contester l'environnement informationnel qui nous est proposé. Une démocratie ne peut pas garantir que tous ses citoyens croiront les mêmes choses. Elle ne doit même pas le chercher. Elle ne peut pas davantage décréter le pluralisme d'en haut : dès qu'une autorité se donne le pouvoir de définir ce qu'est un environnement suffisamment pluriel, elle redevient une police

du vrai. Ce que le droit peut garantir est d'une autre nature : que chacun puisse savoir pourquoi une information lui est montrée, identifier les mécanismes qui déterminent sa visibilité, accéder à d'autres modes de sélection, contester ces mécanismes et modifier son environnement informationnel. Le DSA a déjà posé des briques importantes de transparence et de recours ; l'AI Act ajoute des obligations de transparence sur certaines interactions et productions. La contestabilité informationnelle va plus loin : elle ne garantit aucun contenu, pas même le pluralisme. L'État ne garantit pas que je rencontre le pluralisme ; il garantit que je puisse contester l'architecture qui organise ce que je rencontre.

La ligne de partage ne passe donc pas entre le vrai et le faux. Elle passe entre le visible et l'invisible, le contestable et l'impossible à contester. L'Habeas Mentem ne promet pas un monde sans erreurs. Il promet un monde dans lequel l'erreur, le désaccord et même la manipulation peuvent être identifiés, discutés et combattus sans qu'une architecture ait préalablement fermé le champ du possible.

Trois principes, mais aussi trois responsabilités

Ces principes ne sont pas sans contrepartie. L'autonomie cognitive protège nos libertés. Elle est aussi un bien commun. Je ne peux pas revendiquer pour moi la liberté de former mon jugement tout en considérant comme légitime le fait de disposer à mon insu du jugement des autres. À chaque principe correspond donc une responsabilité.

À l'intégrité cognitive répond une responsabilité de non-manipulation. Nul ne devrait exploiter volontairement les vulnérabilités cognitives d'autrui pour orienter son comportement à son insu.

À l'autonomie attentionnelle répond une responsabilité de respect de l'attention d'autrui. Celui qui dispose des moyens de capter l'attention de millions de personnes dispose d'un pouvoir qui appelle une responsabilité proportionnelle à sa puissance.

À la contestabilité informationnelle répond une responsabilité d'intégrité informationnelle. Chacun peut se tromper. Chacun peut défendre une opinion contestable. Mais nul ne devrait organiser sciemment la tromperie d'autrui, fabriquer artificiellement une apparence de consensus ou dégrader volontairement l'espace informationnel commun.

Cette responsabilité est particulièrement forte pour ceux qui disposent d'une puissance de diffusion. Plus une organisation peut modeler l'environnement cognitif des autres, plus elle doit répondre de la manière dont elle l'organise.

Le devoir envers soi-même

Mais il existe un troisième versant, plus intime encore. Aucun droit ne peut nous rendre autonomes à notre place. Protéger l'esprit ne suffit pas. Encore faut-il l'exercer. L'autonomie cognitive est une capacité qu'il faut entretenir. Cela suppose un devoir envers soi-même : cultiver sa faculté de juger. Se former, lire, apprendre, confronter ses convictions à celles qui les contredisent, accepter le doute. Vérifier avant de transmettre lorsque l'enjeu le justifie. Savoir reconnaître ses propres biais. Préserver sa capacité d'attention. Accepter parfois de ne pas avoir immédiatement d'opinion.

Ce devoir ne porte jamais sur le contenu de la pensée. Il ne signifie pas qu'il existerait une culture officielle, des opinions correctes ou une manière légitime de penser. Il signifie seulement ceci : le devoir n'est pas de bien penser. Il est de rester capable de penser.

Il existe ici une responsabilité que nul État ne peut imposer de l'extérieur. Personne ne peut nous obliger à devenir autonomes. L'autonomie est une liberté qui demande un effort.

Le pacte cognitif

Les droits, les responsabilités et le devoir envers soi-même forment ainsi un même pacte. Mon esprit m'appartient : c'est le droit. Je n'ai pas le droit de disposer de l'esprit d'autrui : c'est la responsabilité. Je dois entretenir ma capacité à juger : c'est le devoir envers moi-même. Ce pacte ne demande à personne de penser de la même manière. Il demande à chacun de reconnaître à l'autre la même qualité de sujet libre.

Deux instruments pour rendre ces principes effectifs

Un principe qui ne produit pas d'effets reste une déclaration. L'Habeas Mentem doit donc disposer d'instruments concrets. Le premier est un principe de réversibilité cognitive. Le second est une transparence opposable.

La réversibilité cognitive

Nous avons accepté que les systèmes numériques se souviennent de presque tout. Ils mémorisent nos recherches, nos clics, nos achats, nos interactions. Ils peuvent en déduire des préférences, des habitudes, des catégories comportementales et parfois des vulnérabilités. Les grands assistants commencent eux-mêmes à offrir des fonctions de mémoire, d'effacement ou de gestion de ce qu'ils retiennent. Mais l'être humain change. Ce qu'il était hier ne définit pas nécessairement ce qu'il sera demain. Le droit à l'oubli avait commencé à poser cette intuition pour les données personnelles. L'Habeas Mentem doit l'étendre aux inférences. Il ne s'agit plus seulement de demander : « avez-vous encore cette donnée sur moi ? » Mais : « quelles conclusions avez-vous tirées de moi, et suis-je condamné à rester enfermé dans ces conclusions ? » L'enjeu n'est donc pas seulement l'effacement d'une donnée, mais la possibilité de réviser une représentation de la personne lorsque cette représentation devient significative pour son environnement ou ses interactions. L'esprit doit pouvoir évoluer sans être assigné à résidence par ses comportements passés. La réversibilité cognitive est le droit de pouvoir corriger, réviser ou, lorsque cela est nécessaire, effacer les inférences significatives produites sur soi.

La transparence opposable

Le second instrument est la transparence. Mais pas une transparence décorative, faite de longues conditions générales que personne ne lit. Le droit européen impose déjà des obligations croissantes de transparence sur les données, les systèmes de recommandation et certaines pratiques de l'IA. L'enjeu de l'Habeas Mentem est de transformer cette transparence en pouvoir d'agir. Une transparence utile doit répondre à quatre questions : Pourquoi est-ce que je vois ceci ? Pourquoi ne vois-je pas cela ? Quels mécanismes ont déterminé cette sélection ? Que puis-je faire pour la modifier ou la contester ?

Le citoyen ne demande pas à connaître le code source d'un système pour le plaisir de comprendre sa technique. Il demande à comprendre ce qui agit sur son environnement cognitif. Il ne demande pas que l'on supprime une opinion. Il demande à savoir pourquoi elle lui est montrée, amplifiée ou répétée, dans la mesure où cette information peut être rendue intelligible. Il ne demande pas que l'on lui dise quoi croire, mais à pouvoir choisir les conditions dans lesquelles il reçoit l'information. La transparence devient ainsi opposable : elle n'est plus une faveur accordée par une

plateforme, mais une condition de l'exercice d'un droit. Elle doit permettre, lorsque le mécanisme le justifie, quatre actions : **comprendre, choisir, contester et réparer.**

Protéger l'enfance

Cette exigence est encore plus forte pour les enfants. Un adulte peut comprendre progressivement les mécanismes auxquels il est soumis, modifier ses usages, exercer son jugement et choisir de se retirer. Un enfant ne dispose pas encore de toutes ces défenses. Il apprend à désirer, à se concentrer, à se comparer. Il apprend à construire son identité. Il apprend, surtout, ce qu'il doit considérer comme digne de son attention.

Lorsqu'une architecture numérique intervient à cet âge, elle ne rencontre pas une autonomie achevée : elle contribue à la former. C'est pourquoi la protection cognitive de l'enfance ne peut pas être une simple version renforcée de la protection du consommateur. Il s'agit de protéger une faculté en construction.

Au XIXe siècle, nous avons progressivement considéré que le corps de l'enfant ne pouvait être livré sans limite aux intérêts économiques. Au XXIe siècle, nous devons poser une question analogue pour son esprit : quel environnement cognitif sommes-nous prêts à laisser construire autour de lui ? Protéger l'enfant ne signifie pas le couper du monde. Cela signifie lui donner les conditions dans lesquelles il pourra progressivement apprendre à s'y orienter. L'objectif n'est pas de produire une génération protégée de toute influence. C'est de permettre à une génération de devenir capable de reconnaître l'influence.

Une liberté qui se construit

L'Habeas Mentem ne promet donc pas l'indépendance absolue, qui n'existe pas. Nous sommes tous influencés par notre histoire, nos proches, notre culture, nos lectures, nos passions, nos appartenances. La liberté n'est d'ailleurs pas l'absence d'influence, mais la capacité à entrer dans l'influence sans s'y dissoudre. Une liberté qui, selon le mot de Goethe rappelé au Parlement européen par le Premier ministre du Canada en septembre 2026, se conquiert chaque jour. C'est pourquoi l'autonomie cognitive ne peut être réduite à une liberté individuelle. Elle est un équilibre entre trois exigences : être protégé contre la capture ; être responsable de l'autonomie des autres ; entretenir en soi la capacité de juger.

La technologie comme instrument d'émancipation

Il serait pourtant paradoxal de construire l'Habeas Mentem contre la technologie. La même intelligence artificielle qui peut capter notre attention peut aussi nous aider à la reconquérir. Le même outil qui peut enfermer dans une recommandation peut ouvrir l'accès à des milliers de livres, de langues et de points de vue. La même machine qui peut produire du contenu à une vitesse inédite peut devenir un instrument d'apprentissage, de confrontation et de découverte.

La question n'est donc pas de savoir si la technologie est bonne ou mauvaise. Elle est de savoir **qui la maîtrise, à quelles fins et au service de quelle autonomie**.

Une intelligence artificielle qui répond à ma place peut m'appauvrir. Une intelligence artificielle qui m'aide à formuler une meilleure question peut m'enrichir. Un algorithme qui anticipe mes désirs pour me retenir peut capter mon attention. Un outil qui m'aide à comprendre mes propres biais peut au contraire renforcer mon jugement.

La frontière décisive ne passe donc pas entre l'homme et la machine, mais entre **la technologie qui se substitue à notre faculté de juger et celle qui augmente notre capacité à l'exercer**. Maîtriser ces technologies ne signifie pas les refuser. Cela signifie apprendre à les utiliser sans leur déléguer ce qui fait de nous des sujets libres.

L'Habeas Mentem n'est pas une doctrine de sevrage technologique. C'est une doctrine d'appropriation. Nous ne voulons pas seulement reprendre notre esprit aux architectures qui cherchent à le capter. Nous voulons aussi nous réapproprier les technologies capables de l'augmenter. L'autonomie cognitive ne consiste donc pas à penser sans machines. Elle consiste à **faire des machines des instruments de notre pensée, et non les maîtres de notre attention.** Cette maîtrise se traduit par l'autonomie stratégique de l'Europe. Il est temps de l'étendre à l'esprit.

Fonder l'Habeas Mentem

L'Habeas Mentem n'est donc ni une nouvelle police de la pensée, ni un droit à être protégé contre les idées qui dérangent, ni une invitation à confier à l'État le soin de distinguer le vrai du faux. Il est exactement l'inverse. Il part d'une confiance exigeante dans le citoyen. Nous ne voulons pas penser à sa place. Nous voulons qu'il puisse continuer à penser par lui-même. C'est pourquoi nous proposons de reconnaître un principe nouveau :

Toute personne doit pouvoir rester l'auteur de son propre jugement et ne pas être soumise, à son insu, à des dispositifs systémiques destinés à orienter, manipuler ou saturer la formation de ce jugement.

Ce principe ne prétend pas remplacer les protections déjà existantes. Il cherche à leur donner une cohérence et à en identifier la prochaine frontière. Il repose sur trois principes : l'intégrité cognitive ; l'autonomie attentionnelle ; la contestabilité informationnelle.

Il implique trois responsabilités : ne pas manipuler ; respecter l'attention d'autrui ; ne pas dégrader sciemment l'espace informationnel commun. Et il appelle un devoir envers soi-même : cultiver sa capacité de jugement.

Deux instruments rendent cette doctrine concrète : la réversibilité cognitive, pour que nul ne soit définitivement enfermé dans les inférences significatives produites sur lui ; et la transparence opposable, pour que chacun puisse **comprendre, choisir, contester et, lorsque cela est nécessaire, obtenir réparation** des effets produits par les architectures qui organisent son environnement cognitif.

L'Habeas Mentem ne garantit pas que nous penserons juste. Il garantit que nous pourrons continuer à penser par nous-mêmes. Car la liberté ultime d'une démocratie n'est peut-être pas seulement de pouvoir dire ce que l'on veut. Elle est plus exigeante : pouvoir encore décider de ce que l'on pense.

CONCLUSION – LA LIBERTÉ CHOISIE

L'Europe s'est construite un peu plus chaque fois qu'elle a compris que sa liberté dépendait d'une dépendance qu'elle devait rendre réversible. Elle a commencé par mettre le charbon et l'acier en commun pour rendre la guerre impossible ; elle a ensuite libéré les échanges pour faire de la prospérité une œuvre collective.

Le défi de notre génération est moins visible : il s'agit de reprendre prise sur les infrastructures qui façonnent notre attention, nos représentations et notre jugement. Après avoir appris à partager la matière, puis le marché, l'Europe doit apprendre à protéger ce qui fait d'elle une communauté de citoyens : la capacité de chacun à penser par lui-même. Ce n'est pas un retour en arrière, ni une fermeture au monde. C'est une nouvelle étape de l'émancipation européenne.

Ce que chacun regagne, la société le regagne aussi. Des citoyens capables de s'arrêter, de comparer et de douter restent capables de délibérer, de décider ensemble et de se défendre comme société libre. La capacité d'agir ensemble est le fruit de ces libertés.

Dans un siècle où les puissances chercheront à maîtriser les territoires, les technologies et les esprits, notre ambition ne peut être de devenir un empire de plus. Elle doit être de devenir une puissance capable de défendre la liberté sans renoncer à ce qui la rend désirable.

Cette réappropriation vaut aussi pour notre histoire. L'Europe n'a pas à inventer de toutes pièces le récit de puissance dont elle a besoin. Elle dispose d'un patrimoine politique, intellectuel et culturel sans équivalent : Athènes et la démocratie, Rome et le droit, les universités et la transmission du savoir, les Lumières et l'autonomie de la raison, les droits de l'homme, les expériences tragiques des totalitarismes, puis la réconciliation entre des nations qui s'étaient combattues pendant des siècles.

Nous avons trop souvent considéré cette histoire comme un héritage. Il faut désormais la considérer comme une **réserve de puissance**. L'Habeas Mentem est notre manière de nommer cette liberté nouvelle : non plus seulement la liberté d'être laissé en paix, mais la liberté de rester l'auteur de son propre jugement. Un jour, cette liberté pourra s'inscrire dans la Charte des droits fondamentaux de l'Union. Et peut-être est-ce ainsi que l'Europe, une fois encore, transformera sa vulnérabilité en projet politique.

LES AUTEURS

Aymeric Bourdin. Aymeric Bourdin pratique depuis vingt ans la diplomatie des idées. Diplômé de Sciences-Po Paris en affaires européennes, il reprend en 2017 la présidence de l'Atelier Europe, think tank fondé au lendemain du référendum français de 2005. Il continue d'y développer les voyages d'étude dans les capitales de l'UE. Cette méthode consiste à explorer l'Europe à hauteur d'homme : dans les ministères, les rédactions, les entreprises et les cafés, où se forment opinions et décisions locales. Parallèlement, il mène une activité de Directeur de mission au Cigref depuis 2023, où il contribue à construire le dialogue entre grandes entreprises utilisatrices du numérique et pouvoirs publics. Il a dirigé par ailleurs l'Institut des Transitions, qu'il a rejoint en 2020 pour articuler transition énergétique et révolution numérique. Auteur de livres et tribunes sur la souveraineté européenne et la troisième révolution industrielle, il intervient dans les universités, les institutions et les médias sur l'autonomie stratégique du continent. Il est habité par la conviction que l'Europe ne pèsera pas uniquement par la norme, mais par le développement progressif d'un espace public commun.

Michaël Malherbe. Michaël Malherbe décrypte depuis quinze ans la communication des institutions européennes. Diplômé de l'IEP de Strasbourg et titulaire du master « Communication politique et sociale » de Paris I-Panthéon Sorbonne, il anime depuis 2007 le blog Lacomeuropéenne, devenu une référence francophone sur les stratégies narratives de l'Union. Il a été chargé de cours dans les masters « Études européennes » de Sorbonne-Nouvelle (Paris III) et « Affaires européennes » à Paris IV. Co-auteur d'une étude sur vingt ans de communication numérique des institutions européennes (*Communication & langages*, 2015). Secrétaire général de l'Atelier Europe, il développe les prises de position sur la guerre cognitive et la sécurité informationnelle du continent. Après un parcours en agences au sein du groupe WPP, il travaille à l'advocacy des dirigeants. Il défend la thèse que la démocratie européenne ne se défend pas en édictant des règles, mais en reconquérant le récit.

DISCLAIMER

Le soutien que l'association reçoit pour ses activités en cours, et plus particulièrement pour ses publications, ne constitue pas une approbation de leur contenu. Les opinions exprimées n'engagent que leur(s) auteur(s). Les donateurs et partenaires ne peuvent être tenus responsables de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.

La reproduction, totale ou partielle, de cette contribution est autorisée à la double condition de ne pas en dénaturer le sens et de mentionner sa source. L'association ne peut être tenue responsable de l'utilisation de cette contribution par un tiers.

Version originale © Atelier Europe

À PROPOS D'ATELIER EUROPE

Créé en 2005 dans la foulée du référendum sur le projet de Constitution européenne, l'Atelier Europe est un think tank indépendant qui œuvre au développement du projet européen.

Sa marque de fabrique est la diplomatie des idées. Sa méthode repose sur des voyages d'étude au cœur des capitales européennes lors des présidences semestrielles du Conseil de l'UE, à la rencontre des décideurs politiques, institutionnels et de la société civile.

Retrouvez toutes nos publications sur notre site : atelier-europe.eu