



confort primaire

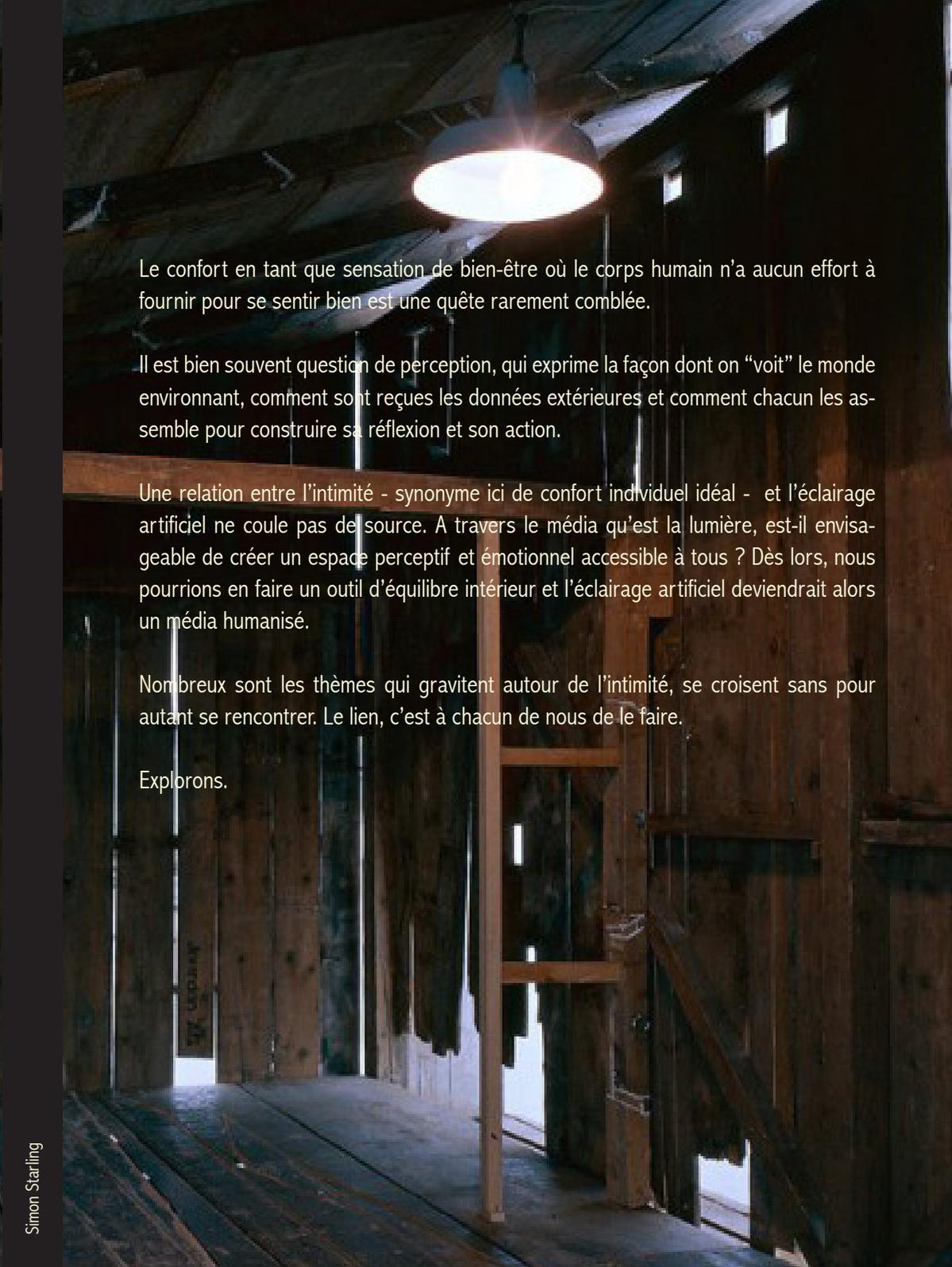
Anne Ghysens







## introduction



Le confort en tant que sensation de bien-être où le corps humain n'a aucun effort à fournir pour se sentir bien est une quête rarement comblée.

Il est bien souvent question de perception, qui exprime la façon dont on "voit" le monde environnant, comment sont reçues les données extérieures et comment chacun les assemble pour construire sa réflexion et son action.

Une relation entre l'intimité - synonyme ici de confort individuel idéal - et l'éclairage artificiel ne coule pas de source. A travers le média qu'est la lumière, est-il envisageable de créer un espace perceptif et émotionnel accessible à tous ? Dès lors, nous pourrions en faire un outil d'équilibre intérieur et l'éclairage artificiel deviendrait alors un média humanisé.

Nombreux sont les thèmes qui gravitent autour de l'intimité, se croisent sans pour autant se rencontrer. Le lien, c'est à chacun de nous de le faire.

Explorons.

## lexique

Extimité : mouvement qui pousse quelqu'un à exposer publiquement sa vie intime. le désir de rendre visibles certains aspects de soi jusque là considérés comme relevant de l'intimité. Il est constitutif de la personne humaine et nécessaire à son développement psychique - notamment à une bonne image de soi. En cela, l'extimité doit être distinguée de l'exhibitionnisme qui est pathologique et répétitif, inscrit dans un rituel morbide. Le vocable a été créé par le critique littéraire Albert Thibaudet (1923), puis repris par Jacques Lacan (1969), par Serge Tisseron dans son livre L'intimité surexposée (2001) et par Michel Tournier dans son Journal extime (2002). Il est forgé à parti du mot intime, du latin intimus, ce qui est le plus en dedans, lui-même superlatif de interior, intérieur. Source Wikipédia et Legardemot.fr

Proxémie : distance physique qui s'établit entre des personnes prises dans des interactions nommée par E.T. Hall. Elle est différente selon les cultures, par exemple, dans les pays latins les distances entre les différentes personnes sont relativement courtes contrairement aux pays nordiques où les contacts physiques sont moins fréquents et les distances plus grandes. Source Wikipédia

Cognition : terme scientifique pour désigner les mécanismes de la pensée. Historiquement, la cognition désignait la capacité de l'esprit humain à manipuler des concepts. Mais plus récemment, en sciences cognitives, le mot cognition est utilisé pour désigner non seulement les processus de traitement de l'information dits « de haut niveau » tels que le raisonnement, la mémoire, la prise de décision et les fonctions exécutives en général mais aussi des processus plus élémentaires comme la perception, la motricité ainsi que les émotions alors même que traditionnellement, affectivité et intellect ont longtemps été vus comme des mécanismes opposés.

Les sciences cognitives rassemblent l'ensemble des domaines scientifiques consacrés à l'étude de la cognition notamment, les neurosciences, la psychologie, l'intelligence artificielle, les mathématiques appliquées à la modélisation des fonctions mentales, l'anthropologie, ou la philosophie de l'esprit. Cette recherche transdisciplinaire est souvent fédérée par des hypothèses relatives à la nature de la cognition, conçue comme simulation, comme manipulation formelle de symboles ou encore comme une propriété émergeant des systèmes complexes.

La définition exacte de la cognition et des relations entre activités mentales et cérébrales reste l'objet de nombreux débats dans les sciences contemporaines. À la suite de la "révolution cognitiviste", la perspective dominante depuis le milieu du xxe siècle regroupe sous le terme de cognition les fonctions dont est doté l'esprit humain et par lesquelles nous construisons une représentation opératoire de la réalité à partir de nos perceptions, susceptible en particulier de nourrir nos raisonnements et guider nos actions. D'autres courants de recherche critiquent cette perspective représentationnaliste et caractérisent au contraire la cognition comme un phénomène essentiellement dynamique et émergent. Source Wikipédia

## l'intimité

Définir la notion d'intimité, qui a fait l'objet de nombreuses études relevant de diverses disciplines comme la psycho-sociologie, l'architecture ou le droit est un exercice délicat car tout est question de point de vue et de perception.

Pour poser une base, retenons que familièrement, le concept d'intimité désigne ce qui est privé par opposition à ce qui est public.

Si la nécessité de préserver la terre nourricière apparaît aujourd'hui de manière évidente, il est également fondamental de préserver la notion d'intimité, vitale à l'équilibre de la structure émotionnelle humaine. On peut à ce titre observer au travers des gestes quotidiens que la vie se construit d'abord dans l'intimité et dans la fusion avant de s'extérioriser et d'être confrontée à l'altérité.

Le bébé, fabriqué dans le ventre maternel garde le souvenir de cette source primordiale. Cette expérience fondatrice commune à tous les humains les marque à jamais. C'est dans ce ventre qu'ils ont commencé à vivre, qu'ils ont constitué les forces qui leur ont permis de naître.

Le « un » du temps humain serait donc un espace intime, doux, aux sons et lumières diffus ou absents. Intimité et obscurité marquent ainsi le temps féminin de tout être. Rien n'est plus confortable et sécurisant que le liquide amniotique. Ensuite vient le temps de la naissance, d'une brutalité saisissante, de la défusion d'avec le corps maternel, de l'expérience de l'altérité et de la vie dehors, le temps masculin.

Il est intéressant de constater notre besoin d'intimité, de ressourcement, de préparation à l'action. Un bébé qui resterait dans le ventre de sa mère les condamnerait tous les deux à la mort. Un bébé qui naît trop prématurément meurt. Les temps d'intime sont des temps de préparation ; ils sont suivis de temps d'action et ce cycle est permanent. Le sommeil prépare la veille. La nuit est suivie par le jour. Le rêve nourrit la psyché comme l'action nourrit le corps et tout est nécessaire.





à quoi sert l'intimité ?



Sans intime, nous ne vivons pas, nous n'évoluons pas.  
L'intimité, immatérielle et vitale.

Il n'y a plus de doute quant à l'utilité de contrôler à des degrés divers ses interactions avec l'environnement. L'intimité, aussi futile puisse-t-elle paraître, n'est pas un état d'autosuffisance ni une fin en soi, mais bien un instrument qui permet à la personne d'atteindre des objectifs, « des états d'être indispensables à son bon équilibre psychique », selon la formule de Jourard.

Parmi ces objectifs se retrouve l'évaluation personnelle, la formation de l'identité du moi, la libération émotionnelle ainsi que la limitation et le maintien de communications vivantes avec autrui.

Dans ce contexte, l'intimité est avant tout individuelle.

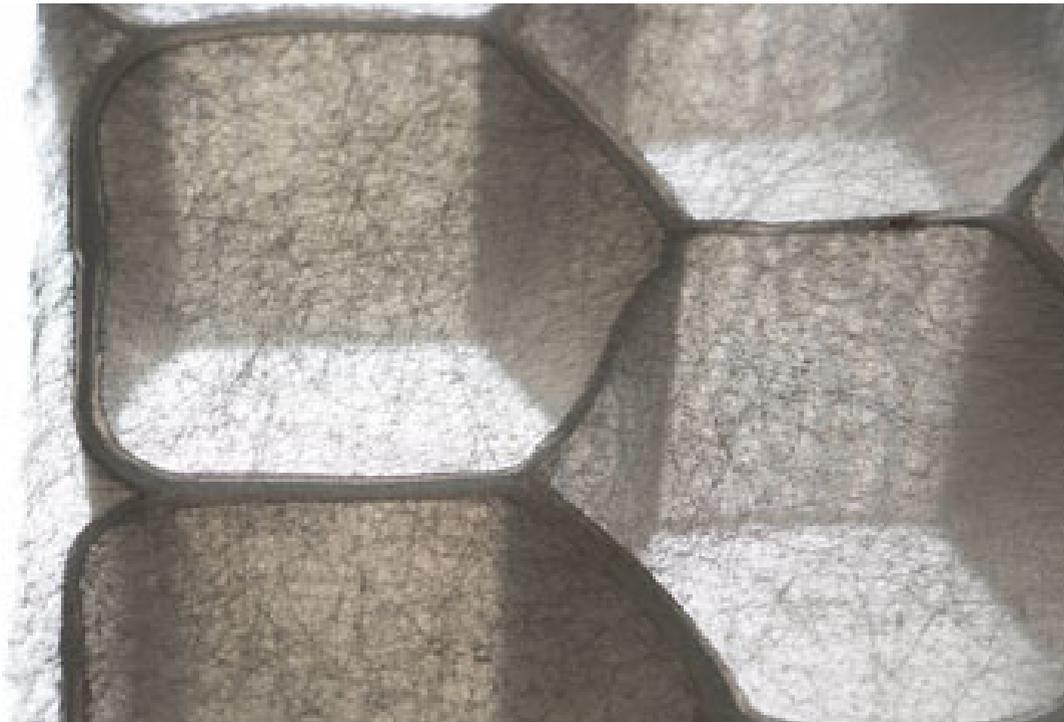
Plusieurs scientifiques se sont penchés sur cette question pour trouver une fonction à l'intimité. Il en ressort des théories qui confortent cette première idée :

Pour A. Westin (1967) par exemple, la fonction de l'intimité consiste à faciliter l'établissement de plans et stratégies pour le « commerce » avec autrui : l'évaluation personnelle est au service de l'identité du moi dans sa fonction à définir ses propres limites et frontières. Cela devient même une compétence. Aussi, si la personne ne parvient pas à atteindre le niveau d'intimité désiré, elle risque de développer une image négative et se sent incompetente à entrer en contact avec son milieu. Si, au contraire, les mécanismes utilisés s'avèrent efficaces, elle a beaucoup plus de chance de développer un sens de l'autonomie personnelle.

L'intimité sert de soupape de sécurité qui peut jouer un rôle de protection nécessaire dans les périodes d'anxiété ou de créativité intense.

L.A. Pastalan (1970) considère que l'autonomie développée par l'intimité est vitale pour la création de la personnalité et la prise de conscience des choix de vie personnels. Une autre fonction réside dans les possibilités de libération émotionnelle car les

## à quoi sert l'intimité ?



relations avec autrui engendrent de multiples tensions. Pour les assumer sans dommage physique ou psychique, la personne doit s'accorder des périodes de retrait où une détente émotionnelle est facilitée et permet de laisser tomber la façade sociale, son masque.

E.T. Hall (1975) a quant à lui envisagé les éléments architecturaux comme des écrans derrière lesquels l'individu peut oublier périodiquement ses strates protectrices du moi pour se laisser aller et simplement être lui-même.

Cette notion d'intimité définit le contrôle de l'échange avec autrui à travers des artifices divers, comme les barrières ou les écrans. Nous parlons ici des frontières interpersonnelles et d'interactions que nous entretenons avec notre environnement direct d'une part et des relations entre nos comportements et l'environnement d'autre part.

I. Altman les met en relation avec trois types de fonctions : une fonction interpersonnelle qui régule l'interaction sociale, une fonction d'interface qui développe les stratégies d'interaction et enfin une fonction individuelle qui est l'expression de l'identité et la protection de l'image personnelle.

L.A. Pastalan reprend cette idée sous un autre angle : une première fonction qui vise à permettre une autonomie personnelle, l'intégrité et l'indépendance d'un individu, une seconde qui réside dans la libération émotionnelle - les zones de retrait permettent à l'individu de laisser libre cours à ses émotions et une troisième qui permet à l'individu une assimilation des événements quotidiens et favorise un recul par rapport à eux.

En ce sens, l'intimité permet une auto-évaluation, une synthèse de l'information et la prise de décisions. C'est donc un élément de régulation sociale entre une ouverture au monde et un repli sur la sphère privée comme une condition sine qua non d'individuation.

La perte de la notion d'intimité survient parfois brutalement lors d'un niveau d'interaction

à quoi sert l'intimité ?



sociale trop élevé, dans des situations d'entassement alors qu'un déficit d'interaction relève de l'isolement. Ce fragile équilibre est en perpétuelle négociation.

Pas simple.





## principales approches du concept d'intimité

Ce niveau d'intimité "désiré" serait une affirmation subjective donc personnelle du degré idéal d'échanges entre l'individu et son environnement, à un moment précis.

D'une part, les valeurs, les besoins et les sentiments de la personne constituent les variables personnelles de l'individu en question, qui revêtent un caractère dynamique de par leur constante évolution et complexification au fil des années. Les jeunes enfants, démunis de leur propre identité personnelle sont moins enclins à partager les aspects intimes de leur vie, contrairement aux personnes âgées qui peuvent exprimer une expérience significative de solitude et d'éloignement.

D'autre part, le comportement est fortement influencé par l'environnement qui peut, à son tour, être transformé par l'action des hommes. Ainsi, chacun peut modifier, dans une certaine mesure, l'environnement au gré de ses attentes et notamment vouloir contrôler ses interactions avec le milieu. Pensons aux éléments architecturaux que sont les murs, les portes, les clôtures dans notre société occidentales. En plus de ces éléments qui appartiennent au bâti, l'homme régule ses interactions en utilisant l'espace qui l'entoure, les distances physiques qui le séparent d'autrui ou les zones géographiques.

Les principales conclusions des recherches d'Altman et Vinsel (1976) concernant les différents facteurs influençant l'utilisation des quatre catégories de distance de E.T. Hall -lesquelles portent notamment sur les facteurs situationnels privé/public- affirment que c'est habituellement dans les endroits privés que la distance intime est utilisée. La distance spatiale est dans ce cas liée à d'autres canaux de communication comme l'olfaction, la vision, la kinesthésie ou l'audition.

Sans être son antithèse, l'extimité complète ce développement sur la notion d'intimité. L'objectif est de gagner en confort sur soi-même et en fluidité de relations, car l'extimité ne répond pas forcément à la fonction de communication au sens d'échange.

## principales approches du concept d'intimité



Cette “dévalorisation” de l’intime dans les différentes mises en scènes de soi, l’épanchement de ses pensées et sentiments dans les réseaux sociaux peut procéder d’une confusion de l’intime et du privé. Pourquoi l’intime déplace-t-il les frontières traditionnelles du privé et du public s’il ne relève pas de la conquête des droits privés ni d’une logique de la possession de soi ou de la transparence. Il ne désigne pas tant un espace propre qui préserverait le for intérieur de toutes intrusions extérieures, que le secret d’une relation à soi qui passe par la relation aux autres.

Si l’accès à la sphère intime participe à la quête d’une identité personnelle, il oblige à s’aventurer dans des zones étranges, vertigineuses, où le Moi découvre des parts de lui-même qu’il ne soupçonnait pas et dont il n’est pas maître. Loin de constituer une sphère protectrice et rassurante, l’intime a partie liée avec l’étrange, le voluptueux et l’inquiétant, car il est précisément insaisissable.

Irréductible à la solitude intérieure et à toute tentative de maîtrise, l’intime devient un enjeu politique majeur qui, dans des sociétés de surveillance et de contrôle, recèle des réserves inouïes de contestation et un pouvoir de résonance inépuisable : la parole intime est toujours une parole poétique, un haut foyer de résistance et de création.

## l'espace personnel



Barbara Visser

Espace personnel et intimité sont deux notions qu'il faut distinguer. L'une est la déclinaison de l'autre.

l'espace personnel, c'est une sorte de frontière invisible, une dimension "cachée" en lien avec les cultures selon la théorie d' E.T. Hall, qui analyse les distances et les postures que l'homme maintient entre lui et les autres et qu'il définit en terme de proxémie - dérivé de proximité.

Partant des faits culturels observés, un élément défini comme intime dans une culture peut devenir personnel ou même public dans une autre. E.T. Hall distingue la distance intime, personnelle, sociale et publique, avec un mode lointain et un mode rapproché pour chacune.

Le mot "intimité" n'existe pas en japonais, même si la notion d'isolement existe. Peut-être parce qu'au Japon, les structures sociales et spatiales sont liées.

L'application de sa théorie en termes d'espace ou d'architecture reviendrait à imaginer des « bulles » invisibles, de dimensions relativement précises. D'autres ont « formalisé » cet espace personnel à l'image de la coquille (A. Moles ), de la zone tampon (Horowitz, 1974), de la sphère véhiculaire (E. Goffman ), ou tout simplement d'espace personnel pour Sommer (1969).

Les quatre grandes catégories de distance E.T. Hall associées à l'espace personnel sont les suivantes :

La distance intime est celle où la présence de l'autre est la plus prégnante et peut à terme devenir envahissante comprise entre 15 et 40 cm.

La distance personnelle correspond à la grandeur d'une « bulle » entourant la personne comprise entre 45 et 125 cm.

## l'espace personnel



La distance sociale est celle des rapports sociaux habituels, comprise entre 120 et 360 cm.

La distance publique est celle qui se manifeste dans des occasions solennelles, supérieure à 360 cm.

Le domaine de l'intime est la distance « physiquement » la plus proche de l'individu, comme un superlatif de l'intérieur. Il fait partie intégrante de l'espace personnel.

Il existe plusieurs modes d'expression. Cette expression est généralement associée à un répertoire d'activités, de relations et d'émotions propres aux diverses cultures. Et à tout cela correspondent plusieurs fonctions.

Par exemple :

La défense, propre aux situations d'entassement -un métro à l'heure de pointe- qui se traduit par exemple par la fuite des regards, le croisement des bras, la lecture, des attitudes qui permettent de se retirer mentalement de l'espace environnant. La régulation de l'intimité se traduit par un changement parfois subtil afin d'adapter l'environnement à ses besoins, de négocier l'utilisation de l'espace avec d'autres usagers ou d'opérer un ajustement des relations sociales.

La diversité des cultures est à prendre en compte au cas par cas, avec une nouvelle approche contemporaine qui se veut individuelle : on ne vient plus de quelque part ou d'une culture unique, le Moi « est » au temps présent et est en constante évolution, tissant des liens entre réseaux. L'idée de tribu renaît, avec ses valeurs d'ouverture contrairement à la secte. Les modèles de relations à l'espace évoluent en même temps que cette refonte des cultures.

L'âge est également un paramètre : les jeunes enfants recherchent plus que les adultes la proximité physique, synonyme de sécurité. C'est par le contact que l'on procure



*l'espace personnel*

*quatre distances  
quatre zones affectives  
quatre modalités d'expression*

et reçoit la tendresse et le petit enfant connaît sa mère à travers des sensations de chaleur corporelle, l'odeur de sa peau.

Le stress est un facteur d'éloignement ou d'agrandissement de l'espace personnel alors que les personnes qui viennent de remporter un succès ont besoin de moins d'espace que celles qui viennent de connaître un échec.



quand l'intimité prend forme...

*“L'œuf est le lieu de toutes les énergies, il est réalité primordiale qui enserme tous les souvenirs, tous les devenirs. Il représente la puissance créatrice et le symbole de la naissance du monde dans toutes les grandes civilisations : celtique, grecque, chinoise, tibétaine.*

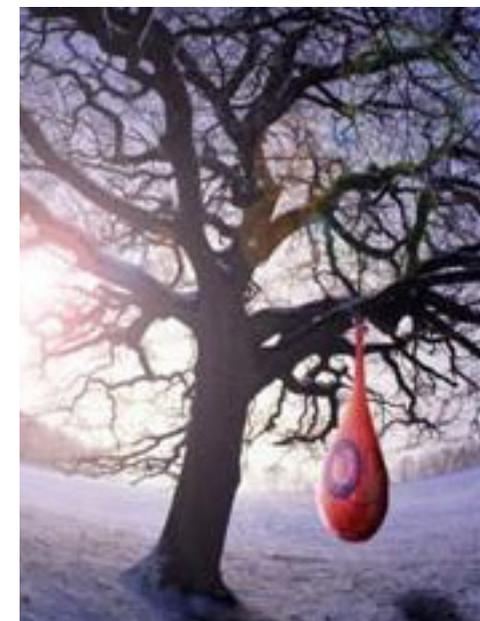
*Dans l'Égypte ancienne, il était “ le modelleur des chairs”. Dans notre vécu immédiat il véhicule les forces symboliques de repos et de sécurité, comme le nid, le cocon, le sein de la mère. Mais il est aussi lieu de tensions, contradictions, conflits intérieurs: de la bulle protectrice, le vivant aspire à sortir, pour jouer sa partition prométhéenne, dialectique de l'être libre et de l'être enchaîné.”*

*Josée Tourrette*

Que nous l'abordions sous l'angle de l'espace, de la délimitation, de bulles ou d'individuation, l'intimité est naturellement associée à une famille de formes centrées sur elles-mêmes et synonyme de construction primaire. Ces formes évoquent simultanément la sécurité et la fragilité, voire la vulnérabilité.

C'est le nid, l'œuf, la coquille. Les dérivés sont le lit mais aussi la voiture. Gravés dans nos imaginaires respectifs, ils nous permettent de nous évader dans un petit monde si confortable, là où le corps ne doit fournir aucun effort pour se sentir bien. C'est aussi le halo d'une lampe qui nous englobe d'une matière insaisissable. Les expressions comme « entrer dans la lumière » ou « rester dans l'ombre » traduisent cette aptitude à être dans un espace non délimité par des frontières matérielles, en rapport avec la psychologie.

Le rond produit de l'intimité en opposition au coin qui renvoie à l'enfance et signifie l'exclusion de l'individu.





## les territoires de l'intimité

*“ La terre est une sphère, les astres et les atomes aussi... Le caillou roulé par la rivière s'arrondit et lorsqu'on le jette dans l'eau il dessine des cercles, l'arc-en-ciel en amorce un. Autrefois les hommes faisaient des maisons rondes, les bories et les igloos en témoignent. Les yourtes, les tentes des nomades, les huttes africaines ont conservé cette tradition. La voûte, de plus en plus rare, est la dernière trace du cercle dans nos architectures. Et pourtant... sur terre, énergies et matières partent de la sphère, et de sa forme proche, l'œuf. Cercles, sphères et œufs sont parfaits, symboles d'équilibre et de plénitude.”*

*Adèle Deborde – Les jardins essentiels*

L'intimité n'est pas un espace calibré. C'est avant tout un espace qui fait référence à une notion d'étendue qui nous amène aux frontières du territoire.

Le concept de territorialité désigne un processus d'appropriation de l'espace ou plus précisément un phénomène étroitement lié à la communication et à la régulation de l'intimité.

La création de territoire se produit notamment pour réagir à la présence d'autrui, répondre aux propriétés de l'environnement ou s'accorder avec des états émotionnels.

H. Hediger définit la territorialité comme la garantie pour des animaux d'un même groupe de conserver une distance qui leur permet de communiquer. Cette distance permet ainsi à certains de rechercher le contact et à d'autres de l'éviter.

Dans le monde animal, le territoire représente un principe de survie, les notions de sécurité, de cloisonnement et de délimitation de l'espace surgissent au même titre qu'une certaine liberté d'action sur son environnement.

Selon I. Altman, pour l'homme, le territoire propre à l'intimité est le territoire primaire personnalisé, où toute intrusion est ressentie comme une violation : la chambre ou le bureau ou le boudoir d'autrefois, en comparaison au territoire dit secondaire correspondant à un territoire public occupé temporairement comme le banc public.

Mais le sentiment de l'espace est aussi lié au sentiment du Moi, repère de référence. C'est pourquoi les aspects de la personnalité liés à l'activité visuelle, kinesthésique, tactile et thermique peuvent voir leur développement stimulé ou inhibé par leur environnement.

Parce que l'intrusion provoque des réactions de défense variées, l'importance psychologique de la frontière, matérielle ou immatérielle d'un lieu retrouve sa légitimité. Les valeurs symbolique et culturelle, au regard de l'espace, semblent trop souvent écartées. Pourtant l'espace sacré, ou historique, traduit toujours le paradoxe entre ter-

ritoire habité et inhabité. Il s'agit encore aujourd'hui des lieux de culte et des musées où le non-respect des valeurs de silence ou de recueillement est vécu comme une violation -propre à l'intimité- alors que ce sont des lieux publics.

L'environnement pour Le Corbusier ou Norbert Schultz est en architecture un "espace indicible" qui ne se mesure pas en mètres mais en degré d'ouverture et de fermeture, d'opacité et de porosité, de centrement et d'ubiquité, de distances relatives, d'ordonné ou de bruisant, d'enveloppant ou de frontal. C'est donc, comme le décrit J. Morval, un champ perceptif plus que des perceptions, une intonation plus que des mots et c'est cette intonation qui nous pousse à choisir un environnement plutôt qu'un autre, à choisir un lieu pour le tourisme et préférer un autre pour le repos.

les territoires de l'intimité



## la perception, une clef



Au-delà des composantes liées à l'espace, la perception exprime la façon dont on perçoit le monde environnant, comment sont reçues les données extérieures et comment chacun les assemble pour construire sa réflexion et son action. La perception de l'espace visuel n'implique pas seulement ce qui peut être perçu mais également ce qui peut être éliminé selon les cultures et les individus.

Pour cela, l'homme dispose d'un appareil sensoriel qui comprend deux catégories de récepteurs - à distance (yeux, oreilles, nez) et immédiats (peau, muscles) - qui renvoient à trois types d'espaces :

### L'espace visuel et auditif

Par ordre d'importance ou de compétence, la vue précède l'ouïe car mille fois plus efficace: l'oreille perçoit très bien l'information à une distance de 6 mètres alors que l'œil peut enregistrer une grande quantité d'informations dans un rayon de 100 mètres et demeure efficace aux environs de 1,5 km.

L'homme apprend en voyant et ce qu'il apprend retentit à son tour sur ce qu'il voit.

### L'espace thermique

La peau est l'organe sensoriel qui permet de percevoir le chaud et le froid, donc de traduire la façon dont nous vivons l'expérience de la foule et de l'entassement. La chaleur corporelle est évidemment associée à l'intimité comme aux expériences de l'enfance avec son lot de souvenirs, composants de notre carte mémoire sensorielle.

### L'espace tactile

L'espace tactile est quant à lui le plus marqué par nos empreintes culturelles, ce qui étend la réflexion propre à l'intimité à l'heure où le mélange des cultures et de leurs systèmes de communication sans précédents brouille les standards.

Ainsi certains aspects de la personnalité de l'homme, relié à son environnement et à son activité visuelle, kinesthésique, tactile, thermique peuvent voir leur développement stimulé ou inhibé par ce même environnement.

## la perception, une clef



perception  
+  
sensation  
+  
vécu  
=  
carte mentale à géométrie variable

Il s'agit bien d'un phénomène physio-psychologique et culturel qui relie l'action du vivant au monde et à l'environnement par l'intermédiaire des sens et des idéologies individuelles ou collectives.

Chez l'espèce humaine, la perception est liée aux mécanismes de cognition par l'abstraction inhérente à l'idée et à la pensée.

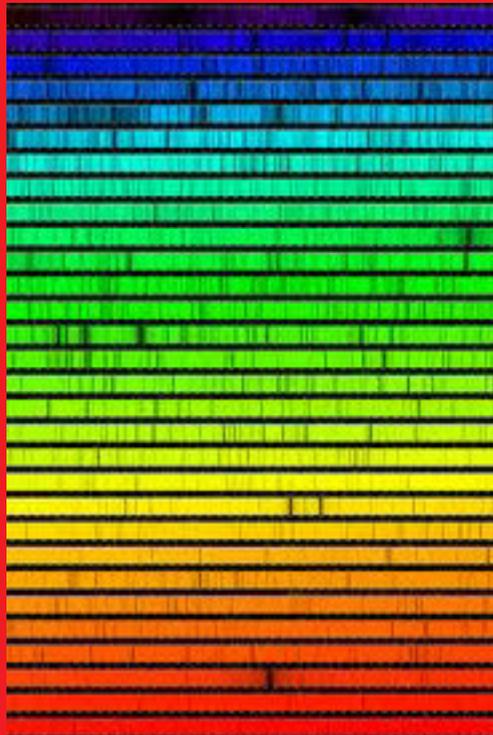
Elle désigne soit la capacité sensitive -l'instinct par exemple- soit le processus de recueil et de traitement de l'information sensorielle ou sensible -en lien avec la cognition- soit la prise de conscience qui en résulte.

En psychologie expérimentale, nous distinguons chez l'être humain des échelles de la perception consciente et de la perception inconsciente ou subliminale. La perception d'une situation fait appel à la fois aux sens, à l'esprit, aux idées, à l'instant et au temps.

Ce champ « sensationnel » constitué de phénomènes perceptifs ne possède pas d'échelle de mesure continue. Ce sont avant tout des phénomènes spatio-temporels à géométrie variable à l'image de la carte mentale qui est la représentation de l'environnement avec lequel nous interagissons et qui fournit le contexte habituel de nos activités ou de nos réseaux. Elle permet à l'individu de se situer, s'orienter et poursuivre ses objectifs par la construction de cadres de référence.

La perception sensorielle est la perception "immédiate" que nos sens nous livre comme une information directe alors que la "sensation" recouvre aussi les émotions. C'est cette idée de sensation qui nous intéresse. Cette idée de sensation de confort étroitement liée à notre vécu.

## les émotions



Mais qu'est ce qui nous pousse à ressentir et à réagir ? Ce sont les émotions, ces instincts primaires, ces réflexes. Tel des outils affûtés par notre passé, elles nous forment, nous modèlent, nous forment de l'intérieur.

L'émotion, du latin motio « action de mouvoir, mouvement » est une réaction corporelle, une donnée réflexe, chimique qu'à priori nous ne contrôlons pas. Par contre, nous personnalisons le traitement de cette émotion et son interprétation : en fonction de notre histoire, notre cortex filtre l'information entrante, la classe pour lui donner un sens et organise une réponse appropriée. Elle est associée à l'humeur, au tempérament, la personnalité, la disposition et la motivation.

Les émotions agissent sur nos perceptions, nos comportements quotidiens et sur nos choix. Elles sont différentes d'une sensation, directement associée à la perception sensorielle. Quant à la différence entre émotion et sentiment, celle-ci réside dans le fait que le sentiment ne présente pas une manifestation réactionnelle mais relève du domaine cognitif. Une accumulation de sentiments génère néanmoins des états émotionnels.

Les émotions de base sont la joie, la tristesse, le dégoût, la peur, la colère, la surprise et le mépris. Les émotions secondaires ou mixtes sont des mélanges des émotions de base : la honte est une émotion mixte, un mélange de peur et de colère .

Nous sommes à l'image de l'enfant qui apprend à marcher. Ce n'est pas uniquement en levant une jambe qu'il avance. Il faut qu'il rompe l'équilibre acquis pour se jeter en avant. Pour cela il doit se mettre en danger. Pour oser il faut que quelque chose, l'attire, qu'une promesse l'excite. Il lui faut donc deux composantes. La première est une forme de réassurance gagnée par la position passée, la suivante un désir. Sûr de sa position debout acquise et de l'encouragement de ses proches, il va de l'avant. C'est la nécessité paradoxale d'évolution qui nous pousse vers l'inconnu alors que le passé est si confortable.

Nous avons besoin d'un vécu car c'est en se retournant sur les expériences et les émo-

## les émotions



Bindu Shards - James Turrell

tions positives du passé que nous créons un contexte de sécurité, d'assurance et de confort. Ce retour en arrière nous remet un bref instant en position d'équilibre avec nous-même et en lien avec notre environnement direct, avant de faire un autre pas en avant.

Pas d'audace sans équilibre, pas d'évolution sans déséquilibre.

Les émotions sont générées par la discordance entre notre état physiologique présent et notre environnement. Elles ont pour fonction de nous permettre la mise en place de conduites « adaptatives ». La vue d'un danger nous effraie : notre taux d'adrénaline monte, notre souffle s'accélère, on se met à courir. Il en va de même avec les émotions positives qui nous apaisent et nous offrent une détente musculaire, une sensation de paix et de confiance, de confort.

En ce qui concerne son état émotif, l'homme est équipé d'un double système émetteur/récepteur qui fonctionne par modifications thermiques de la peau dans différentes régions du corps et qui par exemple se traduit par le rougissement du visage. Ce système émetteur/récepteur met les humains sous l'influence chimique de leurs émotions réciproques dès lors qu'ils sont en groupe. Par ailleurs, certaines situations entraînent une perte d'information lorsqu'il y a absence de sollicitation d'un ou plusieurs champs perceptifs. Citons par exemple une réunion en visioconférence où seuls les champs visuel et auditif sont sollicités.

La lumière est une ressource essentielle à la survie de l'individu qui s'inscrit comme un des dénominateurs commun de la notion d'intimité, son espace, son territoire, sa forme, la perception et les émotions.

De la même façon que nous qualifions nos émotions à travers les couleurs du spectre lumineux - rouge de colère, chauffé à blanc, vert de peur – il est forcément possible d'agir sur l'état émotif de l'individu grâce à la lumière, qui interagit avec notre sens le plus puissant : la vision.



## la lumière et l'ombre

*“La Lumière est idéologie, sentiment, couleur, ton, profondeur, atmosphère, récit. La Lumière est ce qui ajoute, qui efface, qui réduit, qui exalte, qui enrichit, nuance, souligne, fait allusion, qui rend crédible et acceptable le mirage, la quotidienneté la plus grise, ajoute de la transparence, suggère de la tension, des vibrations. La Lumière creuse un visage ou le dépolit, crée de l'expression là où il n'y en a guère, donne de l'intelligence à l'opacité, de la séduction à la fadeur. La Lumière dessine l'élégance d'une figure, glorifie un paysage, l'arrache au néant, donne de la magie. La Lumière est le premier des effets spéciaux, considérés comme trucage, comme enchantement, boutique d'alchimie, machine du merveilleux. La Lumière est le sel hallucinatoire qui en brûlant, dégage des visions”*

Federico FELLINI

Explorons cette possibilité.

La lumière est vitale et universelle, elle porte une dimension culturelle, symbolique et spirituelle. La lumière est immuable et ondulatoire, dépourvue de consistance. Elle agit psychologiquement et physiologiquement sur l'homme et sur son environnement. La lumière est à la fois un art et une science mais étonnamment, n'apparaît dans aucun manuel scolaire : elle est tellement évidente que nous oublions son importance.

Elle est avant tout naturelle. Mais elle est aussi créée et contrôlée par l'homme sous sa forme artificielle, en réponse à nos besoins.

C'est une matière étonnante, une onde variable, invisible et à la fois primordiale en ce sens qu'elle traduit le monde extérieur en symbiose avec notre cerveau.

La lumière transporte de l'énergie sans déplacer de matière, c'est un média de communication et interculturel de taille.

Les technologies d'éclairage artificiel n'ont cessé d'évoluer depuis sa récente commercialisation - 150 ans - et semble avoir atteint un palier historique avec les diodes électroluminescentes (que nous appellerons LED conformément à leur appellation internationale).

Au regard de son impact sur notre perception, la lumière est un activateur d'émotion et d'intimité : quand Thomas Jefferson introduisit la lampe Argand en Nouvelle-Angleterre, à la fin du XVIIIe siècle, on remarqua que la conversation dans les dîners, jusqu'alors éclairée aux bougies, devenait moins brillante : ceux qui excellaient dans l'art de la conversation rejoignaient désormais leur chambre pour lire silencieusement au lit.

Si la lumière est l'instrument de la vision, l'ombre révèle le vrai visage des choses.

*lumière intense, puissance, action, sacrée... symbole du masculin  
obscurité mystérieuse, ténèbres, ressourcement ... symbole du féminin  
pénombre, symbole de tous les possibles,...non lieu de l'inconscient*

## la lumière et l'ombre



L'ombre, perçue comme l'antithèse de la lumière, a mauvaise réputation. Nous en retenons de manière générale les associations négatives que notre culture nous lègue: c'est dans l'ombre que l'on se cache et que l'on complot. Elle inquiète.

Mais que se passe-t-il lorsque nous sommes enfermés dans une pièce sans lumière telle que le cachot ou au contraire, une pièce sans ombres créée dans un but décisionnel et où la notion de temps est volontairement écartée ?

L'éclairage de la salle de présentation des véhicules de PSA est dit sans ombres portées. Interdite au public, c'est le haut lieu de décision où sont prises les décisions d'industrialisation des prototypes. Aucun facteur naturel ne peut donc interférer sur les décisions qui durent parfois plusieurs jours. L'image rendue doit être à tout moment identique dans des conditions invariables. Naît une sensation gravitationnelle augmentée de la perte de repères selon Roger Narboni, concepteur lumière du lieu.

Deux autres cas pertinents : le dôme du siège du parti communiste de l'architecte Oscar Niemeyer et la récente salle du conseil de la ville de Marseille de l'architecte Franck Hammoutène.

Les ombres procurent une impression de profondeur, ce à quoi sert le maquillage: en augmentant l'obscurité d'une partie légèrement dans l'ombre ou en retrait, on métamorphose le visage en lui offrant une plus grande profondeur. Eliminer les ombres -et la lumière- revient à aplatir notre environnement, à effacer le relief.

L'ombre, obscure, altère la perception et suscite confusion et frayeur. Elle donne une autre forme et une substance contradictoire aux objets. L'ombre est la mémoire de la lumière, celle qui marque d'un trait la rencontre entre cette lumière et un objet.

Par analogie avec la comparaison entre l'homme et la femme, nous évoluons dans une structure sociale inscrite dans la dualité dans laquelle, par mesure adaptative, nous optons en général pour une posture plutôt que pour son opposée. Au fil des ans, nous adoptons la fâcheuse habitude d'oublier que l'autre comportement est possible et cha-

## la lumière et l'ombre



cun reste sur ses positions. La société ne fait que renforcer ce penchant naturel: il faut être pour ou contre. Dans la lumière ou dans l'ombre. De même, notre culture nous invite à toujours repousser l'ombre.

L'ombre et la pénombre, malgré leur précarité et leur mystère, sont de bonnes compagnies pour l'intimité. Elles permettent en effet de se mettre en retrait, de s'isoler, de s'affranchir ou d'altérer le regard des autres.

Réinjecter l'ombre, c'est donc réhabiliter les seuils physiques et sociaux car les deux seuils qui ont survécu appartiennent au domaine du sacré et à l'art.



## impact physiologique de la lumière

Mais la lumière ne se limite pas à nous faire voir, ressentir, traduire. C'est également un élément de temporalité -propre et immuable- de l'individu, qui s'observe à travers le phénomène de rythmes biologiques naturels.

La lumière agit sur notre métabolisme de manière concrète et permanente. Le fruit de cette action se traduit notamment par les 3 rythmes temporels spécifiquement nommés circadiens, ultradiens et infradiens, communément appelés horloge interne. Ces rythmes sont mathématiquement représentés par une fonction sinusoïdale, ondulatoire, en corrélation avec les ondes lumineuses.

L'alternance de la lumière et de l'obscurité est un des facteurs des rythmes biologiques qui témoignent de l'adaptation de l'organisme aux variations saisonnières et à l'environnement. Ces facteurs sont perçus par les mêmes organes de perception de la lumière : l'œil et le cerveau.

Cette horloge interne a cette particularité de persister en l'absence de lumière. C'est pourquoi les personnes atteintes de cécité sont également « régulées » par ces rythmes naturels. L'équilibre des trois rythmes qui évoluent de façon autonome selon la sécrétion de mélatonine surnommée hormone de l'obscurité est photodépendant.

L'invention de l'éclairage artificiel n'est malheureusement pas toujours profitable à l'homme. Si nous prenons comme exemple l'évolution du rythme ou des horaires de travail selon le schéma de la mondialisation, nous constatons la perte des repères temporels de notre société contemporaine. Les rythmes sociaux et les informations véhiculées par le cycle veille/sommeil ne sont plus en phase, ce qui se traduit par des perturbations physiologiques et notamment un déséquilibre nerveux tendanciel.

Le sommeil occupe aujourd'hui en moyenne, comme le travail, un tiers de nos vies. Le rythme jour/nuit n'a plus de valeur autre qu'un héritage physiologique. La lumière est une notion temporelle et intemporelle maîtrisée au point d'échapper à l'instant présent, qui permet de couper ou de prolonger volontairement l'instant de lumière.

## impact physiologique de la lumière

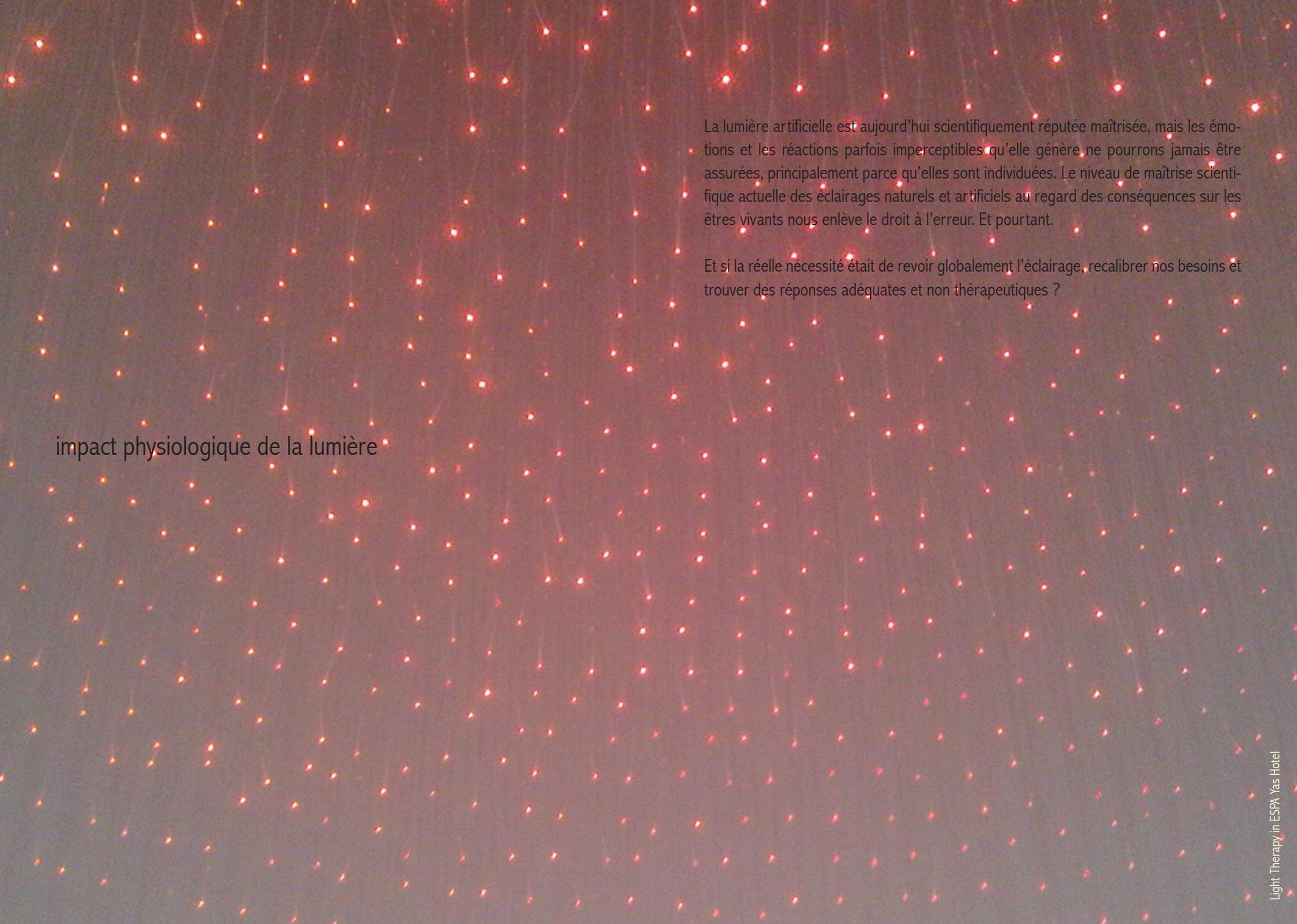
Nous sommes donc dans la lumière -artificielle plus que naturelle- au minimum deux tiers de notre vie. Nous savons pourtant que le sommeil et donc l'obscurité sont tout autant nécessaires à la structuration de l'individu que l'activité et la lumière.

Il existe des moyens thérapeutiques comme la luminothérapie qui vise à resynchroniser nos rythmes biologiques les uns par rapport aux autres. La lumière peut cependant être violente, ne serait-il pas alors bienvenu de parler également d'obscurothérapie pour simplement renouer avec le plaisir du spectateur de moments magiques offerts par la pénombre ?

En parallèle à ces thérapies visant principalement à contrer les effets de manque de lumière naturelle, nous avons vu apparaître dans les années 1990 des "bureaux des temps", missionnés pour réorganiser les rythmes de la ville autour des rythmes des citoyens. Il n'est pas loin le temps des allumeurs de réverbères : la ville s'adapte continuellement aux rythmes de ses habitants notamment grâce à l'éclairage des espaces où se déploient leurs activités. L'éclairage urbain répond à l'enjeu du tourisme culturel "by night" et entraîne des mutations au sein des pratiques spatiales relevant de la dimension sociale. Et la liberté de l'un s'arrête précisément où commence celle de l'autre...

L'éclairage public supplante l'éclairage intérieur qui nous permettait à l'origine de prolonger notre activité extérieure ou diurne à la maison. Aujourd'hui, certains citadins affirment pouvoir librement vaquer à leurs activités du soir sans avoir recours à l'éclairage domestique, tant l'éclairage public est puissant...c'est dire !

A plus grande échelle, l'urbanisme de lumière que nous pouvons également appeler urbanisme temporel est une nouvelle conception qui transite par l'éclairage des villes. Roger Narboni évoque à ce sujet la création de futures villes non pas par un schéma directeur classique mais par les flux de lumière émis la nuit -grands axes routiers, auras émises par les immeubles, places publiques, usines.



La lumière artificielle est aujourd'hui scientifiquement réputée maîtrisée, mais les émotions et les réactions parfois imperceptibles qu'elle génère ne pourront jamais être assurées, principalement parce qu'elles sont individuées. Le niveau de maîtrise scientifique actuelle des éclairages naturels et artificiels au regard des conséquences sur les êtres vivants nous enlève le droit à l'erreur. Et pourtant.

Et si la réelle nécessité était de revoir globalement l'éclairage, recalibrer nos besoins et trouver des réponses adéquates et non thérapeutiques ?

impact physiologique de la lumière

## spatialité lumière



Lichtfeld - Sebastian Hempel

La propension à la mise en lumière ultime des zones urbaines tend à faire disparaître la poésie de l'espace qui s'appuie sur une mise en ombre, allégorie du cinéma muet.

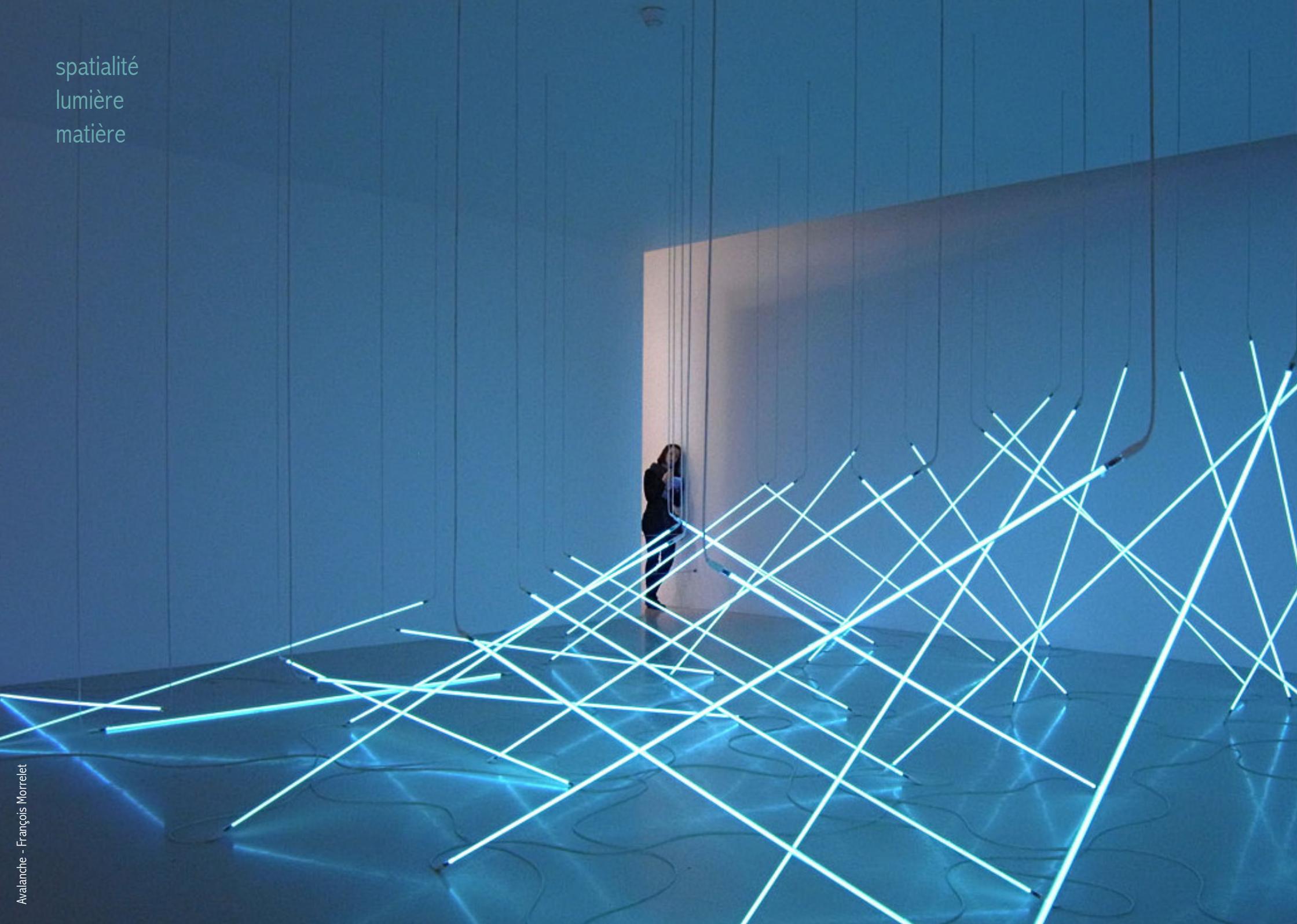
La matérialité de la lumière rencontre deux visions : la vision relative à l'espace et la théorie de la physique. Le Corbusier, architecte et Yann Kersalé, artiste de lumière défendent ce concept de lumière-matière. *L'architecture est le jeu savant correct et magnifique des volumes assemblés sous la lumière (...)* Les éléments architecturaux sont la lumière et l'ombre, le mur et l'espace pour l'un, la lumière est une matière qui peut se modeler, se manipuler comme un matériau classique pour une sculpture pour l'autre.

Nous le savons, la lumière crée des connivences, elle raconte des histoires mais maintenant elle crée des phénomènes d'espaces, de portes et de frontières. La nuit est le berceau de concepts -ou modèle de perception- allégoriques.

La lumière est alors une onde matérielle et immatérielle : elle prend corps sur l'objet et l'objet devient le support d'un processus relationnel entre le sujet et son entourage ou entre le sujet et ses propres représentations.

Cette lumière-matière fait depuis peu partie des matériaux émergents - intelligents - qui par leurs caractéristiques chimiques et physiques sont lumineux grâce, par exemple, au processus de luminescence par lequel une substance absorbe des photons puis ré-émet des photons.

spatialité  
lumière  
matière



## température de lumière



REVEZ!

Le spectre visible de la lumière naturelle s'étend du rouge au bleu, des infra-rouges aux ultra-violets, soit de la lumière chaude à la lumière froide. Quand nous évoquons la température de lumière perçue, il s'agit d'une sensation chromatique, d'une impression de couleur qui naît dans notre cerveau et qui se traduit par une sensation de chaleur.

A ce sujet, une expérience visant à traduire la sensation de chaleur dans une salle de réunion climatisée à 21°C en rapport à l'éclairage artificiel a été menée. La sensation de température dans la salle éclairée avec une lumière blanche froide était de 19°C alors qu'un éclairage blanc chaud donnait une sensation de 22°C.

C'est analogue à la réputation d'ambiance chaleureuse des intérieurs scandinaves dans leur contexte climatique et constructif : les principaux matériaux de finition intérieure employés sont le bois, le verre et l'acier et respectent les teintes naturelles, le blanc, le gris et le noir, peu synonymes de chaleur. C'est le soin apporté à la lumière et particulièrement à l'éclairage artificiel qui opère cette métamorphose.

Côté art, l'installation de Dan Flavin au Musée d'Art Moderne de Paris nous faisait voir Paris en rose après avoir longuement déplacé notre balance des blancs avec des néons verts et plus récemment, du côté patrimonial, la mise en lumière bleue et dorée de la Manufacture de Sèvres par Roger Narboni, concepteur lumière. Symboles de la lumière bleue du matin aux côtés de la lumière dorée du soir ?

La sensibilité de l'observateur en fonction de son âge, son sexe, sa culture, son vécu fait de la couleur une expérience psychologique unique.

La lumière est un stimulus perceptif et un moyen d'expression qui engendre par son intensité et sa couleur des états d'âmes, des émotions. Le résultat de cette combinaison demeure incontrôlable.

## théâtralisation

lumière  
ambiance  
mise en scène  
un lien sacré

La théâtralisation génère de l'émotion, issue des mouvements et générée par une source interne et externe : nous sommes des êtres vivants et mobiles, nous évoluons dans des relations qui s'exercent dans tous les sens. Relation avec les autres et relation avec nos propres instances psychiques. Nous avons un théâtre extérieur et un théâtre intérieur.

La vie peut d'ailleurs être représentée comme la théâtralisation de tous ces mouvements qui génèrent des émotions au même titre que la lumière, la pénombre et les ombres.

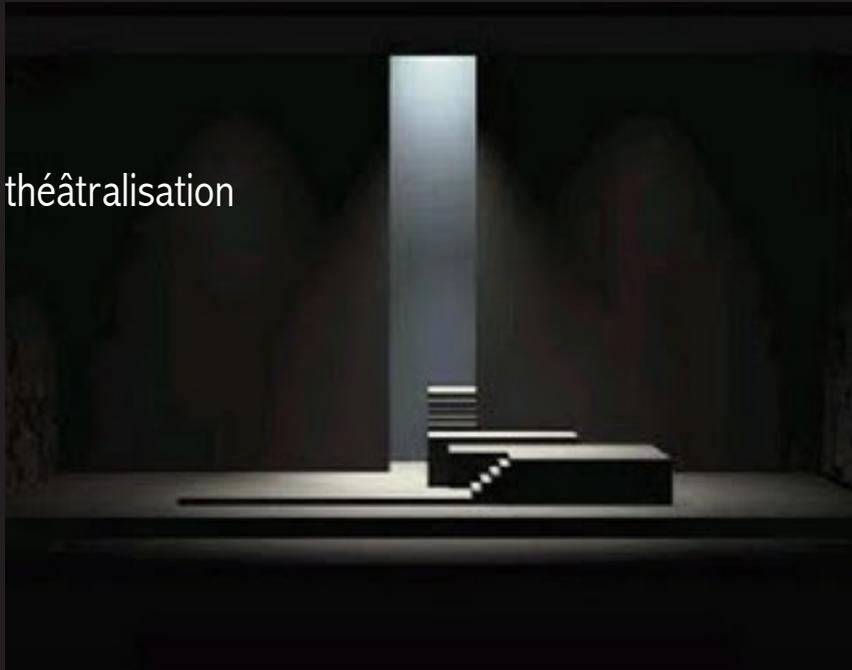
Pour filer la métaphore, le théâtre et la lumière amplifient les perceptions et les possibilités d'émotions. La déclamation d'un acteur sans la mise en lumière réduit notre perception au canal auditif, c'est la radio. La lumière informe et donne une dimension complémentaire aux objets, elle donne vie, joue sur les nuances d'ombre autant que de lumière. Elle crée un vaste champ émotionnel. La réaction des spectateurs n'est pas sous leur contrôle. C'est un jeu d'ombres et de lumières, d'intimité et d'extériorisation, c'est un jeu de personnages « masqués ». C'est un jeu alternatif. Il y a la source et le réflecteur. Il y a l'objet qui éclaire et l'objet éclairé. Il y a le fonctionnel et le symbolique. Et tout est réversible.

La théâtralisation crée une ambiance.  
L'ambiance lumineuse traduit un moment.

Tout commence et se termine dans l'obscurité : de la vie intra-utérine où toute interaction sensorielle avec l'extérieur est atténuée - à l'image de l'allégorie de la caverne de Platon - à la mort.

Le théâtre est avant tout un miroir tendu à la nature : le spectateur, comme l'acteur,

théâtralisation



vient chercher une réponse, se construire une identité... s'individuer en s'offrant une parenthèse d'intime remise en cause car on reste rarement insensible au jeu des artistes, à la musique, au lieu.

Et pour se faire, invariablement, les acteurs sont accompagnés par la lumière qui anticipe, accompagne ou accentue leurs jeux et les émotions. Elle y tient une place de premier ordre et assure un rôle fondamental dans la transmission du message. La lumière est puissante, elle métamorphose à l'infini, comme un maquillage ou plus subtilement, elle fournit les masques sociaux ou les facettes de notre personnalité.

De nos jours, une nouvelle dimension interfère avec l'éclairage artificiel : le développement durable. En effet, par définition, une lumière artificielle consomme une énergie artificielle, elle-même consommatrice de matières premières et émettrice de déchets. Le premier spectacle innovant en matière d'économie d'énergie et de développement durable -alimenté par une pile à combustible- fut le *Living unknown soldier* joué à l'Arcola Théâtre de Londres en 2008 : l'art au service de la science et de l'environnement.

Le passage à la vitesse supérieure s'effectue avec Claude Régy, metteur en scène et Sallahdyn Khatir, scénographe, qui colonisent les nouveaux territoires de la lumière avec *Ode Maritime*, long poème de Fernando Pessoa.

*L'acteur reste debout, quasiment immobile pendant toute la durée de la représentation, sur une sorte de ponton, dans une sorte de halo bleuté, comme suspendu aux abords de l'existence, à la lisière d'un espace abstrait qui sera traversé par des forces, des remous, les cris et douleurs de l'histoire du monde,* partage Jean-Louis Pernet, directeur de la société AVAB spécialisée dans les éclairages scénographiques, partenaire de l'aventure.

Les nouvelles sources d'éclairages ne sont plus uniquement une cause durable. Les technologies servent ici nos imaginaires et ouvrent des espaces de rêve et de mystère qui nous touchent au plus profond de notre nature humaine.

## théâtralisation

*Claude Régy a toujours recherché la clarté de l'obscur, l'instant où les choses apparaissent – disparaissent, la frontière fragile entre le visible et l'invisible, la force d'un monde caché. Il a trouvé la subtilité extrême d'une matière absolument brute. Le théâtre n'est pas seulement le résumé de nos existences, c'est aussi, derrière les coulisses, le laboratoire des nouvelles technologies.*

*Le résultat est étonnant. Tout se passe dans la pénombre – une pénombre d'une autre nature, jamais vue avec des changements de lumière permanents mais non repérables, avec l'apparition de mélanges de couleurs surprenants, ou le visage de l'acteur suggère celui d'un fantôme, celui d'une femme, celui d'un adolescent ou celui d'un vieillard. Des séquences se succèdent – le temps passe – mais tout se fait à notre insu. Comme Pessoa lui - même, l'acteur se démultiplie.*

*S'inventent des couleurs "inconnues", des couleurs pures. Bien sûr, le décor tout en courbe joue un rôle important : il capte et renvoie des reflets. Pas de contre-jour sur l'acteur. Juste le jeu à l'arrière-plan, de cette immense courbe métallique. Sans aucun bruit de fonctionnement, les sources permettent de localiser avec une grande exactitude ce qu'on cherche à éclairer. C'est exact et infini. Parce que tout échappe à l'analyse.*

*Quand survient en douceur la fin du texte, la lumière éclate – c'est le contraire d'un noir final - dans une montée progressive, terrible.*

*Les territoires sont neufs, l'œil s'y perd, l'éclairage sort de la convention du théâtre et de celle des couleurs. S'inventent d'autres perceptions. Une autre approche peut être, de l'espace et du temps.*

CQFD

*couleur  
intensité  
direction  
mouvement*

théâtralisation

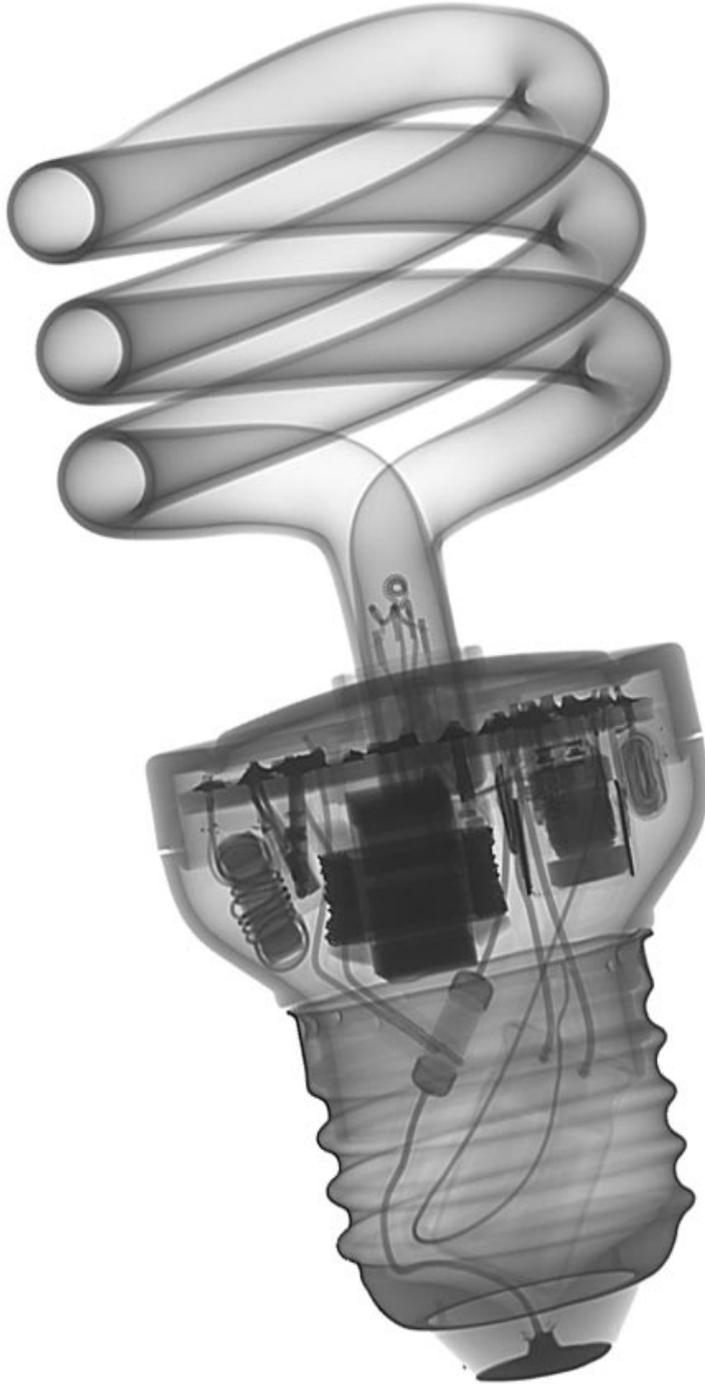


Ode Maritime - Théâtre national de Strasbourg

Tout seul, sur le quai désert, dans ce matin d'Été,  
Je regarde du côté de la barre, je regarde vers l'Indéfini,  
Je regarde et il me satisfait de voir,  
Petit, noir et clair, un paquebot qui entre.  
Il vient là-bas très loin, bien net, classique à sa manière.  
Dans l'air lointain il laisse derrière lui l'ourlet vain de sa fumée.  
Il vient, il entre, et le matin avec lui, et sur le fleuve,  
De-ci, de-là se réveille la vie maritime,  
Se dressent les voiles, s'avancent les remorqueurs,  
Surgissent de petits bateaux de derrière les navires qui sont dans le port.  
Il fait une vague brise.  
Mais mon âme à moi se tient avec ce que je vois le moins,  
Avec le paquebot qui entre,  
Car lui se tient avec la Distance, avec le Matin,  
Avec le sens maritime de cette heure,  
Avec la douceur douloureuse qui monte en, moi comme nausée,  
Comme début de mal de mer, mais dans l'esprit.  
Je regarde de loin le paquebot, dans une grande indépendance d'âme,  
Et au fond de moi une roue comme à tourner, lentement (...)

Fernando Pessoa

## technologie œil



La technologie engendre à la fois fascination et répulsion et crée deux courants opposés entre les « geeks » et les « autres ». Les recherches concernant l'Intelligence Artificielle ont d'ailleurs été dès leurs débuts parallèles au fantasme collectif d'une machine intelligente et indépendante, fantasme qui tient à donner vie à la machine.

La question est de savoir si elles sont agents de changement et si oui, pourquoi nous résistons ?

L'oeil a toute sa place parmi les technologies non pas émergentes mais de pointe comme outil sensoriel complexe capable de transformer un rayon incident, une onde, en signal bioélectrique transmis ensuite au cerveau. Car même lorsque l'œil paraît immobile les muscles conservent une activité permanente qui, consciemment ou non, amènent l'axe optique à s'orienter dans la direction des scènes qui nous intéressent.

Une mécanique complexe, jamais égalée ni dépassée scientifiquement, par laquelle passent 80% des informations du monde extérieur.

L'oeil permet de se renseigner sur l'état affectif d'autrui, un regard peut par exemple punir ou encourager. Dans tous les cas, il établit une communication. Si nous ne comprenons pas comment fonctionne l'œil, nous perdons la substantifique moëlle du pouvoir de la lumière.

La perception de l'espace n'est pas unique, certaines expériences en rapport avec l'éclairage public notamment sont difficilement vécues par les personnes âgées alors qu'un jeune de 20 ans trouve cela génial, comme par exemple le sol d'une place publique incrusté d'éclairages.

Les contrastes ont un rôle précis pour la vision et le respect de séquences est primordial pour une adaptation de l'oeil à l'intensité lumineuse. Nous nous rappelons aisément combien il est douloureux de se retrouver soudainement en pleine lumière après une longue période passé dans l'obscurité.

## technologie œil

Rappelons-nous que deux personnes ne voient pas exactement la même chose dans des conditions identiques, ce qui implique que les hommes n'entretiennent pas tous les mêmes rapports avec le monde environnant.

Quoiqu'il en soit, à l'origine, seul le soleil et le feu servaient à nous éclairer, nous nourrir et nous protéger. Aujourd'hui, nous assistons à une prolifération de systèmes d'éclairage multifonctionnels qui brouillent les messages originels. La pénombre n'a plus sa place au titre de la sécurité, alors que les ombres sont les contrastes qui nous permettent de nous structurer en tant qu'individu pensant. La lumière est sociale et ambiguë. Elle fédère les extravertis autant qu'elle éloigne les introvertis. L'être humain a cette faculté d'interpréter des rôles différents, de se "masquer".

Si la LED menace tant les autres sources d'éclairage, c'est en lien direct avec son rendement. Nous n'avons jamais vu autant de puissance - lumens - avec si peu d'énergie. Cet enjeu politique et économique nous renvoie à l'énergie nucléaire dont les débats restent ouverts. C'est une réponse aux inquiétudes liées à nos ressources d'énergie dans le cadre du développement durable. Mais pas seulement.

Avec la décision de limiter la fabrication d'ampoules à incandescence -qui a détenu le monopole de l'éclairage durant un siècle -conséquence immédiate de la nécessité de modifier nos habitudes en matière de développement durable, la LED semble aujourd'hui être la solution idéale. La confrontation de cette technologie avec les caractéristiques de la lumière naturelle est tentante car cette dernière décennie a vu naître des solutions d'éclairage équipées de LEDs : lampadaires, appliques, lampes de poche, plafonniers, réverbères, veilleuses. Il ne s'agit plus uniquement d'éclairer mais aussi de décorer.

Comme toutes les technologies qui furent émergentes en leur temps, il faudra certainement attendre le paroxysme de sa gadgétisation pour la détourner et se la réapproprier. L'année 2011 a même vu renaître des luminaires d'anthologie adaptés à cette nouvelle

## technologie œil



Lucinello - Ingo Maurer

source car la led, minuscule, peut s'intégrer à toute forme.

Le design se base et se sert cependant des technologies, les dépassant au service de l'usage. Exit l'ampoule, exit le design autour de l'ampoule. Car il ne suffit plus de remplacer la source mais de repenser la fonction et l'usage en fonction de cette nouvelle technique qui -avouons-le- a peu de limite : peu d'encombrement, peu de consommation, un rendement exceptionnel, une intensité et une température de lumière variables, un transformateur qui peut être intégré, une programmation en accord avec les systèmes d'informations éprouvés, les circuits électroniques intégrés au support aussi fin qu'une feuille d'aluminium.

Les limites de cette source lumineuse se confond avec les limites de la créativité.

Ouvrons la porte à la nostalgie de nos modèles de référence revisités, telle que la lampe Lucinello d'Ingo Maurer qui devient alors une œuvre d'art, elle n'a plus qu'une place au musée, faute de production du « bulbe ». Une autre approche de consommation surgit avec cette nouvelle génération d'éclairage dont la conception contraint l'utilisateur à se défaire de l'ensemble de l'objet plutôt que de remplacer la source. C'est toute l'idéologie de l'objet design qui est remise en cause.



prémonitions....

Il y a 150 ans, les préoccupations en matière d'éclairage, basée sur la même notion de confort que la problématique ici posée, trouvait une réponse dans la production de lumière artificielle à portée de tous. Aujourd'hui, a contrario, la défense de l'ombre et de l'obscurité en adéquation avec les activités individuelles font sens. La sécurité générée par la lumière est illusoire : dans la halo du réverbère, la proie est bien plus exposée.

L'intimité par la lumière nécessitera de nouvelles et probablement longues expérimentations nécessitant de rouvrir les champs des théories. Il convient de redescendre dans la caverne et d'inverser le faisceau. Pourquoi ne pas commencer avec trois pistes en lien avec notre société actuelle, en balayant les sources de lumière existantes, et enfin en respectant l'individu dans tout ce qu'il y a de plus personnel, son individualité avec trois objectifs : l'humanisation, la dynamique et l'interaction.

#### L'humanisation

Comme pour l'espace, tout ce qui attire à notre sphère intime nécessite une phase d'appropriation propre à la territorialisation. En cas d'échec, l'intrus sera instantanément tenu à l'écart pour manque de pertinence. Nous parlons ici de l'ensemble des composantes de l'environnement de notre carte mentale : un réseau, une technologie. Au contraire, toute appropriation réussie participera aux fonctions premières de l'intimité. L'appropriation d'un lieu ou d'un espace qui le rend intime, permet le lâcher prise nécessaire à l'individuation.

La phase d'appropriation passe peut être par la personnalisation. Pour nous sentir en confiance intime, certains ressentent le besoin de se confronter à la matière, de tester la technologie, d'ajuster un objet pour qu'il leur « ressemble » et leur corresponde, les projette dans une situation à laquelle ils adhèrent. Parfois une subtilité.

L'humanisation de la technologie dépend de nos projections d'identification - l'ordinateur



prémonitions...



devient organique lorsqu'il attrape des maladies. À dire vrai, c'est une fois détournée de ses fins originelles, c'est une fois subvertie que la technologie commence à devenir intéressante. Non qu'elle disparaisse alors en tant que technologie, elle s'humanise au contraire, elle transcende le technologique dans l'alliage solidaire, transformateur et pulsif de l'humain et du mécanique. Réalisation à plein, pour finir, du programme fantasmatique de l'homme-machine rêvé du temps des Lumières par La Mettrie.

En matière de lumière, le néon est une technologie totalement humanisée. Elle n'éclaire plus seulement, elle est art depuis la fin des années 1960.

#### La dynamique

Notamment développé par Philips pour des applications tertiaires, scolaires et médicales – l'éclairage dynamique permet de profiter des bienfaits de la lumière du jour en intérieur. Elle crée une lumière stimulante qui accroît la sensation de bien-être des utilisateurs. Cette application permet également de contrôler l'ambiance et de créer une atmosphère propice à la motivation et aux performances, réglée sur notre horloge biologique qui traduit le rythme diurne et nocturne notamment.

Dans cette dynamique, les ombres dansent à nouveau, l'environnement redevient vivant comme éclairé par la lumière naturelle du dehors ou la flamme d'une bougie.

Un des derniers projet de ce type a été mis en œuvre dans les salles de naissance de l'hôpital de Bron avec un double objectif: recréer la dynamique de la lumière du jour dans des pièces sans fenêtre et contribuer au confort des futures mamans en créant une ambiance lumineuse apaisante. Plusieurs possibilités sont offertes : sensation du temps qui passe, simulation du lever et du coucher du soleil. Ces ambiances lumineuses effacent l'environnement médical.

prémonitions....



## L'interaction

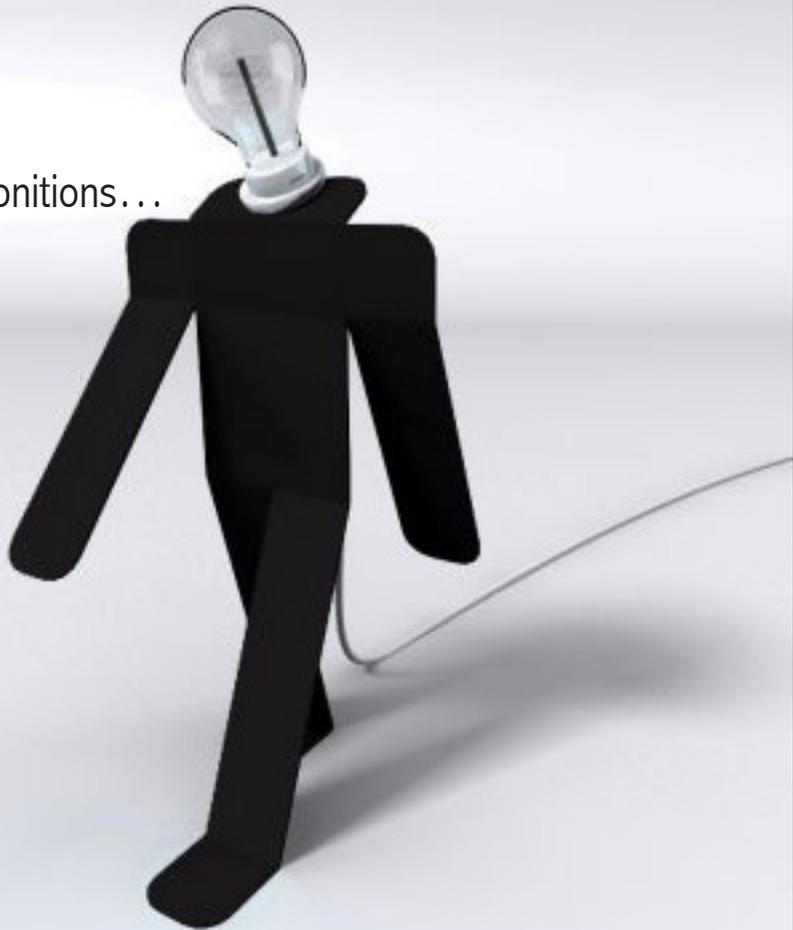
La contribution simultanée de plusieurs sens permet d'appréhender un phénomène dans sa totalité ou d'interagir avec un objet. C'est par l'action vers et dans l'environnement que la personne reçoit une variété d'indices sensoriels.

Par essence, les ondes transportent des informations, sans se déformer ni emporter de matière. Ce serait le moyen de communication le plus sûr si l'on pouvait considérer que son interprétation est universelle. Nous n'y sommes pas. Néanmoins, il semble intéressant de faire un arrêt sur image de cette relation qui existe entre la vision d'un type de lumière, de couleur, et l'émotion qui peut en découler à travers les expériences de James Turrell et le mouvement Light and Space qui désigne un mouvement artistique minimaliste dans le sud de la Californie des années 1960, caractérisé par l'étude de phénomènes de perception, tels que la lumière, le volume et l'échelle, et l'utilisation de matériaux comme le verre, le néon, lampes fluorescentes formant souvent des installations conditionnées par l'environnement de l'ouvrage.

La tendance est actuellement au détail et la multiplication d'éclairages qui se confrontent plus qu'ils ne s'harmonisent nous laisse cette petite sensation désagréable que nous pourrions qualifier de no man's land, ne correspondant à aucune finalité d'ensemble. Nous en revenons donc doucement à prévoir un éclairage individuel et non plus un éclairage général, à laisser le choix. Sur cette question essentielle bordée par les réglementations du bâtiment, le développement durable sauve la mise et offre une liberté d'agir salvatrice qui nous éloigne des normes d'éclairage standards.

Tout est question de couleur, tout est question de température et d'intensité, tout est question d'émotions mais surtout de l'équilibre qui existe entre ces éléments et l'individu. C'est la perpétuelle alternance équilibre/déséquilibre qui engendre l'innovation, l'émergence de besoins nouveaux. C'est précisément à ce moment que le designer, en tant qu'agent de change(ment) entre en piste, au service de l'individu et de la société dans toutes les relations qu'elle opère.

prémonitions...



S'il n'y a plus de doute sur le fait que la lumière, source vitale de la vie humaine sur terre, influence continuellement notre état d'être, il n'est pas certain que notre compréhension de cette interaction intime nous ait guidé jusqu'à ce jour pour concevoir notre environnement, son rapport à la lumière et son impact sur notre Moi.

L'essentiel est d'explorer le champ perceptif et de fournir une palette de supports ou de stimuli d'ondes suffisamment diversifiée et adaptable pour favoriser l'intimité.

En ce sens, le rôle du designer, dans l'interaction entre l'utilisateur et son environnement, n'est pas d'apprendre à maîtriser les émotions de ce dernier mais de créer un outil d'incitation émotionnelle en accord avec le Moi. Tel est l'enjeu pour créer l'interstice de confort essentiel à la survie de l'individu dans la société.

Le designer se doit d'intégrer la nature intrinsèque des données physiologiques de l'homme et la façon d'agir sur elles notamment à travers la théâtralisation de la mise en ombres.

L'idéal consisterait à générer une sensation de confort intime exempt de frontières matérielles et issu d'une interaction non conscientisée entre les technologies émergentes dont la lumière artificielle et l'Homme.



## références

### Bibliographie - par ordre alphabétique des auteurs.

- Dr Nathalie AUDUBERT « Les rythmes biologiques » Faculté de Strasbourg  
Marc AUGÉ « non lieux » Editions du Seuil, 2002  
Marc AUGÉ « Pour une anthropologie de la mobilité » éditions Payot & Rivages, 2009  
Roberto CASATI «La découverte de l'ombre» éditions Albin Michel, 2002  
Marie-Agnès CHAUVIN « dans les forges primaires de l'être » Editions le souffle d'or, 2011  
Adèle DEBORDE “Les jardins essentiels”  
G. DELEUZE & F. GUATTARI “Mille plateau” Editions de Minuit, 1980  
R.M. DOWNS & D. STEA « Maps in minds : reflections on cognitive mapping » 1977  
Michael FOESSEL « La privation de l'intime » Editions du Seuil, 2008  
Gilles FONTAINE “dossier spécial numérique” Magazine Challenges n° 279  
E. GOFFMAN « Les rites d'interaction » et « Les cadres de l'expérience » 1974  
Edward T. HALL « La dimension cachée » Editions du Seuil, 1978  
Edward T. HALL « Au-delà de la culture» Poche, 1987  
LE CORBUSIER “vers une architecture” 1923  
Alberto MANGUEL « le silence des lumières » Editions Gallimard -enssib  
A. MOLES « Psychologie de l'espace » 1972  
Jean MORVAL « Introduction à la psychologie de l'environnement » Editions Margada, 1981  
Olivier NAMIAS « révolution lumineuse, l'éclairage au seuil de la post-incandescence » D'A-guide n°190  
avril 2010.  
Roger NARBONI « La nuit disparue » rom ANNO LUCE 80 [www.lightingacademy.org](http://www.lightingacademy.org)  
Patricia PAPERMAN « les émotions et l'espace public » In Quaderni n°18, 1992, pp.93-107  
L.A. PASTALAN « Privacy as an expression of human territoriality » University of Michigan, 1970  
Nicolas POUSSET « Caractérisation du rendu des couleurs des nouvelles sources : les diodes électrolu-  
minescentes” 2009  
PRIGOGINE et STENGERS “La nouvelle alliance” Paris 1979

### Sources numériques

- [www.lighting.philips.fr/lightcommunity/trends/dynamic\\_lighting](http://www.lighting.philips.fr/lightcommunity/trends/dynamic_lighting)  
[www.wikipédia.fr](http://www.wikipédia.fr)  
[www.cairn.info/revue-societes](http://www.cairn.info/revue-societes)  
[www.psychologie.com](http://www.psychologie.com)  
[www.cie.co.at](http://www.cie.co.at) - Commission internationale d'éclairage

## Interviews :

Marie-Agnès CHAUVIN – SOLEA Conseil, psycho-sociologue

Stéphane HUGON – société ERANOS, Docteur en sociologie, chercheur au CeaQ, responsable du Groupe de Recherche sur la Technologie et le Quotidien, chargé de cours à l'université Paris V.

Roger NARBONI - agence Concepto, concepteur Lumière

