

Table

Première partie REDÉMARRAGE

CHAPITRE 1

Réveil

Objectifs et motivations	12
Première approche	13
Le soi-témoin	20
Surmonter une intuition erronée	21
Perspective intégrée.....	23
Le cadre.....	26
Présentation des idées principales.....	29
La vie et l'esprit conscient	38

CHAPITRE 2

De la régulation de la vie à la valeur biologique

Une réalité improbable.....	43
La volonté naturelle.....	45
Rester en vie.....	55
Les origines de l'homéostasie.....	57
Cellules, organismes multicellulaires et machines.....	59

La valeur biologique.....	61
La valeur biologique dans les organismes tout entiers.....	63
Le succès de nos premiers précurseurs.....	65
Le développement des incitations.....	69
Homéostasie, valeur et conscience.....	72

Deuxième partie

L'ESPRIT DANS LE CERVEAU

CHAPITRE 3

La fabrication de cartes et celle d'images

Cartes et images.....	81
Descente sous la surface.....	84
Cartes et esprits.....	89
La neurologie de l'esprit.....	93
Les commencements de l'esprit.....	98

CHAPITRE 4

Le corps dans l'esprit

La cartographie corporelle.....	116
Du corps au cerveau.....	121
Représentation des quantités et construction des qualités.....	123
Les sentiments primordiaux.....	126
Cartographie et simulation des états du corps.....	127
À la source d'une idée.....	131
Le corps dans l'esprit.....	133

CHAPITRE 5

Émotions et sentiments

Comment les définir ?.....	136
Le déclenchement et l'exécution des émotions.....	139
L'étrange affaire William James.....	143

Les sentiments d'émotions	145
Comment ressentons-nous une émotion ?	149
Le timing des émotions et des sentiments	152
Les variétés d'émotions	153
Du haut en bas de la gamme des émotions.....	155
Digression sur l'admiration et la compassion.....	157

CHAPITRE 6

Une architecture pour la mémoire

D'une certaine manière, quelque part	163
La nature des souvenirs.....	166
Les dispositions d'abord, les cartes ensuite	167
La mémoire au travail	170
Brève digression sur les types de mémoire	174
Une solution possible au problème	176
Les zones de convergence et de divergence	177
Un peu plus sur les zones de convergence et de divergence	181
Le modèle à l'œuvre.....	184
Le comment et le où de la perception et de la remémoration ...	188

Troisième partie ÊTRE CONSCIENT

CHAPITRE 7

La conscience observée

Comment définir la conscience ?.....	193
La conscience isolée	196
Plus de soi, mais toujours un esprit	200
Une définition de travail plus aboutie	204
Les formes de conscience.....	206
Conscience humaine et conscience non humaine	210
Ce que la conscience n'est pas	212

L'inconscient freudien..... 217

CHAPITRE 8

Comment se construit
l'esprit conscient

Une hypothèse de travail.....	221
Comment aborder le cerveau conscient ?	224
Un aperçu de ce qu'est l'esprit conscient.....	225
Les ingrédients de l'esprit conscient.....	228
Le protosoi	232
Comment se construit le soi-noyau	246
L'état du soi-noyau	250
Visite guidée du cerveau construisant l'esprit conscient.....	253

CHAPITRE 9

Le soi autobiographique

Comment se construit le soi autobiographique.....	259
La question de la coordination	261
Les coordinateurs	262
Le rôle possible des cortex postéromédians.....	266
Les CPM au travail	270
Autres considérations sur les cortex postéromédians	273
Remarque finale sur les pathologies de la conscience	287

CHAPITRE 10

Quand tout est là

En guise de résumé	293
La neurologie de la conscience	295
Derrière l'esprit conscient, un goulot d'étranglement	303
Du fonctionnement d'ensemble des grandes divisions anatomiques au travail des neurones	305
Quand nous ressentons nos perceptions.....	307
Les qualia I.....	308
Les qualia II	311
Les qualia et le soi	318
Un travail qui continue.....	319

Quatrième partie
LONGTEMPS APRÈS L'APPARITION
DE LA CONSCIENCE

CHAPITRE 11

La vie avec la conscience

Pourquoi la conscience a prévalu	323
Le soi et la question du contrôle.....	325
Excursus sur l'inconscient	330
Note sur l'inconscient génomique	336
Le sentiment de volonté consciente.....	338
L'éducation de l'inconscient cognitif.....	340
Cerveau et justice.....	342
Nature et culture.....	344
Quand le soi vient à l'esprit.....	349
Les conséquences du soi réflexif.....	352
Appendice	361
L'architecture du cerveau.....	361
Les briques et le mortier	364
Un peu plus sur l'architecture à grande échelle.....	369
L'importance de la localisation.....	375
Aux interfaces entre le cerveau et le monde.....	377
Note sur l'équivalence esprit-cerveau	379
Notes	385
Index.....	405
Remerciements.....	423