

Dessiner des horizons de “sobriété désirable” entre limitations et émancipations

Septembre 2024

Auteur principal : Alexis NICOLAS dans le cadre du [Master of Science Strategy & Design for the Anthropocene](#) suite à une commande de l'[association Virage Énergie](#) avec une collaboration du [réseau Cler](#) pour le compte de l'[association Virage Énergie](#).

Sous la supervision de
Barbara NICOLOSO, directrice de Virage Énergie,
Alexandre MONNIN, directeur du Master,
Nathan BEN KEMOUN, Enseignant-chercheur ESC-Clermont BS & CleRMa



Cartes postales de la sobriété réalisées par Ingrid de Saint-Aubin pour Virage Énergie disponibles en ligne : <https://www.virage-energie.org/explorer-les-imaginaires-et-les-recits-de-sobriete/#>

Virage Énergie

www.virage-energie.org - contact@virage-energie.org

Maison régionale de l'environnement et des solidarités (MRES) - 5 rue Jules de Vicq - 59 800 LILLE

Introduction et problématisation	3
L'essentiel à retenir	5
Partie 1 - Redirection écologique et sobriété, entre limitations et émancipations	7
1.1 Introduction à la redirection écologique	7
1.2 Rapide panorama sur la notion de sobriété	8
1.3 La sobriété fait irruption dans le débat public en France en 2022	10
1.4 Consensus et limites du concept de sobriété	12
1.4.1 La sobriété est nécessaire	12
1.4.2 La sobriété est un cheminement collectif	13
1.4.3 La sobriété et l'efficacité sont différentes et complémentaires	13
1.4.4 Le contraire de la sobriété est l'ébriété	13
1.4.5 La sobriété n'est pas que énergétique	14
1.4.6 Des politiques de sobriété aux pratiques individuelles (et non l'inverse)	14
1.4.7 La sobriété face à la précarité : l'exigence d'équité et d'inclusion	15
1.4.8 Des clarifications et des limites	15
1.5 Nos propositions pour dépasser les limites identifiées	17
1.5.1 Un tableau comparatif entre sobriété, efficacité et austérité	17
1.5.2 Passer des besoins aux attachements	18
Les limites et risques du concept des "besoins"	18
Les attachements pour s'ancrer dans le social et l'inclusion	20
Les attachements pour viser l'émancipation	20
L'enquête comme méthode pour explorer les attachements	21
1.5.3 La sobriété face à la précarité : une opportunité de rencontre ?	21
La sobriété c'est d'abord rendre indésirable voire impossible l'ébriété	22
La sobriété en tant que milieu de la richesse	22
La sobriété en tant que valorisation des pratiques populaires	23
1.5.4 Les renoncements englobent la sobriété et la dépassent	23
Attachements, dés-attachements, ré-attachements	23
Hériter des communs négatifs : maintenir, restaurer, régénérer	24
Sobriété et renoncement : similarités et différences	24
1.5.5 Sobriété en tant que limitations, suffisance en tant qu'émancipations	25
Sobriété et suffisance : similarités et différences	25
La suffisance en tant que satisfaction et contentement	27
La sobriété en tant que chemin et la décence en tant que destination	29
Articulation sobriété, suffisance et modes de vie décents	31
1.6 Nos précisions pour sortir des représentations négatives de la sobriété	33
1.6.1 Le nécessaire équilibre entre sobriété et efficacité	33
L'efficacité et le célèbre effet rebond	33
Une sobriété trop rapide et trop improvisée : le risque d'un effet de recul	34
Articuler l'équilibre entre sobriété et efficacité	36
1.6.2 Dépasser le poncif de la sobriété liberticide	37
1.6.3 Le continuum des sobriétés individuelles et collectives	37
1.7 Trois horizons pour une "sobriété désirable"	38

1.7.1 Une démarche désirable : démocratique, inclusive, non brutale, anticipée	38
1.7.2 Ré-attachements désirables en suffisance intensive	38
Réhabiliter les corps et les affects	39
Les activités humaines épanouissantes et sobres	39
Les co-bénéfices de la sobriété ou ce qu'il y a à gagner dans le renoncement	40
1.7.3 Désirabilité en tant que moyen pour un projet politique émancipateur	41
La sobriété en tant que choix politique de la technique	41
Articuler sobriété et robustesse	41
En route vers le convivialisme	42
1.8 Conclusion de la première partie	44
Partie 2 - Inspirations pour des représentations justes de la sobriété	45
2.1 Une méthodologie itérative et récursive	45
2.2 Limites de ce travail	46
2.3 Enquête auprès des membres du Réseau Sobriété	47
2.3.1 Ce à quoi les personnes tiennent à propos de la sobriété	48
2.3.2 Ce qu'elles pensent des représentations visuelles et culturelles actuelles	51
2.3.3 Les représentations inspirantes de la sobriété imaginées ou souhaitées	52
2.4 Panorama et caractéristiques des représentations de la sobriété	56
2.4.1 La technique est au centre, la dimension sociale est absente	56
2.4.2 Une confusion entretenue entre sobriété et efficacité	57
2.4.3 L'énergie est au centre, les autres ressources sont absentes	57
2.4.4 Les représentations de la nature sont fréquentes	57
2.4.5 Le passé est utilisé comme repoussoir	58
2.5 Nos propositions pour renouveler les représentations graphiques et culturelles autour de la sobriété	59
2.5.1 Représenter l'articulation entre sobriété et efficacité	59
2.5.2 Insister sur les dimensions sociales de la sobriété	59
2.5.3 Représenter les co-bénéfices et les opportunités de la sobriété	60
2.5.4 La sobriété c'est parfois ne pas faire : rendre visible l'invisible	61
2.5.5 Utiliser le détournement et l'humour pour opposer ébriété et sobriété	62
2.5.6 S'appuyer sur le passé comme source d'inspiration	62
Paléo-énergétique : réinventer l'histoire de l'énergie par l'enquête collective	62
Le familistère de Guise et les équivalents de la richesse	63
2.5.7 Faire de la sobriété un geste moderne	66
2.6 Trois inspirations pour prolonger nos travaux	67
2.6.1 Les propriétés esthétiques de l'engagement de Yaprak Hamarat	67
2.6.2 Radicaliser la sobriété : la remise en question des privilèges ?	69
2.6.3 Faire émerger une éducation populaire à la sobriété	71
Conclusion et continuités	73
Mise en pratique : les cartes postales de la sobriété	74
Prolonger l'aventure avec le podcast Enquêtes de sobriété	75
Bibliographie	76

Introduction et problématisation

Depuis 2021, la notion de sobriété a pris une place de plus en plus importante dans le débat public sur la transition énergétique et écologique. L'ADEME et RTE ont publié ces dernières années des travaux de prospective¹ énergétique donnant une grande place à la sobriété et l'hiver 2022 est venue rappeler l'importance de ce principe pour maîtriser les coûts de l'énergie et limiter les risques de rupture énergétique. Bien que la sobriété puisse se définir comme une démarche organisée et volontaire de réduction des consommations de ressources naturelles afin de respecter les limites planétaires tout en garantissant la satisfaction des besoins et la qualité de vie des êtres vivants, cette notion est souvent graphiquement représentée de manière caricaturale (personne grelottant près d'un radiateur) ou erronée (ampoule, interrupteur) par les médias, les pouvoirs publics et acteur·rices de terrain dans leur communication institutionnelle.

Afin de contribuer à la construction d'imaginaires et récits positifs de la sobriété, et se doter des moyens de communication adéquats, Virage Énergie et le réseau Cler souhaitent mener une recherche exploratoire de ce que seraient des représentations graphiques justes de la sobriété.

Ce travail s'inscrit dans le cadre du Réseau Sobriété, réseau national de professionnels des acteur·rices de la sobriété, co-animé par Virage Énergie et le réseau Cler pour la transition énergétique, avec le soutien de l'ADEME. Ce travail de recherche est une commande de l'association Virage Énergie auprès du [Master of Science Strategy & Design for the Anthropocene](#) dirigé par Alexandre Monnin qui a co-initié le mouvement de la redirection écologique avec ses collègues Emmanuel Bonnet et Diego Landivar.

La première partie de ce travail a pour objectif d'explorer depuis les perspectives de la redirection écologique, le concept de sobriété afin d'ouvrir des horizons désirables et justes sur la sobriété. Après une brève description de la redirection écologique, nous rappellerons les consensus qui se dégagent des travaux (essentiellement français) sur la sobriété. Nous partagerons ce que nous pensons être des limites et contradictions dans les discours et rapports publics. Nous formulerons ensuite des propositions de clarifications du concept de sobriété à l'aune de la redirection écologique, notamment entre efficacité, austérité, efficience, renoncement, suffisance, précarité et sobriété mais aussi entre besoins et attachements. La conclusion cherchera à dessiner des horizons de "sobriété désirable" sur le fil entre limitations et émancipations.

La seconde partie de ce travail a pour objectif d'identifier des inspirations possibles de représentations graphiques et culturelles justes de la sobriété. Ces inspirations, sans être exhaustives, ont pour objectif d'alimenter les membres du Réseau Sobriété avec des pistes pour sortir des représentations caricaturales. Nous commencerons par dresser un aperçu des représentations graphiques actuellement utilisées dans des communications institutionnelles, qui sera complété par une enquête auprès des membres du Réseau Sobriété. Depuis cette enquête et les lacunes des représentations actuelles, nous proposerons des pistes pour renouveler ces représentations graphiques en tenant compte

¹ Voir notamment Les futurs en transition de l'ADEME <https://www.ademe.fr/les-futurs-en-transition/> et les Futurs énergétiques 2050 de RTE <https://www.rte-france.com/analyses-tendances-et-prospectives/bilan-previsionnel-2050-futurs-energetiques>

des horizons dessinés dans la première partie. Cette seconde partie sera nourrie par les travaux de stage d'Ingrid de Saint-Aubin, qui a rejoint l'association Virage Énergie en Mars 2024 pour 6 mois afin de mener un travail de design d'identité de la sobriété désirable, et dont les travaux complèteront cet écrit.

En conclusion, vous trouverez une description du travail de design d'identité réalisé par Ingrid de Saint-Aubin qui a pour objectif de produire des représentations graphiques justes de la sobriété afin d'outiller les membres du Réseau Sobriété. Vous trouverez également une ouverture, en forme d'invitation, au-delà de ce travail de recherche, pour suivre les épisodes du podcast *Enquêtes de sobriété*², lancé en Mai 2024 par l'auteur principal de ces lignes.

Ce travail est donc davantage un point de départ qu'une fin en soi. Pour les lecteur·rices pressé·es, vous trouverez un résumé de l'essentiel à retenir dans les deux pages suivantes et vous pouvez parcourir les titres de la table des matières pour ne lire que ce qui nourrira directement vos réflexions.

Perspective située et limites de ce travail

Bien qu'étant un travail collectif qui justifie que le "nous" soit utilisé dans cet écrit, l'auteur principal de ce texte, Alexis NICOLAS, ne prétend à aucune universalité ou pureté des propos sur la sobriété. En effet, depuis sa perspective située (homme-cis blanc hétéro gagnant environ 2 fois le salaire médian et à peu près valide) d'autres conditions de vie ne lui sont que difficilement accessibles. Ceci peut rendre certains propos maladroits, difficilement compréhensibles, et évidemment perfectibles, dans la suite de cet écrit. Nous avons conscience de ces limites et avons cherché à les dépasser, certainement de façon incomplète, avec une intention inclusive et émancipatrice. Nous sommes de ce fait ravi·es de recevoir des commentaires et suggestions d'améliorations et de précisions en cohérence avec notre intention.

Ainsi nous serons, et vous invitons à être, très vigilant·es par rapport à toute tentative de généralisation de certaines propositions. Cette attention nous a également été remontée pendant notre enquête auprès des membres du Réseau Sobriété, dont nous remercions l'acuité et la participation. Il en va de même avec les propositions de représentations graphiques issues du travail d'identité de la sobriété désirable, nous invitons à les utiliser avec discernement.

² Le site web du podcast : https://enquetes-de-sobriete.fr/@enquetes_de_sobriete

L'essentiel à retenir

Ce travail exploratoire pour renouveler les représentations du concept de “sobriété désirable”, nous a fait identifier des lacunes et complications rendant le passage aux réalisations visuelles très délicat. Nous avons été amené à **questionner et enrichir la notion même de sobriété** notamment grâce aux travaux de la **redirection écologique**.

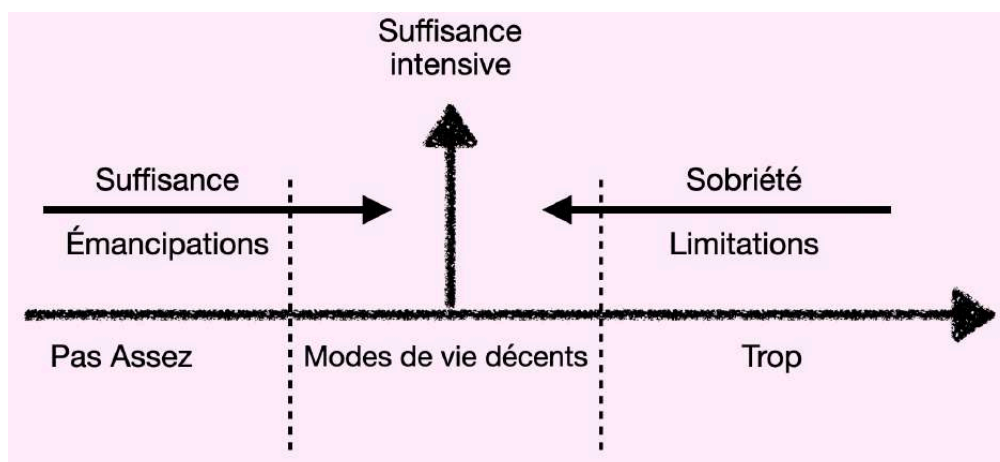
La recherche bibliographique nous a néanmoins permis d'identifier **les consensus malgré la diversité des définitions** : la sobriété est de plus en plus vue comme **nécessaire** en tant que **cheminement collectif complémentaire à l'efficacité** ; elle **dépasse** la seule question **énergétique** et **s'oppose à l'ébriété** ; face à la précarité, elle oblige à des **décisions politiques en matière d'équité et d'inclusion**.

Nous avons identifié trois limites majeures dans la bibliographie, notamment dans le rapport de l'ADEME de 2023 *Impulser une politique de sobriété sur mon territoire* :

1. Le **questionnement des besoins** comme étant la spécificité de la sobriété car, sans définition claire de ce que sont les besoins humains, ce qui est fréquent, ceci amplifie les risques d'essentialisation et de choix qui s'imposent par des expert-es envers les usager-ères, par exemple le choix de la température dans un logement collectif.
2. Le **piège du terme “sobriété subie”** car il contredit le caractère volontaire de la sobriété, augmente le risque de glissement de la sobriété vers l'austérité, et freine l'inventivité pour des pratiques de sobriété émancipatrices.
3. La difficulté à **tenir conjointement des renoncements nécessaires et la justice sociale**.

Nous suggérons aux acteur-rices de la sobriété de **s'interdire le terme de “sobriété subie”** et de **s'appuyer sur le concept des attachements**³, ce à quoi nous tenons et ce qui nous tient. Enfin, constatant dans les définitions de la sobriété une confusion fréquente entre chemins et destination, nous proposons un schéma pour positionner :

- La **sobriété** en tant que limitations du trop vers le suffisant,
- La **suffisance** en tant que émancipations du pas assez vers le suffisant,
- Les **modes de vie décents** en tant que destination,
- La **suffisance intensive** en tant que ce qu'il y a à gagner à renoncer.



³ Ce concept des attachements est issu de la sociologie pragmatiste.

Ces propositions nous permettent de dessiner **trois horizons de “sobriété désirable”** :

1. Soigner les démarches de suffisance et de sobriété pour les rendre désirables (inclusives et non-brutales),
2. Faire émerger un projet politique désirable cohérent avec les modes de vie décents pour lequel la sobriété n'est qu'un moyen,
3. Enquêter sur ce qu'il y a à gagner de désirable dans une démarche de sobriété.

Sur cette base, en complétant avec une enquête de terrain auprès de professionnels membres du Réseau Sobriété (co-animé par Virage Énergie et le réseau Cler avec le soutien de l'ADEME) et un panorama des représentations existantes de la sobriété (notamment dans les communications institutionnelles), nous avons identifié les principes suivants pour renouveler les représentations de la sobriété :

- Représenter l'**articulation entre sobriété et efficacité**
- Insister sur les **dimensions sociales** de la sobriété dont l'apprentissage convivial
- Représenter les **co-bénéfices** et les **opportunités** de la sobriété
- La sobriété c'est parfois ne pas faire : **rendre visible l'invisible**
- Utiliser le **détournement et l'humour** pour opposer ébriété et sobriété
- S'appuyer sur le **passé comme source d'inspiration**
- Faire de la sobriété un **geste moderne**

Nous avons enfin mis à l'épreuve ces propositions à travers un travail d'identité visuelle pour une sobriété désirable. Plutôt qu'une identité graphique classique, notre choix s'est arrêté sur l'élaboration de **cartes postales de la sobriété**. En effet, l'objet même est désirable et s'inscrit dans une **pratique sociale de partage**. Nous avons opté pour une **composition** de 9 cartes postales (3x3) pour mieux explorer **la dimension systémique et enchevêtrée** de la sobriété. Chaque carte représente une pratique collective qui s'inscrit dans un contexte plus large et, à la manière d'un “Où est Charlie ?”, **nous invitons la personne** qui tient la carte postale à se demander **“Où est la sobriété ?”** sur l'illustration proposée. Ainsi nous espérons inciter à explorer plutôt qu'à donner des réponses toutes faites. Ces cartes postales sont disponibles sur la page envoi de sobriété du site internet de Virage Énergie⁴.

Pour prolonger nos travaux, que nous pensons être davantage un point de départ qu'une fin en soi, nous proposons trois inspirations complémentaires à nos principes :

1. Les **13 propriétés esthétiques de l'engagement** de Yaprak Hamarat
2. **Radicaliser la sobriété** : la sobriété en tant que remise en question des privilèges
3. Faire émerger une **éducation populaire à la sobriété**

Ce n'est que le début de l'investigation que nous avons collectivement à mener : l'auteur principal de ces lignes prolonge l'exploration à travers le **podcast Enquêtes de sobriété**. Nous avons hâte de voir d'autres acteur·rices s'emparer de nos propositions pour **enrichir encore les représentations justes de la sobriété**.

⁴ Disponible à l'adresse :

<https://www.virage-energie.org/explorer-les-imaginaires-et-les-recits-de-sobriete/#>

Partie 1 - Redirection écologique et sobriété, entre limitations et émancipations

1.1 Introduction à la redirection écologique

Il est particulièrement périlleux de résumer un mouvement en train de se faire, dont les fondations ont été posées dans deux ouvrages *Héritage et fermeture: une écologie du démantèlement* (Bonnet et al., 2021) et *Politiser le renoncement* (Monnin, 2023), s'appuyant sur un riche héritage pluridisciplinaire et quatre années d'existence du Master *Strategy & Design for the Anthropocene* dont autant de promotions d'étudiant·es qui déploient ce mouvement dans différents contextes : renoncer au ski dans certaines stations par manque structurel de neige, accompagner les salarié·es confronté·es à des transformations ou arrêts d'activités, le quasi-gel des permis de construire en Pays de Fayence par manque d'eau, etc...

Cette introduction n'aura donc pas vocation à remplacer lectures, recherches, formations et enquêtes et ne peut pas être exhaustive. *Héritage et fermeture: une écologie du démantèlement* fonde la singularité de la redirection écologique dans le panorama des appels à la transition : il s'agit d'assumer l'héritage de *communs négatifs* pour les prendre en charge collectivement tout en invitant à fermer et démanteler les infrastructures incompatibles avec une trajectoire d'habitabilité durable sur terre. La redirection écologique est un cadre opérationnel et conceptuel qui inscrit dans un même geste une continuité par l'héritage et une discontinuité par la fermeture. Ce geste s'ancre dans une approche pluridisciplinaire à l'intersection de la philosophie, des sciences de gestion, du design, de la biologie, de l'anthropologie et de la sociologie pragmatiste.

Ces *communs négatifs* peuvent prendre la forme d'infrastructures. Il s'agira alors de choisir par l'enquête de les maintenir le temps nécessaire, quand cela fait sens (par exemple un site de stockage de déchets nucléaires) pour ensuite les démanteler quand cela sera possible et fondé démocratiquement, et enfin, si c'est possible, de restaurer et régénérer les écosystèmes affectés (par exemple les rivières et les sols pollués). Ces infrastructures pouvant être vues comme des ruines, *ruinées* quand il s'agit effectivement d'infrastructures abandonnées, *ruineuses* (Monnin, 2023) quand elles sont encore en activité et auxquelles il faudrait renoncer pour éviter de détériorer encore davantage l'habitabilité des mondes. Au-delà des infrastructures, ces *communs négatifs* peuvent également être des écosystèmes pollués, des systèmes culturels toxiques, des clichés et métaphores tout à la fois omniprésents et inopérants, etc... La redirection écologique propose une méthode pour opérer ces renoncements : celle de l'enquête pragmatique fondée sur l'héritage de la sociologie pragmatique. L'objectif est de s'affranchir de la brutalité et de l'exclusion d'une action conçue depuis une posture surplombante de l'expertise (financière, environnementale ou autre) ou de la charge de l'action publique, pour préférer la démocratie et l'inclusion des personnes affectées par ces renoncements en tant que expertes de leurs attachements.

Ainsi la redirection écologique nous invite à fermer, renoncer et démanteler certains *communs négatifs*, à freiner et ne pas faire advenir de possibles *ruines ruineuses* (par exemple la 6G, un nouvel autoroute, un nouveau forage pétrolier, etc...), à revaloriser, restaurer et maintenir des héritages nécessaires et ou désirables et enfin à créer, imaginer et inventer des techniques et organisations sociales compatibles avec les limites planétaires. La redirection écologique est une invitation pragmatique à tracer un chemin, plus qu'une destination, en fondant la décision et l'action sur des approches sensibles, sociales et démocratiques, instruites par des travaux scientifiques pluridisciplinaires.

1.2 Rapide panorama sur la notion de sobriété

Ce chapitre emprunte son nom au rapport de l'ADEME de 2019 (Cézar & Mourad, 2019). Ce rapport étudie les racines de la sobriété depuis les traditions philosophiques et religieuses anciennes jusqu'à une vision de la sobriété comme un enjeu de justice environnementale. Il cite des acteurs hétérogènes, comme négaWatt, Virage Énergie mais également Pierre Rabhi, qui pluralisent et actualisent le sens de la sobriété dans le temps. L'absence de définition commune en 2019 est analysée comme étant une force et une faiblesse : une force car cela permet au concept de s'adapter à différents contextes et donc à se diffuser largement (par exemple de négaWatt jusqu'au gouvernement Macron), et une faiblesse car par la réappropriation, son sens et sa force peuvent être détournés, déviés, déformés ou vidés.

Cette absence est néanmoins comblée en 2022 avec la sortie du 6e rapport du GIEC, dans le rapport complet du volet 3 consacré à l'atténuation, page 101⁵, on peut y lire :

“Sufficiency differs from efficiency: sufficiency is about long-term actions driven by non-technological solutions, which consume less energy in absolute terms; efficiency, in contrast is about continuous short-term marginal technological improvements. Sufficiency policies are a set of measures and daily practices that avoid demand for energy, materials, land and water while delivering human well-being-for-all within planetary boundaries.”

Yamina Saheb, économiste qui a contribué à rédiger ce volet 3 du 6e rapport du GIEC, a partagé dans différents médias son travail pour proposer cette définition dans un rapport scientifique international. Elle partage volontiers ses inspirations, principalement françaises (on retrouve négaWatt et l'ADEME) et un peu internationale comme *Logic of Sufficiency* de Thomas Princen (Princen, 2005). Elle résume la définition ainsi⁶ :

*“La sobriété repose sur quatre piliers. Ce sont des **politiques publiques et des pratiques du quotidien** – les secondes étant induites par les premières – qui **évitent en amont la demande en ressources naturelles, qui garantissent le bien-être de tous, une vie décente pour tous, et qui s'inscrivent dans le respect des limites planétaires et non pas seulement du budget carbone.**”*

⁵ Le 6e rapport du GIEC, volet 3 est consultable en ligne (en anglais seulement à l'heure où sont écrit ces lignes) ici : <https://www.ipcc.ch/report/sixth-assessment-report-working-group-3/>

⁶ Les propos de Yamina Saheb consultable sur le média novethic : <https://www.novethic.fr/non-classe/39554>

Notons déjà une différence entre les langues, le terme sobriété est préféré en français et celui de *sufficiency* en anglais, nous reviendrons sur cette différence dans un chapitre dédié (1.5.5). Au fur et à mesure des publications, des rapports et des travaux sur la sobriété, nous notons que le concept tend à se distinguer de plus en plus de l'efficacité, tout en conservant une zone de recouvrement, une sorte de continuum en particulier aux échelles collectives, quand il s'agit de qualifier les pratiques et les politiques de sobriété comme on peut le voir dans la Figure 4 du rapport *Impulser une politique de sobriété sur mon territoire* (ADEME et al., 2023, p. 13) qui représente la grille d'analyse appliquée à la mobilité :

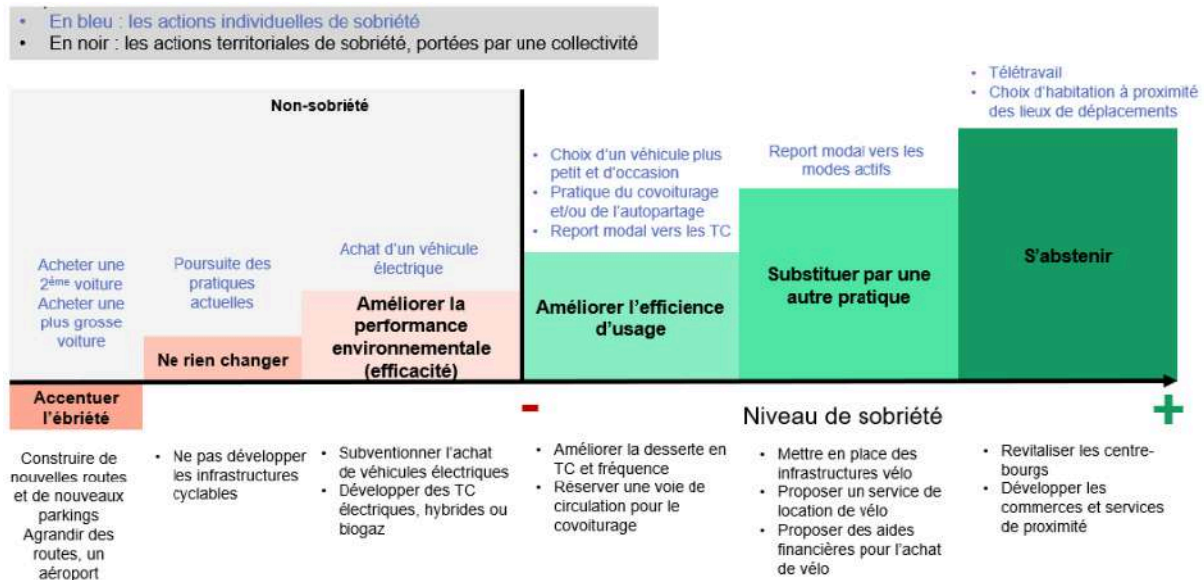


Figure 4 : Grille d'analyse des pratiques dans une perspective de sobriété. Exemple : pratiques de mobilité

On notera dans cette figure que les termes efficacité et efficience sont distingués et utilisés bien que non définis. Dans la suite de ce travail, nous ne ferons pas de distinction entre efficacité et efficience, ce qui ne signifie pas qu'il n'y en a pas⁷. D'ailleurs l'efficacité est clairement positionnée en tant que "non-sobriété" dans cette figure, là où l'efficience est positionnée davantage du côté de la sobriété. Néanmoins, cette distinction se retrouve rarement dans la littérature et encore plus rarement précisément définie. L'efficacité est souvent utilisée comme synonyme d'"amélioration de la performance environnementale" (ou énergétique), pourtant, d'après le modèle de performance de Gibert issu des sciences de gestion et de la performance organisationnelle, elle n'est pas l'unique composante de la performance. Ce modèle propose que la performance est le résultat du triptyque de "la pertinence (le rapport entre les objectifs initiaux et les ressources acquises pour les atteindre), [de] l'efficience (le rapport entre les résultats obtenus et les ressources utilisées) et [de] l'efficacité (le rapport entre les résultats obtenus et les objectifs initiaux)"⁸. Ceci fait apparaître la question des objectifs initiaux, dans le cas de l'exemple sur la mobilité de la figure ci-dessus : est-ce que l'objectif initial est d'améliorer l'usage ou l'objet technique ? C'est sur cette question de l'usage que la bascule entre non-sobriété et sobriété s'opère sur cette figure. Aux échelles collectives, quand l'usage n'est pas directement à la main des

⁷ Nous remercions ici Jérôme Cuny pour sa relecture attentive

⁸ Citation de la page wikipedia

https://fr.wikipedia.org/wiki/Gestion_de_la_performance_organisationnelle décrivant le modèle de Gibert.

individus même (la construction d'une piste cyclable, ou la rénovation d'un immeuble collectif) l'efficacité et l'efficience ne sont pas facilement distinguables car plusieurs objectifs peuvent co-exister. Cette différence entre efficacité et efficience n'étant pas clairement faite dans la littérature existante, nous garderons uniquement le terme d'efficacité.

Une autre chose ressort clairement dans cette figure : à l'opposé de la sobriété se trouve l'ébriété de nos modes de fonctionnement. Le rapport donne les exemples de la surabondance, de l'artificialité, et du culte de la vitesse. On retrouve la contribution de Virage Énergie sur la sobriété énergétique et ses six axes stratégiques⁹ :

1. *De la surabondance à la suffisance matérielle*
2. *De la centralisation à la relocalisation*
3. *De la propriété aux services partagés*
4. *Du travail salarié aux activités gratuites*
5. *Du culte de la vitesse à la mobilité économe*
6. *De l'artificialité à l'adéquation nature-culture*

L'opposition à l'ébriété trace des convergences entre sobriété et redirection écologique à travers certains héritages négatifs comme la surabondance et le culte de la vitesse. Bruno Villalba dans son livre *Politiques de sobriété* (Villalba, 2023) plaide pour appréhender la sobriété "comme mesure de la limite" (plutôt que "comme outil de l'efficacité"). Il nous offre la rampe de lancement pour explorer ce que la redirection écologique pourrait apporter à la sobriété, ce qui est l'objet de cette première partie.

1.3 La sobriété fait irruption dans le débat public en France en 2022

En parallèle aux travaux associatifs et scientifiques sur le concept de sobriété, le terme est apparu dans la loi depuis 2015 n°2015-992 relative à la transition énergétique¹⁰. Il a ensuite fait irruption dans le débat public en France à l'été 2022, en particulier dans un contexte de risque de rupture dans l'approvisionnement en gaz et en électricité du pays au cours de l'hiver 2022-2023¹¹. Un renversement très rapide de posture face à l'urgence notamment des PDG d'Engie, EDF et TotalEnergies dans une tribune du 26 Juin 2022 dans Le Journal du Dimanche¹² qui appelaient à une "sobriété d'exception". Les dirigeants politiques ont

⁹ Consultable en ligne depuis ce lien : <http://www.VirageEnergie.org/fiches-pedagogiques/la-sobriete-energetique/>

¹⁰ Loi n° 2015-992 du 17 août 2015 relative à la transition énergétique pour la croissance verte : https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/article_jo/JORFARTI000031044393

¹¹ Le risque de rupture d'approvisionnement en gaz est principalement dû à la sortie rapide de l'Europe du gaz Russe en représailles à la guerre en Ukraine. Pour l'électricité, il faut ajouter le problème de disponibilité du parc nucléaire français (maintenance, problème générique de corrosion), le faible taux de remplissage des barrages hydroélectriques lié à la sécheresse de l'été 2022, ainsi que le retard pris par la France dans le développement des énergies renouvelables (voir le numéro de septembre 2023 d'Alternatives Économiques)

¹² Pour être précis, la tribune mentionne trois fois le terme de sobriété : "sobriété d'urgence", "sobriété d'exception" et enfin "pour atteindre cette sobriété dans la durée sans affecter significativement nos modes de vie". Cette dernière mention, nous fait penser que les auteurs de cette tribune parlent davantage de sobriété en tant que réduction des gaspillages et d'efficacité, et non de sobriété en tant que changement structurel de nos modes de vie. *Le prix de l'énergie menace notre cohésion*, par les patrons d'Engie, EDF et TotalEnergies, 2022. *lejdd.fr* [en ligne]. [Consulté le 15 février 2024].

emboîté le pas à travers “la fin de l’abondance” actée par le Président de la République le 24 Août 2022¹³, puis le plan de sobriété énergétique du gouvernement du 6 Octobre 2022¹⁴, ainsi que son acte 2 en Juin 2023¹⁵, encore enrichi en Octobre 2023 : “Sobriété énergétique : un an après, on continue !”¹⁶. On notera des limites et des contradictions dans ces appropriations que nous pensons être à la fois le résultat d’un manque de définition scientifique claire que nous avons évoquée précédemment et à la fois le résultat d’une appropriation sous le coup de l’urgence¹⁷ et contradictoire avec l’idéologie économique dominante issue du consensus de Washington¹⁸.

D’abord la sobriété est essentiellement énergétique et le plan ne distingue pas clairement sobriété et efficacité¹⁹, distinction pourtant disponible à l’époque de la rédaction du plan de sobriété à travers les travaux de l’ADEME. Ensuite “la sobriété d’exception” et la précipitation face aux craintes de ruptures gazières et électriques, nous font pencher davantage vers un plan d’urgence anti-gaspillage plutôt que vers un réel plan de sobriété qui nécessite des investissements et de l’anticipation, nous y reviendrons. Enfin, le slogan de la campagne de communication gouvernementale du plan, “chaque geste compte”, et les premières mesures mettent l’emphase sur “les petits gestes” et sur l’individualisation sans avoir de caractère réglementaire (ce ne sont que des recommandations mais nullement des obligations), là où les scientifiques et associations qui travaillent de longue date sur le concept de sobriété (comme négaWatt²⁰ ou Virage Énergie) mettent l’emphase sur la nécessité d’impulser de véritables politiques de sobriété.

Nous inscrivons ce travail dans la continuité des nombreux travaux cités précédemment, en particulier ceux de l’ADEME. Dans la continuité du rapport *Politiques territoriales de sobriété*

Disponible à l’adresse :

<https://www.lejdd.fr/societe/tribune-le-prix-de-lenergie-menace-notre-cohesion-par-les-patrons-dengie-edf-et-totalenergies-9401>

¹³ Emmanuel Macron prévient les Français de « la fin de l’abondance » et « de l’insouciance », 2022.

Les Echos [en ligne]. [Consulté le 15 février 2024]. Disponible à l’adresse :

<https://www.lesechos.fr/politique-societe/emmanuel-macron-president/emmanuel-macron-previent-les-francais-de-la-fin-de-labondance-et-de-linsouciance-1783449>

¹⁴ Sobriété énergétique : un plan pour réduire notre consommation d’énergie, [sans date]. *Ministère de la Transition Écologique et de la Cohésion des Territoires* [en ligne]. [Consulté le 15 février 2024].

Disponible à l’adresse :

<https://www.ecologie.gouv.fr/sobriete-energetique-plan-reduire-notre-consommation-denergie>

¹⁵ Plan sobriété, acte 2 : la mobilisation se poursuit, [sans date]. *Ministère de la Transition Écologique et de la Cohésion des Territoires* [en ligne]. [Consulté le 15 février 2024]. Disponible à l’adresse :

<https://www.ecologie.gouv.fr/plan-sobriete-acte-2-mobilisation-se-poursuit>

¹⁶ Sobriété énergétique : un an après, on continue !, [sans date]. *Ministère de la Transition Écologique et de la Cohésion des Territoires* [en ligne]. [Consulté le 15 février 2024]. Disponible à l’adresse :

<https://www.ecologie.gouv.fr/sobriete-energetique-apres-continue>

¹⁷ L’intervention de Paul Bonnetblanc, chef de projet efficacité énergétique au Ministère de l’Environnement, à la journée de la redirection écologique 2024 confirme cette bascule en juin 2022 à la 38e min de cette vidéo :

<https://peertube.designerethiques.org/w/wS52e4yoKQJno1MdbkynZE>

¹⁸ Lire à ce propos l’article de Dominique Méda publié dans le journal *Le Monde*, consultable à cette adresse :

https://www.lemonde.fr/idees/article/2023/03/04/dominique-meda-l-intervention-de-l-etat-a-peu-a-peu-ete-decredibilisee-et-mise-au-service-du-marche_6164112_3232.html

¹⁹ Nous reviendrons plus loin sur la distinction entre efficacité et sobriété

²⁰ Sobriété : négaWatt présente ses propositions chiffrées, [sans date]. *Association négaWatt* [en ligne]. [Consulté le 21 octobre 2023]. Disponible à l’adresse :

<https://negawatt.org/sobriete-propositions-chiffrees>

- *TERSOB*²¹ d'Octobre 2021 qui pose les éléments de définition et de méthode, l'ADEME a publié en Novembre 2023 *Impulser une politique de sobriété sur mon territoire*²². Ce dernier a le mérite d'apporter des clarifications à certaines limites et contradictions pointées ci-dessus et d'intégrer les propositions de négaWatt sur les dimensions de la sobriété (d'usage, conviviale ou coopérative, dimensionnelle et structurelle)²³, tout en conservant des pistes d'amélioration. Étant le plus récent rapport disponible à l'heure du commencement de ce travail, et postérieur à la définition de la sobriété proposée par le sixième rapport du GIEC, nous le prendrons comme objet d'étude pour extraire les consensus et les limites du concept de sobriété.

1.4 Consensus et limites du concept de sobriété

Cette publication de Novembre 2023 est un guide pour "développer un savoir et des méthodes pour amplifier la sobriété" pour des collectivités. Il résulte de recherches, d'analyses et de retours d'expériences menés par l'ADEME. Il nous servira de point de départ pour explorer ensuite ce que la redirection écologique peut apporter au concept de sobriété.

1.4.1 La sobriété est nécessaire

Nous avons évoqué les limites et contradictions des appropriations politiques, en particulier du plan de sobriété du gouvernement. Il convient également de se réjouir de cette normalisation, la sobriété promue de longue date par des associations est enfin reconnue comme nécessaire dans les politiques publiques, alors que jusqu'à l'été 2022, la grande majorité des politiciens ignorait, rejetait ou tout simplement évitait ce terme.

Pour définir le caractère nécessaire de la sobriété, cette publication s'appuie principalement sur la nécessité de "réduire les émissions [CO₂] d'un facteur 5 entre 2015 et 2050" mais également la nécessité de réduire la consommation de ressources en prenant l'exemple de "la production mondiale annuelle d'acier [qui] a été multipliée par 3,2 entre 1970 et 2020" (ADEME et al., 2023, p. 9-10). Dans l'encadré page 10, il est également remarqué que "les émissions de CO₂ liées à l'énergie ont diminué de 19% en France entre 1990 et 2019" et que l'essentiel "provient de leviers techniques". De plus, "les évolutions d'usages ont limité ces réductions d'émissions, voire les ont compensées dans certains secteurs : la surface totale des logements augmente, on transporte davantage de marchandises, les voitures sont moins remplies et plus nombreuses...". Enfin, l'encadré conclut : "Pour atteindre les ordres de grandeur de réduction suffisants pour atteindre les objectifs fixés, il est donc nécessaire d'activer à la fois des leviers de sobriété et d'efficacité. Sans cela, il apparaît impossible d'atteindre une réduction suffisante."

²¹ VIRLOUVET, Gaël, TEHOP, THIBAUT, Nicolas, Projets et Territoires, 2021. *Politiques territoriales de sobriété, Éléments de méthode. Phase 3 de l'étude « La sobriété dans les démarches territoriales : État des lieux, besoins, soutiens de l'ADEME »*. 80 pages.

²² ADEME, HUTHWOHL, Sacha, TEHOP, THIBAUT, Nicolas, PROJETS ET TERRITOIRES, CORRE, David et VIRLOUVET, Gaël, 2023. *Impulser une politique de sobriété sur mon territoire. Méthode, exemples et outils pour les collectivités locales*. . 2023. pp. 61. Disponible à l'adresse : https://librairie.ademe.fr/cadic/8293/ADEME_methode-politique-sobri_t_-territoire-guide.pdf

²³ Voir en particulier l'annexe 6 page 33 du rapport *Ibid*

La polémique autour de la [campagne publicitaire des “dévendeurs”](#) de l’ADEME de Novembre 2023²⁴ nous donne à voir l’appropriation forcée du concept par nos dirigeants politiques. En effet, la campagne des dévendeurs promeut à la fois du mieux et du moins, là où la doctrine politique du gouvernement Macron est opposée à toute promotion “du moins” et souhaite orienter la sobriété vers du “mieux consommer”. En attendant, la sobriété s’impose dans les discours et dans les politiques publiques de l’État et des collectivités, y compris une sobriété du moins “comme mesure de la limite” (Villalba, 2023). Il reste à continuer de travailler le concept pour lui donner davantage de consistance, des exemples de pratiques, des retours d’expériences et ainsi éviter de réduire la sobriété à :

- un synonyme de l’efficacité énergétique,
- une mesure anti-gaspillages,
- une austérité forcée,
- une somme de gestes individuels,
- ou une combinaison des items précédents.

1.4.2 La sobriété est un cheminement collectif

Dans cette publication de 2023 et dans la continuité des précédents travaux, la sobriété est définie comme relative. Une pratique ou une politique pouvant être qualifiée de plus sobre qu’une autre, mais jamais sobre en tant que telle. La sobriété est un cheminement collectif. Ce rapport nous en propose trois étapes (ADEME et al., 2023, p. 7) :

1. *Questionner nos besoins*
2. *Les satisfaire en limitant l’impact environnemental*
3. *Faire évoluer nos modes de vie (et donc nos pratiques) à l’échelle individuelle & collective*

1.4.3 La sobriété et l’efficacité sont différentes et complémentaires

La sobriété se distingue de l’efficacité par le questionnement des besoins et le changement des pratiques. Efficacité et sobriété se complètent de façon vertueuse, l’objectif serait d’arriver à tenir les deux ensemble : changer nos pratiques tout en optant pour des techniques et technologies efficaces.

1.4.4 Le contraire de la sobriété est l’ébriété

Comme nous l’avons déjà évoqué dans le rapide panorama, l’ébriété est le contraire de la sobriété. L’ébriété peut se définir par une certaine démesure dans “les moyens employés pour répondre au besoin” ou dans “l’encouragement à de nouvelles consommations” selon cette publication.

Le terme d’ébriété habituellement utilisé dans le lien aux addictions, en particulier à l’alcool, est tout à fait à propos dans notre rapport à la marchandise, qu’elle soit énergie, vêtement, meuble, matière. En effet, dans son livre *Les besoins artificiels*, Razmig Keucheyan parle de “l’addiction à la marchandise” (Keucheyan, 2023) et trace les liens de parenté entre le

²⁴ Nouvelle campagne de communication – ADEME. <https://epargnonnosressources.gouv.fr/> [en ligne]. [Consulté le 15 février 2024]. Disponible à l’adresse : <https://epargnonnosressources.gouv.fr/actualites/nouvelle-campagne-communication/>

fonctionnement des alcooliques anonymes, et ceux des débiteurs anonymes apparus dans les années 1970 aux États-Unis.

Néanmoins, il s'agit de rester vigilant dans les analogies entre addictions, alcoolisme et sur-consommation. En effet, nous voyons deux dérives dans cette analogie : le renforcement d'un certain validisme et l'assimilation de la sobriété à l'abstinence.

Le validisme est un système qui prend le fait d'être valide pour la norme et par conséquent génère une "discrimination systémique subie par les personnes handicapées"²⁵. Ainsi à trop utiliser l'analogie entre une addiction considérée comme déviante, et la sobriété assimilée à une nouvelle norme, nous risquons de renforcer le validisme déjà très présent dans nos sociétés. De la même manière, comparer l'effort de sobriété à un régime minceur peut renforcer le validisme en stigmatisant les personnes en surpoids. Enfin, l'analogie entre l'addiction et l'ébriété peut renforcer l'idée que la sobriété serait l'abstinence, le sevrage ou l'ascèse. Or la sobriété n'est pas l'abstinence selon Victor Petit dans un texte personnel non encore publié sur "la sobriété n'est pas" (Petit, s. d.) :

« Qu'est-ce que vous inspire le mot « sobre » ? La plupart des personnes vous répondront qu'il s'agit d'un état contraire à celui d'« alcoolisé ». Mais le contraire n'est pas le contradictoire, et la sobriété a en réalité deux contraires et non un : l'ivrogne d'une part, l'ascétique d'autre part. La sobriété n'est pas l'ivresse, c'est plutôt la volonté de faire durer une légère ébriété. La sobriété n'est pas non plus l'abstinence, c'est plutôt la volonté de faire durer le plaisir. Étymologiquement, en effet sobrius est une mesure à vin. Tout cela, Thomas d'Aquin l'a déjà parfaitement formulé : « L'usage du vin est affaire de modération. Le vin réchauffe et réjouit, on en donne aux faibles pour les conforter et aux malades enfiévrés. La sobriété n'est pas l'abstinence, c'est la mesure de cette boisson délicieuse. »²⁶

1.4.5 La sobriété n'est pas que énergétique

Nous l'avons vu, l'irruption du terme dans la sphère publique s'est faite sous la contrainte énergétique à l'été 2022. Les plans de l'année 2023 et les discours ont eu tendance à considérer surtout la dimension énergétique de la sobriété, l'exception a été celle du "plan eau" et ses 53 mesures²⁷. Mais la publication de l'ADEME, en cohérence avec la définition apportée par le sixième rapport du GIEC, invite à considérer la sobriété comme une approche globale qui concerne de multiples ressources naturelles : énergie, eau, ressources matérielles, espace, etc. Dans ce travail, la sobriété sera considérée comme globale et multi-thématique.

1.4.6 Des politiques de sobriété aux pratiques individuelles (et non l'inverse)

La deuxième partie de cette publication partage des outils et grilles d'analyse pour classer des pratiques de sobriété (ADEME et al., 2023, p. 12 Tableau 1) et ainsi facilement identifier un niveau de sobriété comme le présente la Figure 4 du rapport *Impulser une politique de sobriété sur mon territoire* (ADEME et al., 2023, p. 13) déjà présentée ci-dessus. L'ADEME

²⁵ Définition par le collectif les Dévalideuses. Disponible à l'adresse : <http://lesdevalideuses.org/>

²⁶ Victor Petit, *La sobriété n'est pas*, communication personnelle

²⁷ Les 53 mesures du plan eau sont consultables en ligne :

<https://www.info.gouv.fr/preservons-notre-ressource-en-eau/les-53-mesures-du-plan-eau>

invite à réconcilier les dynamiques individuelles et collectives et place la collectivité en facilitation des pratiques de sobriété. On notera que les dimensions les plus structurelles de la sobriété s'inscrivent dans des stratégies long terme et ne peuvent pas être uniquement de la sobriété "d'exception".

1.4.7 La sobriété face à la précarité : l'exigence d'équité et d'inclusion

Cette publication présente ensuite de nombreux cas concrets et d'exemples inspirants. La cinquième partie partage les clés pour "créer une culture de la sobriété" : faire naître et partager, valoriser les actions de sobriété menées, lever les craintes et construire un récit. Cependant face à la précarité, elle peut faire l'objet de tensions sociales, on peut y lire :

"La précarité est un sujet réel et important. La sobriété « subie » ou « contrainte » n'est souhaitable à personne. Pour autant, la sobriété est acceptable du point de vue des plus précaires, pour qui la lutte contre le gaspillage et le superflu est une pratique habituelle, à deux conditions : que l'effort soit équitablement réparti et que les personnes concernées soient associées à la réflexion sur leurs besoins et la manière d'y répondre." (ADEME et al., 2023, p. 30)

1.4.8 Des clarifications et des limites

Cette publication a le mérite de dépasser les limites et contradictions du plan de sobriété pointées en préambule, en particulier :

- sur la différence et complémentarité avec l'efficacité,
- sur la dimension "multiples ressources naturelles" de la sobriété,
- sur le rôle de facilitation des collectivités pour déployer la sobriété au-delà des petits gestes individuels,
- sur l'exigence d'équité et d'implication face à la précarité.

Cependant, grâce à la redirection écologique, nous aimerions dépasser d'autres limites de ces derniers travaux.

D'abord, la notion de "besoins" est centrale dans de nombreux travaux, bien que les moyens pour les satisfaire soient clairement séparés dans la démarche proposée du rapport de 2023, il n'est partagé aucune définition d'un besoin : jusqu'où est-il légitime de les questionner ? Lesquels seront considérés comme essentiels ou superflus ? Par qui et pour qui ? Nous pensons que la sociologie pragmatiste (Hennion, 2004), sur laquelle la redirection écologique se fonde, peut aider à dépasser ces questions, et à proposer une méthode pour ce faire.

Ensuite, la précarité est qualifiée de “sobriété subie” ou “contrainte”. Nous préférons ne pas utiliser les termes de sobriété subie ou contrainte, pour classer la sobriété uniquement du côté de l’action volontaire, consentie et facilitée. Cela nous paraît nécessaire si l’on veut explorer la question de la désirabilité de la sobriété. Ainsi la “sobriété subie” ou “contrainte” n’existe pas dans nos travaux, nous appelons cela “pauvreté” ou “précarité”. C’est le lieu où politiques de sobriété font se rencontrer enjeux environnementaux et enjeux sociaux. C’est un défi pour l’écologie dominante, c’est-à-dire pensée depuis des perspectives privilégiées, un défi pour penser et agir depuis un “déjà-là écologique des classes populaires” (Grenier, 2023).

Nous souhaitons également articuler la sobriété avec une *politique des renoncements* (Monnin, 2023) et *héritages et fermeture* (Bonnet et al., 2021) qui ne sont que superficiellement cités dans la publication de l’ADEME, notamment pour “lutter contre l’ébriété” et réciproquement la sobriété étant superficiellement abordée dans la redirection écologique. Nous pensons que sobriété et redirection écologique peuvent être plus fertiles que cela.

Enfin, nous proposons une distinction entre sobriété et suffisance et entre sobriété (chemin du trop vers le suffisant) et modes de vie décents (destination souhaitable). Notre objectif est de proposer un peu de clarté dans l’utilisation du terme sobriété qui est souvent utilisé indifféremment entre chemin et destination. Cette confusion nous semble source d’imprécisions.

1.5 Nos propositions pour dépasser les limites identifiées

1.5.1 Un tableau comparatif entre sobriété, efficacité et austérité

Dans le but de continuer à préciser les différences entre sobriété, efficacité et austérité, nous proposons ce tableau comparatif :

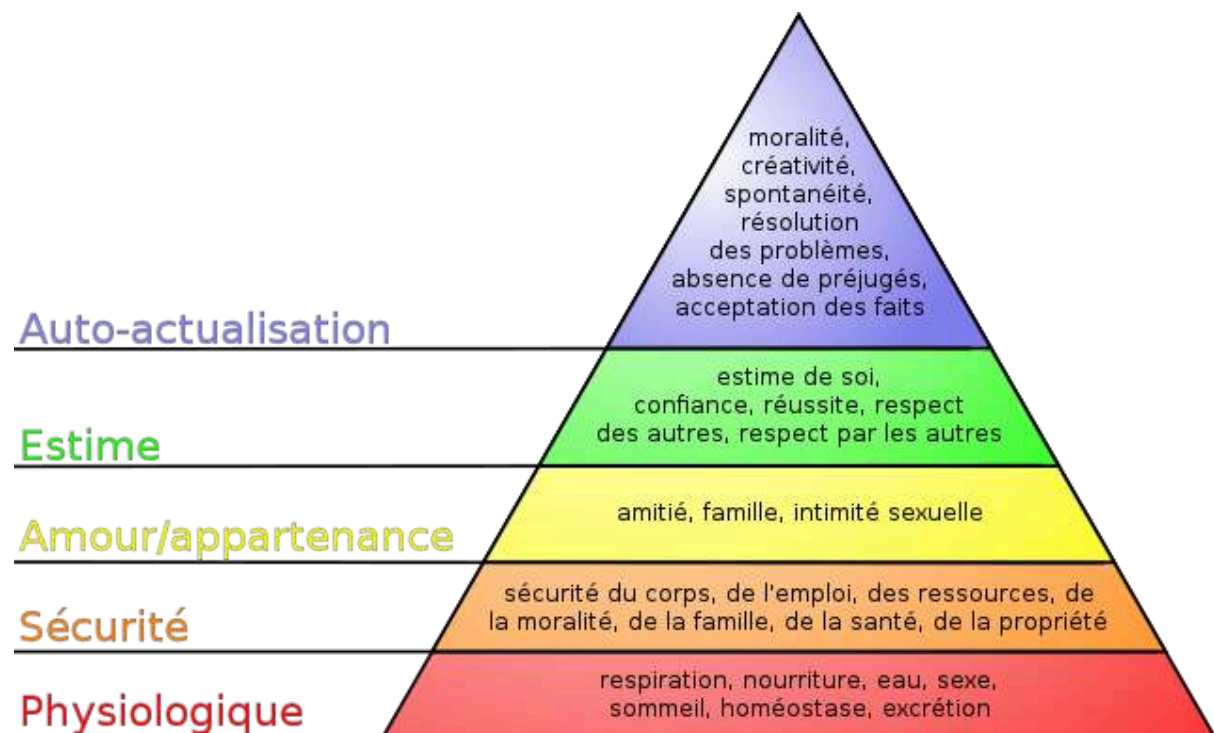
	Sobriété	Efficacité	Austérité
Rapport à la consommation des ressources	Moins volontaire (d'énergie, de matière, de sol, d'eau)	Meilleur volontaire (usage d'énergie, de matière, de sol, d'eau)	Contraint par le contexte
Rapport à l'argent	Investissements utiles et économies certaines	Investissements nécessaires et économies incertaines	Contraction économique
Rapport au collectif	Démocratique et invite à tisser des liens sociaux, peut être une opportunité pour réduire les inégalités	Absent car principalement technique	Centralisée dans l'urgence et risque d'amplification des inégalités
Rapport à la conception	Au niveau des pratiques individuelles : esprit de la débrouille Au niveau des pratiques collectives : esprit de l'aménagement territorial et du design	Esprit de l'ingénieur et de l'optimisation	Esprit de l'administration, dans l'urgence et de façon descendante
Rapport aux risques	Anticipation et réduction des risques	Anticipation des risques mais avec risques d'effet rebond	En réaction aux risques
Rapport aux pratiques	Les pratiques changent	Les pratiques ne changent pas	Les pratiques sont contraintes
Rapport au temps	Anticipée	Organisée	À la dernière minute

1.5.2 Passer des besoins aux attachements

Le terme “attachements” est central dans la redirection écologique. Il est emprunté à la sociologie pragmatique et en particulier aux travaux d’Antoine Hennion (Hennion, 2004). Le passage des “besoins” aux “attachements” a pour objectif de dépasser les limites et risques des “besoins” et à proposer l’enquête comme méthode pour les explorer et les questionner.

Les limites et risques du concept des “besoins”

Quand on veut définir “les besoins”, il est assez fréquent en dehors des sociologues et des ergonomes, que “la pyramide de Maslow” soit évoquée en entreprise comme dans les communautés *low-tech*.



Représentation de la pyramide de Maslow, source de l'image : [A3nm](https://www.a3nm.com/), [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/), via Wikimedia Commons

Cependant le travail de Maslow est largement critiqué et critiquable²⁸, bien que encore utilisé notamment en management et en design. La publication *Impulser une politique de sobriété* de l'ADEME (ADEME et al., 2023), sur laquelle nous nous sommes appuyés pour identifier les consensus, s'appuie sur le concept de besoin, sans le définir. Elle laisse donc la place à une interprétation “à la Maslow” que nous trouvons préjudiciable.

²⁸ Voir par exemple ROUSSILHE, Gauthier, 2022. Les besoins essentiels de la low-tech | Gauthier Roussilhe. [en ligne]. 20 mai 2022. [Consulté le 15 février 2024]. Disponible à l'adresse : <https://gauthierroussilhe.com/articles/les-besoins-essentiels-de-la-low-tech>.

Pourtant, le concept de “besoin” a été approfondi, notamment en séparant les besoins des moyens pour les satisfaire. Gauthier Roussilhe mentionne par exemple la matrice des besoins fondamentaux de Manfred Max-Neef²⁹. Antoine Martin et Clément Colin³⁰ se réfèrent quant à eux aux travaux de Reeve (Reeve, 2017) pour distinguer deux niveaux de besoins :

Niveau fondamental	Niveau pré-comportemental et élaboré
Besoins biologiques	Besoins acquis ou besoins sociaux
Besoins pragmatiques	
Besoins psycho-sociaux	

Ils s'appuient sur le livre “Le bug humain”³¹ (Bohler, 2020) pour définir les besoins biologiques qui permettent la survie physique :

- Manger
- Se reproduire
- Acquérir du pouvoir
- Minimiser la consommation d'énergie
- Collecter de l'information

Les besoins pragmatiques sont nécessaires pour la qualité de l'interaction et issus de la thèse d'Antoine Martin (Martin, 2021) :

- Utilité
- Accessibilité
- Utilisabilité

Les besoins psycho-sociaux permettent le bien-être, basés sur la théorie de l'auto-détermination de Ryan & Deci³² :

- Relation aux autres
- Compétence
- Autonomie

Les attachements, qu'il nous reste à définir, étant plus proches des niveaux pré-comportemental et élaborés selon Antoine Martin et Clément Colin.

Enfin, ils proposent une définition claire d'un besoin :

“Un besoin est une relation nécessaire entre un individu et son environnement, souvent ressentie comme un manque ou une tension consciente.”

²⁹ Ibid

³⁰ Antoine Martin et Clément Colin ont été enseignants pendant l'année 2023-2024 du Msc [Strategy & Design for the Anthropocene](https://www.sentier-ergonomie.fr/a-propos/), leurs travaux sont consultables sur leur site <https://www.sentier-ergonomie.fr/a-propos/>

³¹ Nous gardons la référence utilisée par Antoine Martin et Clément Colin tout en ayant conscience que cet auteur et cet ouvrage sont très contestés, voir par exemple cette page web : <https://bonpote.com/la-faute-a-notre-cerveau-vraiment-les-erreurs-du-bug-humain-de-s-bohler/>. Néanmoins la critique ne porte pas sur la définition des besoins biologiques cités par Antoine Martin et Clément Colin, nous avons donc décidé de conserver leur référence initiale.

³² Extrait de l'article écrit par Antoine Martin et Clément Colin consultable en ligne : <https://lowtechlab.org/fr/actualites-blog/tribune-ergonomie-pour-les-low-tech>

Leur définition du satisfacteur, en tant que moyen pour satisfaire un besoin est la “réponse technologique à un besoin”.³³

Pour revenir sur l'étape de “questionner le besoin” que la publication de l'ADEME propose comme point de départ d'une démarche de sobriété, on se rend vite compte que questionner un besoin au niveau fondamental ne fait pas de sens sauf à mettre en danger la survie physique, le bien-être ou l'interaction. Peut-être que l'ADEME propose de questionner le moyen pour le satisfaire ? Cependant, “questionner le moyen pour le satisfaire” nous semble plus proche de la seconde étape de la démarche proposée par le rapport de 2023 : “Les satisfaire en limitant l'impact environnemental” (cf le chapitre 1.4.2 *La sobriété est un cheminement collectif*). Il reste donc à prendre l'hypothèse que cette démarche nous invite à questionner un niveau supérieur du besoin et non son niveau fondamental. À ce stade de notre enquête, “questionner le besoin”, pourtant central dans la démarche de l'ADEME, nous apparaît de plus en plus flou.

La référence aux besoins dans toute incitation à la sobriété fera inévitablement advenir le débat sur les besoins vitaux ou essentiels, ce qui pose un problème de définition et d'inclusion : qui définit l'essentialité du besoin pour qui ? Un objet, une technique, peut être superflu pour les un·es et nécessaire pour les autres.

C'est notamment pour éviter ces risques d'essentialisation et d'exclusion, que la redirection écologique s'appuie sur les attachements.

Les attachements pour s'ancrer dans le social et l'inclusion

Ainsi dans ce travail, nous proposons de remplacer “les besoins” par les “attachements”, que nous pouvons à ce stade relier aux besoins de niveaux pré-comportemental et élaborés, mais aussi comme les satisfacteurs, c'est-à-dire les moyens techniques pour satisfaire les besoins.

Alexandre Monnin (Monnin, 2023) définit les attachements par :

- ce à quoi nous tenons : par exemple un statut social ou une bonne ambiance au travail, etc... Bref ces fameux besoins de niveaux pré-comportemental et supérieurs.
- ce qui nous tient : par exemple les infrastructures disponibles pour satisfaire des besoins fondamentaux, mais aussi nos héritages culturels, les dépendances financières, bref les satisfacteurs et nos héritages culturels.

Les attachements pour viser l'émancipation

La sobriété invite à la fois à revisiter la manière dont nous satisfaisons ce à quoi nous tenons pour réussir à les combler par des pratiques et techniques plus sobres, mais aussi à rediriger ce à quoi nous tenons vers des épanouissements plus intensifs (Ben Kemoun & Monnin, 2022), c'est-à-dire plus expérientiels, légers en matériaux, et nécessitant très peu d'infrastructures, comme par exemple jouer de la musique, organiser une *battle* de danse, lire un livre, se raconter des histoires, dessiner, se balader en forêt, etc... Pour des personnes au-dessus d'un seuil de richesse (qui est discuté un peu plus bas) “ce à quoi nous tenons” exige une limitation démocratique à l'aune de l'équité.

³³ Ibid

Du côté de “ce qui nous tient”, la sobriété devient rapidement politique et collective, en particulier pour toute personne en dessous du seuil de pauvreté car elle n’aura pas les moyens de changer ses contraintes. La conception sobre et accessible des infrastructures (bâtiments, routes, voies ferrées, réseaux d’eau, etc...) sera centrale. La sobriété de “ce qui nous tient” nécessitera des politiques, des investissements, des organisations. Sa désirabilité réside davantage dans ses conditions de réalisation (démocratique, négociée, inclusive, non brutale, etc...) que dans des questions de représentations. Pour le dire vite, du côté de “ce qui nous tient”, la désirabilité de la sobriété réside davantage dans sa mise en œuvre politique que dans son marketing désirable.

Pour les personnes au-dessus du seuil de pauvreté, agir à son échelle sur “ce qui nous tient” (isoler sa maison, changer de lieu d’habitation pour se passer de voiture, installer des panneaux solaires, rembourser un prêt immobilier, etc...) pour tendre à davantage de sobriété à l’avenir revient à s’adapter en évitant les maladaptations.

Et bien sûr, pour des personnes au-dessus d’un seuil de richesse, la sobriété est aussi l’occasion d’orienter son pouvoir d’agir (épargne, finance, pouvoir médiatique et politique) vers des pratiques et infrastructures sobres et d’éviter absolument les investissements verrouillant ou encourageant des pratiques d’ébriété.

L’enquête comme méthode pour explorer les attachements

Une fois définies les grandes directions des politiques de sobriété d’une collectivité, l’enquête de terrain pour explorer les attachements aux infrastructures qu’il faudra démanteler ou rediriger est la méthode pragmatique pour éviter la brutalité d’une décision d’experts, de politiciens ou de marché. Les personnes sont expertes de leurs attachements, l’enquête résout la difficile équation de l’adhésion et de l’inclusion, même si le prix à payer est de prendre le temps de l’enquête.

1.5.3 La sobriété face à la précarité : une opportunité de rencontre

?

Nous l’avons vu, dans la publication de l’ADEME, la précarité est qualifiée de “sobriété subie” ou “contrainte”, ce qui mine à nos yeux toute recherche de sobriété désirable. Nous préférons utiliser le terme de sobriété uniquement lorsque nous parlons d’action volontaire, consentie ou facilitée, que ce soit à l’échelle individuelle ou collective. Ainsi la sobriété subie ou contrainte n’existe pas dans nos travaux, nous appelons cela de la pauvreté ou de la précarité.

Nous pensons que cela fait ressortir deux enjeux de premier ordre en matière de sobriété :

1. les politiques de sobriété en tant que lutte contre l’ébriété ;
2. les politiques de sobriété en tant que valorisation d’un “*déjà-là écologique des classes populaires*” (Grenier, 2023) et des pratiques de débrouille³⁴ et de subsistance³⁵.

³⁴ Voir les travaux de Fanny Hugues brièvement présentés dans cet article

<https://reporterre.net/A-la-campagne-les-classes-populaires-sont-ecolos-sans-le-revendiquer>

³⁵ Voir les nombreux travaux du courant écoféministe, et notamment en France ceux de Geneviève Pruvost

La sobriété c'est d'abord rendre indésirable voire impossible l'ébriété

Nous l'avons vu, le contraire de la sobriété est l'ébriété. L'acceptabilité de la sobriété passe par une exigence d'équité vis-à-vis des populations aisées (difficile de demander de baisser d'1°C le chauffage quand certain·es s'autorisent à prendre un jet privé).

Il nous semble évident que le premier geste à faire est de rendre l'ébriété indésirable, parfois intolérable, voire même pour certains seuils ou certaines ressources, interdite. Mais pour mieux cibler l'ébriété, il est nécessaire de définir un seuil de richesse en complément du seuil de pauvreté. Sur ce sujet, l'Observatoire des inégalités propose de le définir à deux fois le niveau de vie médian soit environ 3 860€ par mois en 2021 pour une personne seule (pour un ménage le premier adulte vaut une part, chaque personne du ménage de plus de quatorze ans 0,5 part et de moins de quatorze ans, 0,3 part. Le seuil de richesse est donc, par exemple, de $3\ 860 \times 1,5 \text{ part} = 5\ 790$ euros pour un couple, de $3\ 860 \times 2,5 \text{ parts} = 9\ 650$ euros pour une famille avec deux adolescents), tous revenus confondus (pas uniquement le salaire) et après impôts et prestations sociales³⁶. Un seuil de richesse basé uniquement sur le niveau de vie ne permet pas de cibler correctement toutes les ébriétés, en particulier celles liées aux capitaux et aux patrimoines. Cependant, l'édition 2024 du rapport *les riches en France*³⁷ de l'Observatoire des inégalités précise : "*Rares sont les riches en patrimoine aux faibles revenus et vice versa*". Néanmoins, ce rapport propose, en complément au seuil de richesse en niveau de vie, un seuil de richesse en patrimoine fixé à trois fois le patrimoine médian (comptabilisé en brut, c'est-à-dire dettes non déduites, et par ménage) soit 531 000€ en 2021, mais il observe une très mauvaise répartition de ce patrimoine en fonction de l'âge (page 67). Ainsi, nous pensons, dans la continuité de ces travaux, que le premier geste à réaliser serait d'institutionnaliser ce seuil de richesse en niveau de vie.

Ensuite, en matière d'inégalités et de justice fiscale, les travaux d'Oxfam³⁸ proposent des premières mesures pour rendre indésirable l'ébriété. Et au-delà de ces mesures d'urgence, Ingrid Robeyns suggère un *limitarianism* (Robeyns, 2024) pour limiter l'accumulation de richesse au-delà d'environ 10 millions € de patrimoine et de 200 000€ d'héritage³⁹. Il s'agit ainsi de compléter la question des niveaux de vie décents par des limites hautes, car en effet, vivre au-dessus de certains seuils, permet un accaparement des ressources indécemment par rapport aux contraintes écologiques.

En attendant ces révolutions éthiques et fiscales, il reste à toute initiative qui prétend promouvoir la sobriété de ne pas se priver des leviers de la dénonciation collective, de la honte et de la non désirabilité de l'ébriété.

La sobriété en tant que milieu de la richesse

Nous l'avons déjà rapidement évoqué en citant le texte personnel de Victor Petit sur "La sobriété n'est pas", la sobriété a en réalité deux contraires : l'ébriété et l'ascèse. Pour le dire autrement Victor Petit nous propose :

³⁶ Voir le site internet de l'observatoire des inégalités pour la définition du seuil <https://www.inegalites.fr/Comment-definir-un-seuil-de-richesse> et le rapport sur les riches en France édition 2024 pour les données (basées sur Insee 2021).

³⁷ Rapport sur *les riches en France*, édition 2024. Sous la direction d'Anne Brunner et Louis Maurin, édité par l'Observatoire des inégalités, juin 2024. Disponible à l'adresse : <https://beta.inegalites.fr/Rapport-sur-les-riches-en-France-edition-2024>

³⁸ Voir leur site internet : <https://www.oxfamfrance.org/inegalites-et-justice-fiscale/>

³⁹ Données extraites de l'article Chancel, L. (2024). How rich is too rich? *Nature*, 629(8011), 282-283. <https://doi.org/10.1038/d41586-024-01276-1>

“Le contraire de l’excès de richesse n’est pas l’absence de richesse, c’est le milieu de la richesse. [...] être suffisamment riche pour ne pas penser à l’argent.” (Petit, s. d.)

Son propos est également confirmé par Julia Steinberger : “Sufficiency means no deprivation, but also no major excess”.⁴⁰

Nous proposons ainsi de distinguer deux chemins pour atteindre un mode de vie sobre :

- le premier serait celui de l’émancipation : sortir de la misère, sortir de la précarité et de la pauvreté pour atteindre un niveau de vie décent, se libérer également des sur-consommations aliénantes
- le second serait celui de la limitation : sortir de l’excès de richesse, quitter la démesure et se satisfaire de la juste mesure

Ce double chemin sera davantage approfondi dans le chapitre 1.5.5 discutant les différences entre sobriété et suffisance.

La sobriété en tant que valorisation des pratiques populaires

De l’autre côté du spectre des richesses, du côté des classes populaires, qu’elles soient rurales ou urbaines, les pratiques sont riches d’enseignements et d’apprentissages. C’est ce que montrent les travaux de Fanny Hugues (Hugues, 2021) et dont le média Reporterre se faisait écho dans l’article “À la campagne, les classes populaires sont écolos... sans le revendiquer”⁴¹.

C’est aussi le propos de Fatima Ouassak (Ouassak, 2023) et de Myriam Bahaffou (Bahaffou, 2022) dans leurs essais qui s’inscrivent dans la continuité de l’écologie décoloniale de Malcom Ferdinand (Ferdinand, 2024).

Ces pratiques de débrouillardises, de récupérations, de réparations, de soin, de jardinage, de conserveries, d’entraides, sont déjà là. Alors que pour la partie de la population vivant proche ou au-dessus du seuil de richesse, ces pratiques ont été perdues, oubliées, sous-traitées ou déléguées. La sobriété pourrait être une occasion de rencontres entre classes sociales éloignées et entre “suds” et “nords” pour stopper les logiques de dominations, d’écrasements et d’invisibilisations depuis trop longtemps à l’œuvre et pour visibiliser et valoriser les pratiques populaires rurales, urbaines et des suds en général.

1.5.4 Les renoncements englobent la sobriété et la dépassent

Attachements, dés-attachements, ré-attachements

Nous l’avons vu les attachements sont à la fois ce à quoi nous tenons et ce qui nous tient. En travaillant avec les attachements, la sobriété prend immédiatement deux dimensions complémentaires :

- “ce qui nous tient” : amène à travailler la dimension structurelle, les infrastructures, et exige un travail démocratique et collectif par des politiques de sobriété
- “ce à quoi nous tenons” : amène plutôt à travailler sur une sobriété dite d’usage, mais aussi de représentations culturelles pour rediriger des imaginaires attirés par l’ébriété vers des imaginaires de sobriété et de suffisance

⁴⁰ Voir Steinberger, J. (2024, juin 24). What we are up against. *Medium*. <https://jksteinberger.medium.com/what-we-are-up-against-2290ba8c4b5c>

⁴¹ Article accessible en ligne à l’adresse : <https://reporterre.net/A-la-campagne-les-classes-populaires-sont-ecolos-sans-le-revendiquer>

Dans *Politiser le renoncement*, Alexandre Monnin ajoute deux concepts complémentaires aux attachements : les dés-attachements et les ré-attachements. Le travail de dés-attachement se faisant par l'enquête plus que par l'argumentation. Les ré-attachements étant ces nouveaux attachements (nécessaires car aucun humain·e ne peut vivre sans attaches) souhaitables et soutenables, en un mot sobres, qui permettent à une personne ou un collectif de tisser des liens de sociabilité suffisant pour leur subsistance et leur bien-être.

Une piste pour une sobriété désirable pourrait être de partir des ré-attachements, par exemple les pratiques de socialisation, de jeux, de débrouillardise, de subsistance, de réparation et d'entraide citées précédemment, pour aider aux dés-attachements et ainsi réussir à tenir, en même temps, la nécessaire limitation et la souhaitable émancipation.

Hériter des communs négatifs : maintenir, restaurer, régénérer

Alexandre Monnin définit les *communs négatifs* par les *ruines ruinées* (un immeuble en ruine, une rivière polluée, un territoire contaminé comme Tchernobyl, etc...) et les *ruines ruineuses* (une nouvelle autoroute, une nouvelle plateforme pétrolière, une maladaptation, bref une infrastructure ou un mode de pensée encore à l'oeuvre aujourd'hui, vouée à un devenir ruine, tout en dégradant encore davantage l'habitabilité du monde).

La sobriété, en tant que résistance à l'ébriété, nous invite à démocratiquement ne pas faire advenir des *ruines ruineuses*, par exemple renoncer au projet de l'A69, interdire le forage de huit puits dans la forêt de La Teste-de-Buch⁴², ou encore ne pas développer la 6G.

En ce qui concerne les *ruines ruinées*, il reste à inventer des pratiques sobres pour les maintenir (notamment les centrales nucléaires en démantèlement), les restaurer (pour un bâtiment abandonné) ou les régénérer (une rivière polluée ou des sols artificialisés). La sobriété seule ne sera pas suffisante pour hériter des *communs négatifs* et atterrir collectivement dans des modes de vie décents.

Sobriété et renoncement : similarités et différences

À l'heure de l'écriture de ces lignes, le mouvement de la redirection écologique ne mentionne pas spécifiquement l'articulation entre la sobriété et les renoncements. Nous l'avons mentionné en introduction, Bruno Villalba tisse des liens entre la sobriété et le renoncement, et il nous semble que ce renoncement là est celui qui fait appel à la tempérance, à la juste mesure, et moins à la nécessité, à l'effondrement, à l'inhabitabilité de certains mondes. Dit autrement, le renoncement de *Politiques de sobriété* (Villalba, 2023) est davantage une atténuation dans le sens d'un appel à éviter l'ingérable qu'une adaptation dans le sens de la nécessité de gérer l'inévitable. Dans la redirection écologique, le renoncement va même jusqu'à un "vivre-malgré-tout" quand l'adaptation elle-même n'est plus possible (par exemple dans le cas de la disparition en cours de certaines espèces vivant dans des écosystèmes voués à disparaître comme le papillon Arverne dans le massif du Sancy). Le renoncement dont il est question dans la redirection écologique est bien les trois à la fois, et probablement davantage encore celui de la gestion de l'inévitable et du "vivre-malgré-tout" : la disparition de la neige des stations de ski, le recul du trait de côte, l'apparition d'espaces temporels inhabitables sur Terre à cause d'un couple température -

⁴² Voir <https://reporterre.net/En-Gironde-un-avis-favorable-pour-des-nouveaux-forages-petroliers>

humidité trop élevée, l'inévitable disparition d'écosystèmes, de faunes et de flores exposées à la disparition de leur milieu.

De la même manière, le rapport de l'ADEME qui nous a servi de point de départ, évoque le livre d'Alexandre Monnin plutôt sur l'angle du renoncement d'atténuation. Il s'agit donc de s'appuyer sur des lignes de convergences entre sobriété et renoncement (celle de la réduction de l'ébriété) tout en articulant les complémentarités du concept de renoncement de la redirection écologique, celui qui s'impose à nous, qui n'est plus un choix, qui est une disparition, qui est un déjà-là en conséquence des démesures passées et ineffaçables aux échelles temporelles humaines.

Comme dans ces travaux nous avons positionné la sobriété du côté du choix, volontaire, collectif et organisé, il s'agit bien des renoncements d'atténuation dont il est question, et non de ceux de la redirection écologique qui recouvrent des réalités plus larges, sur lesquelles nous n'avons plus le choix, à plus ou moins court terme. C'est probablement dans ce laps de temps qui permet à la neige d'être encore présente, moins fréquemment et moins abondamment, que renoncements d'adaptation et renoncements d'atténuation (la sobriété) se rejoignent dans un même mouvement sans pour autant être entièrement similaires. Autrement dit, renoncer au ski et à ses infrastructures alors que la neige est encore là est un geste qui relève à la fois de la sobriété et de l'adaptation, que nous pourrions qualifier de *précoce*, c'est-à-dire qui n'attend pas d'y être contraint. Bien sûr, le ski étant un loisir, le renoncement pourrait paraître plus facile, néanmoins il n'est qu'un exemple, le manque chronique d'eau en pays de Fayence a conduit en 2023 les neuf communes du canton à geler toute nouvelle demande de permis pour une durée de quatre ans⁴³, ce qui relève localement plus d'une adaptation dans l'urgence que de la sobriété. Cependant tendre vers une sobriété foncière et hydrique dès aujourd'hui dans d'autres départements dans lesquels l'eau est encore présente, mais de plus en plus en tension, relève tout à la fois de la sobriété et de l'adaptation.

1.5.5 Sobriété en tant que limitations, suffisance en tant qu'émancipations

Sobriété et suffisance : similarités et différences

Les termes de sobriété et de suffisance sont souvent utilisés de manière synonymes. Il nous semble que leurs similarités sautent aux yeux : le fait de satisfaire suffisamment les besoins sans excès, ni pas assez, ni trop, une sorte de juste-assez.

Mais en regardant de plus près, nous pouvons discerner ce qui nous semble être une différence et qui mériterait approfondissement : la suffisance pourrait être un mouvement qui permet d'atteindre une quantité suffisante en opposition au pas assez, là où la sobriété pourrait être un mouvement qui permet d'atteindre le "rien de trop"⁴⁴.

⁴³ Disponible à cette adresse :

<https://france3-regions.francetvinfo.fr/provence-alpes-cote-d-azur/var/draguignan/aucun-nouveau-permis-de-construire-durant-quatre-ans-la-mesure-choc-du-pays-de-fayence-confronte-au-manque-d-eau-2721706.html>

⁴⁴ "Rien de trop" est le titre d'une fable de Jean de La Fontaine qui critique l'attrait de l'humain "à se porter dedans l'excès", fable consultable en ligne : https://fr.wikipedia.org/wiki/Rien_de_trop

Pour le dire autrement, la sobriété pourrait être un mouvement de limitation, de contrainte collective volontaire, particulièrement vrai pour les modes de vie qui dépassent largement les limites planétaires. Là où la suffisance pourrait être un mouvement d'émancipation, de partage des richesses et des ressources, pour permettre aux plus pauvres, aux plus défavorisés de sortir de la misère et de la précarité.

Sobriété et suffisance visent l'une et l'autre, la même cible, le même espace d'atterrissage (Latour, 2017). La sobriété étant une réponse parfaite à la question "où atterrir" pour celles et ceux qui ont décollé. La suffisance pourrait être la réponse adéquate à la question que n'a probablement pas posée Bruno Latour : "Que faire pour celles et ceux qui n'ont jamais décollé ?"⁴⁵

Nous ajoutons cependant que le souci de justice sociale dont cette question se fait l'écho, ne doit pas éclipser le fait que collectivement l'empreinte écologique de nos modes de vie dépassent la biocapacité de la planète. Ceci est synthétiquement représenté par le jour du dépassement, calculé par l'ONG américaine *Global Footprint Network*. Bien sûr, ce jour du dépassement n'est pas le même en fonction des modes de vie : en 2024 c'était le 11 février pour le Qatar, le 7 mai pour la France, le 3 juin pour le Royaume-Uni et le 12 novembre pour la Jamaïque⁴⁶. Au "nous sommes tous et toutes dans le même bateau", nous préférons le "nous prenons tous et toutes part au seul et même système [d'infrastructures]" de Deb Chachra, autrice du livre *How Infrastructure Works* (Chachra, 2023) :

*"That's the house of technology: We all live in this world, whether you get the full-stack infrastructure of the global north, or whether you've never had access to any of these systems, you are still part of the same systems. We are all connected through things like carbon dioxide and supply chains, no matter where you are."*⁴⁷

Nous ne sommes pas dans le même bateau, car le pouvoir d'agir et la responsabilité ne sont pas équitablement répartis. Nous prenons part au même système d'infrastructures depuis des positions différenciées avec des leviers d'action répartis de façon non équitables. La sobriété étant souvent travaillée et conceptualisée par des personnes ayant la possibilité matérielle et culturelle de le faire, il nous semble important d'explorer la suffisance pour ne pas invisibiliser des modes de vie "qui n'ont jamais décollé".

⁴⁵ Question inspirée par le travail de Laurent Mermet dans sa vidéo *Nous n'avons jamais décollé - une réponse au "Où atterrir?" de Bruno Latour*. Disponible à l'adresse : <https://www.youtube.com/watch?v=d6ejhMBsjFw>

⁴⁶ Données extraites du site internet *Earth Overshoot Day* de l'ONG *Global Footprint Network* pour l'année 2024. Disponible à l'adresse : <https://www.overshootday.org/newsroom/country-overshoot-days/>

⁴⁷ Citations de Deb Chachra traduites par nos soins et extraites de l'interview *An Ode to Living on The Grid*. Disponible à l'adresse : <https://www.scopeofwork.net/an-ode-to-living-on-the-grid/>

La suffisance en tant que satisfaction et contentement

Nous l'avons vu, "sobriété" est considérée comme la traduction adéquate de l'anglais *sufficiency* :

“Alors même que la notion de suffisance semble dominer à l'international, l'analyse lexicométrique menée sur des textes en français révèle que la notion de « suffisance » est quasi-inexistante en français, par rapport à celle de sobriété.” (Cézard & Mourad, 2019, p. 20)

“En anglais, le mot de sobriety (traduction littérale), est rarement utilisé en dehors du sens de la limitation de l'alcool. Nous ne l'avons pas vu apparaître dans des documents institutionnels ou professionnels. Il fait aussi référence au fait d'être modéré, sobre au sens de discret, grave ou solennel. En revanche, il n'a pas du tout le sens français de modération dans un système économique et dans la société.” (Cézard & Mourad, 2019, p. 20)

Pourtant sobriété reste très proche de sa traduction littérale anglaise : modération et tempérance comme synonyme, abondance et ébriété comme antonyme⁴⁸. Il semble simplement exister une exception française pour opter pour ce terme alors qu'à l'international c'est le terme de *sufficiency* qui est utilisé. Nous proposons d'explorer étymologiquement les différences entre sobriété et suffisance pour voir s'il ne serait pas intéressant de réhabiliter l'usage des deux termes.

Sobriété vient du latin *sobrius*, dont le lien avec *ebrius* (ébriété) n'est pas clairement expliqué⁴⁹, et dont le sens initial est "maître de soi" et non "n'ayant pas bu". Les termes latin dérivés *sobrius* ("qui n'a pas bu") et *sobrietas* ("tempérance dans la consommation de vin") relient la sobriété à l'alcool, au même titre que le terme anglais *sobriety*. L'usage anglais du terme *sobriety* n'est pas sorti de son association avec l'alcool, là où le terme français s'en est émancipé tout en y restant attaché. En effet, une des difficultés liées au terme de sobriété en français est liée à sa connotation d'abstinence, voire d'ascèse et de sevrage, que le terme peut avoir dans le langage commun en lien avec cette proximité avec la question de l'addiction à l'alcool. Ce que les promoteur·rices de la sobriété, dans lesquels ces travaux s'inscrivent, n'ont de cesse de contre argumenter pour revendiquer le "garantissent le bien-être de tous" comme indiqué dans la définition du GIEC citée en introduction.

Suffisance est un dérivé du verbe "suffire", ce qui est assez, et a un second sens "vanité" "satisfaction de soi" en français⁵⁰. En effet, l'étymologie du terme suffire est le latin "sufficere", « mettre au-dessus ou à la place », « suppléer » puis « fournir », intransitivement « se placer dessous », c'est-à-dire « être capable de supporter » d'où « suffire à »⁵¹. La notion de suffisant en tant que quantité adéquate vient du latin *sufficiens*, participe présent

⁴⁸ Voir par exemple <https://fr.wiktionary.org/wiki/sobriété>

⁴⁹ D'après cette page internet <https://fr.wiktionary.org/wiki/sobrius>

⁵⁰ Voir par exemple <https://fr.wiktionary.org/wiki/suffisance>

⁵¹ Extrait de la page <https://fr.wiktionary.org/wiki/suffire>

de *sufficio* dont l'infinitif est *sufficere*⁵². Qu'est-ce qui fait que, en anglais, la connotation négative de la "vanité" du terme *sufficiency* est inexistante ou tombée en désuétude⁵³ ? Ce serait à étudier. Toujours est-il que *sufficiency* semble conserver en anglais surtout sa signification de *enoughness* : adéquat, suffisant, assez, là où en français sa connotation psychologique négative semble dominer.

Notre conclusion à ce stade est qu'il existe une différence d'usage en français et en anglais, sans qu'elle ne semble être justifiée par l'étymologie des termes. Sobriété est le terme qui a été retenu en français, peut-être en lien avec la connotation négative liée au terme de suffisance. *Sufficiency* est le terme retenu en anglais, peut-être en lien avec la connotation alcoolique du terme *Sobriety*. Toujours est-il que nous pensons que les deux termes ne recouvrent pas les mêmes significations, les deux visent une sorte de milieu, de justesse, sans pour autant partir du même endroit. En effet la suffisance est plutôt de l'ordre du contentement et de la satisfaction : "situation qui suffit (à la subsistance)"⁵⁴ en opposition à une insuffisance, à un manque ; là où la sobriété est plutôt de l'ordre de la tempérance, de la mesure, de la modération⁵⁵ en opposition à un excès voire une démesure. Pour rendre visible encore davantage la complémentarité entre suffisance et sobriété, observons ce que l'on veut dire quand "ce n'est pas suffisant" ou "ce n'est pas sobre" :

- "ce n'est pas suffisant" : c'est qu'il en faut plus
- "ce n'est pas sobre" : c'est qu'il en faut moins

L'idée générale de cette exploration n'est pas d'ouvrir un débat sémantique sur la question d'utiliser suffisance plutôt que sobriété. Elle n'est pas non plus d'ouvrir la boîte de pandore aux meilleurs termes pour parler de ce dont la sobriété est le nom (on pense ici à frugalité parmi d'autres). Notre intention est de prendre au sérieux la différence entre l'anglais et le français, sans se contenter d'un "c'est comme ça", pour voir ce que cette différence peut ajouter, nuancer, enrichir au concept de sobriété qui s'est imposé en France. Notre proposition n'est pas non plus d'arrêter d'utiliser le terme de sobriété dans tel contexte pour en utiliser un autre tout aussi complexe à appréhender, mais plutôt d'être conscient·e de ce que les mots disent et évoquent à travers leur étymologie, pour mieux les utiliser, ou ne pas les utiliser, en fonction des différentes situations. En effet, pendant notre enquête qui sera décrite dans la seconde partie de ce travail, nous avons été frappé·es par l'inconfort de professionnel·les avec le terme de sobriété vis-à-vis de personnes en précarité énergétique notamment. Après ce travail exploratoire, qui méritera d'être approfondi, nous pensons mettre à jour une possible explication, et ainsi inviter à ne pas utiliser le terme dans ces contextes. Nous pensons également que cette réflexion peut enrichir le lien entre sobriété et justice sociale cher à de nombreuses personnes.

⁵² Synthèse de ce qu'on peut trouver en suivant les pages <https://fr.wiktionary.org/wiki/sufficio> puis <https://fr.wiktionary.org/wiki/sufficiens#la> et enfin <https://fr.wiktionary.org/wiki/sufficio#la>

⁵³ Voir la page <https://en.wiktionary.org/wiki/sufficiency#English>

⁵⁴ Voir la page du centre national de ressources textuelles et lexicales <https://www.cnrtl.fr/definition/suffisance>

⁵⁵ Voir la page du centre national de ressources textuelles et lexicales <https://www.cnrtl.fr/definition/sobriété>

La sobriété en tant que chemin et la décence en tant que destination

Nous l'avons déjà évoqué, il existe de nombreuses sources d'imprécisions quant à l'usage du terme sobriété, tantôt associée à un cheminement, tantôt associée à une destination, à un état. De plus, nous avons vu le manque de définition claire, scientifiquement solide de la sobriété. Nous proposons de clarifier le terme de "sobriété" en tant que chemin vers moins d'ébriété et de démesure, et non pas en tant que destination.

En effet, en ce qui concerne la destination sûre, juste et durable des modes de vie⁵⁶, les travaux sur les modes de vie décents nous semblent plus solides⁵⁷. C'est en parcourant les publications suivantes que nous sommes arrivés à cette conviction :

- *Material Requirements of Decent Living Standards* (Vélez-Henao & Pauliuk, 2023)
- *Providing decent living with minimum energy: A global scenario* (Millward-Hopkins et al., 2020)
- *A Framework for Decoupling Human Need Satisfaction From Energy Use* (Brand-Correa & Steinberger, 2017)
- *Defining floors and ceilings: the contribution of human needs theory* (Gough, 2020)
- *Measuring the Doughnut: A good life for all is possible within planetary boundaries* (Schlesier et al., 2024)

⁵⁶ Nous utilisons ces termes en écho à la théorie du Donut de Kate Raworth née dans les bureaux d'Oxfam

<https://www.oxfamfrance.org/actualite/la-theorie-du-donut-une-nouvelle-economie-est-possible/>

⁵⁷ En anglais *Decent Living Standards* <https://decentlivingenergy.org/dls.html>, nous remercions Loïc Giaccone de nous avoir remis en lumière ces travaux.

La solidité scientifique de ces travaux, nous incite à préférer de nommer la destination “modes de vie décents” (et non sobriété) sachant qu’un mode de vie sobre nous semble être contenu dans ces modes de vie décents. De plus, l’indécence des modes de vie est à la fois du côté de leurs démesures et à la fois du côté de la misère. Enfin le terme de décence trouve déjà une application concrète dans la loi française notamment à travers le décret n°2002-120 du 30 janvier 2002 relatif aux caractéristiques du logement décent⁵⁸. On y trouve dans les articles 2 et 3 la question de la suffisance : “Le logement permet une aération suffisante”, “Les pièces principales [...] bénéficient d’un éclairage naturel suffisant”. On peut également lire en creux la question de la sobriété dans l’article 3 bis : “En France métropolitaine, le logement a une consommation d’énergie, estimée par le diagnostic de performance énergétique défini à l’article L. 126-26 du code de la construction et de l’habitation, inférieure à 450 kilowattheures d’énergie finale par mètre carré de surface habitable et par an”. Ce décret semble avoir été pensé principalement en regard du suffisant, et pourrait gagner à être enrichi de mentions sur la sobriété, c’est-à-dire sur des seuils à partir desquels ce serait trop, et donc indécent, comme pour le sujet de la consommation d’énergie.

Même chose en ce qui concerne le rapport du CNLE *Budgets de référence, budgets décents*⁵⁹, la question de la décence y est étudiée par rapport à la limite basse, en se penchant “sur l’ensemble des dépenses minimales de biens et services nécessaires, pour qu’une famille participe de manière effective à la vie sociale, dans une visée d’inclusion sociale durable et non de survie, sans peur du lendemain”. Il reste à enrichir la question de la décence en matière de limites hautes : quels sont les seuils hauts en matière de revenus, de patrimoines, de consommations en eau, en énergie, en matière qui peuvent être considérés comme indécents en vertu des limites écologiques et sociales ? Est-ce que la possibilité d’acquérir unilatéralement une plateforme médiatique (réseau social, chaîne de télévision, journal, etc...) et d’en maîtriser la ligne éditoriale est encore décent par rapport à une vie démocratique saine ? Est-ce que la possibilité de se déplacer de façon hebdomadaire, voire quotidienne, en jet privé est encore décente par rapport à la nécessaire réduction globale des émissions de CO₂ ? Est-ce que les résidences secondaires, les piscines privées ou les investissements locatifs sont acceptables face aux nombres de personnes sans toit ou aux sécheresses qui s’intensifient ? De la même manière qu’il existe une différence entre *survie* et *inclusion*, pour les seuils bas, les seuils hauts nécessiteront également d’être affinés, débattus et pluralisés pour distinguer ce qui relève d’une “bonne vie”⁶⁰, d’une vie confortable, d’une vie décente, et de modes de vie indécents par leur démesure.

⁵⁸ Décret n°2002-120 du 30 janvier 2002 relatif aux caractéristiques du logement décent pris pour l’application de l’article 187 de la loi n° 2000-1208 du 13 décembre 2000 relative à la solidarité et au renouvellement urbains :

<https://www.legifrance.gouv.fr/loda/id/JORFTEXT000000217471/2023-01-02/>

⁵⁹ Nous remercions Sarah Thiriou de nous avoir partagé cette référence. Rapport disponible à l’adresse :

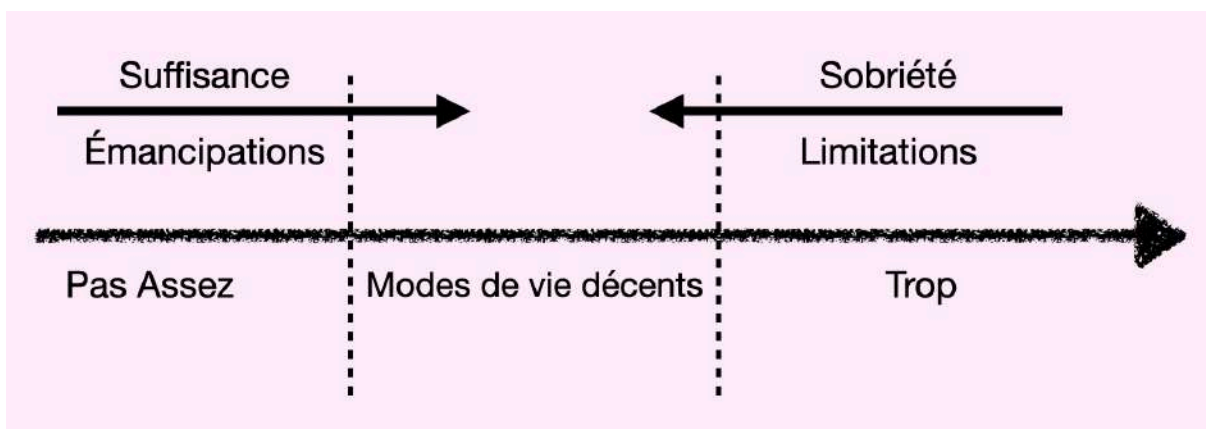
<https://solidarites.gouv.fr/budgets-de-reference-budgets-decents-un-rapport-du-cnle-eclaire-sur-les-be-soins-necessaires-pour>

⁶⁰ Nous utilisons le terme de “bonne vie” dans le sens que lui donne Antonietta Di Giulio dans l’interview *Une bonne vie pour tout le monde dans les « corridors de consommation »* consultable à cette adresse :

<https://revuehemispheres.ch/une-bonne-vie-pour-tout-le-monde-dans-les-corridors-de-consommation/>

Articulation sobriété, suffisance et modes de vie décents

Les réflexions précédentes permettent de rediriger ou de repositionner, l'usage de la sobriété sur sa signification spontanée : un cheminement de modération et de tempérance pour éviter l'ébriété. La suffisance, en tant que recherche d'une quantité nécessaire et suffisante, pourra venir compléter ce premier cheminement de sobriété et permettre d'éviter le terme de "sobriété subie" que nous avons critiqué. Enfin les modes de vie décents, nous semblent être une meilleure définition de la destination à atteindre que l'usage du terme sobriété en français.



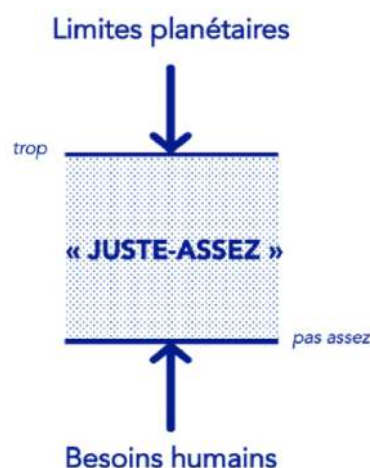
Cette proposition serait à approfondir, en particulier sur l’usage du terme “suffisance”, car nous n’avons pas trouvé dans la littérature un usage de ce type, même si l’étude étymologique semble conforter l’usage. Néanmoins il est cohérente avec le terme anglais et avec la proposition de *Consumption Corridor* (Gough, 2020) :

<i>Wellbeing Domain</i>	<i>Consumption Domain</i>	<i>Income/Wealth Domain</i>
Excess	Luxuries	Riches
Ceiling		
Flourishing	Plenitude, Comfort Goods	Prosperity
Sufficiency	Necessities	Adequacy
Floor		
Deprivation	Lack of Necessities	Poverty

Figure 1. Floors and Ceilings in three Domains.

Notre proposition ressemble également fortement à la définition de la sobriété proposée par Julie Mayer et Mathias Guérineau :

“une définition relativement large de la sobriété, en tant que principe d’action : la sobriété est la recherche d’un “juste-assez”, pouvant s’appliquer à de multiples domaines et situations. Ce “juste-assez” implique de définir des limites basses (le “pas assez”) et hautes (le “trop”), et d’œuvrer pour se maintenir à l’intérieur de ces limites.” (Mayer & Guérineau, 2023, p. 6)



Il reste à discuter sur quelles dimensions devraient agir sobriété et suffisance. Le lien avec les limites planétaires nous permet de rapidement proposer toutes les matérialités de nos modes de vie comme étant éligibles à notre axe horizontal comme les consommations en énergie, eau, matériaux, sols. Les dimensions des standards de vie décents pourraient être éligibles à notre axe horizontal : habitation, alimentation, vêtement, hygiène (notamment par l'accès à l'eau et au traitement des eaux usées), l'éducation et la santé (par leurs besoins d'énergie et d'infrastructures), la communication, la mobilité et des services collectifs (Vélez-Henao & Pauliuk, 2023). Nous serions également tenté-es de rendre éligibles les trois dimensions du pouvoir collectif proposés par Graeber et Wengrow dans leur livre *Au commencement était...: une nouvelle histoire de l'humanité* : le contrôle et la légitimation de la violence, le contrôle de l'information et le charisme individuel (Graeber & Wengrow, 2021). Et enfin, dans la continuité de ces dimensions du pouvoir, la question des revenus (au sens des flux d'argent issus du travail ou du patrimoine), ainsi que des patrimoines (au sens du stock brut par ménage), nous semblent essentielles à intégrer. Ainsi, si nous développons davantage notre proposition, elle tendrait à prendre la forme du donut proposé par Kate Raworth, avec au centre un espace à éviter, celui de la misère (du rien et du pas assez) pour toutes les dimensions, au milieu un donut en tant qu'espace de modes de vie décents, et à l'extérieur le trop, l'excès et la démesure. Le principe d'action de la suffisance guide le mouvement du pas assez au suffisant, autrement dit un principe d'émancipation. Le principe d'action de la sobriété guide le mouvement de l'excès et de la démesure vers un "rien de trop"⁶¹, autrement dit un principe de limitation.

1.6 Nos précisions pour sortir des représentations négatives de la sobriété

1.6.1 Le nécessaire équilibre entre sobriété et efficacité

L'efficacité et le célèbre effet rebond

L'effet rebond a largement été documenté, c'est ce qui explique que malgré les gains d'efficacité la consommation en ressources ne diminue pas, voire augmente. Par exemple, les moteurs des voitures thermiques sont beaucoup plus efficaces en 2020 par rapport à 1980, mais les gains sont entièrement absorbés par le fait que les voitures sont devenues plus lourdes. C'est pourquoi il serait fou de penser réussir toute transition écologique en ne misant que sur l'efficacité. Du reste, la redirection écologique dépasse l'idée de transition (mais aussi de croissance verte, développement durable) en prenant acte de la nécessité de fermer et démanteler (discontinuité) tout en héritant du monde (continuité).

⁶¹ "Rien de trop" est le titre d'une fable de Jean de La Fontaine qui critique l'attrait de l'humain "à se porter dedans l'excès", fable consultable en ligne : https://fr.wikipedia.org/wiki/Rien_de_trop

Une sobriété trop rapide et trop improvisée : le risque d'un effet de recul

La sobriété peut venir à la rescousse en misant sur la réduction de la demande ou du confort, bref en modifiant nos modes de vie. On pourrait alors imaginer une stratégie inverse en ne misant que sur la sobriété, à l'image de certains mouvements qui appellent à retourner vivre en forêt.

Philippe Gauthier est analyste prospectiviste sur les sujets énergétiques, il travaille actuellement⁶² sur ce qu'il nomme en miroir à l'effet rebond : l'effet de recul. En ne misant que sur la sobriété, nous opérons une sorte de retour en arrière en prenant le risque de dégrader fortement nos conditions de vie, une sorte de "sobriété fossile" que Philippe Gauthier décrit brièvement dans un commentaire sur LinkedIn⁶³ :

“Mon idée autour de la sobriété fossile, c'est que si on vise la sobriété sans changer le système énergétique sous-jacent, on continue à dépendre des énergies fossiles. On en consomme un peu moins, ce qui va permettre d'étirer un peu plus longtemps les réserves existantes, mais la destination est la même. « Polluer un peu moins pour polluer un peu plus longtemps », disait Yves-Marie Abraham. La sobriété sans transition technique n'est donc pas porteuse d'avenir”

Philippe Gauthier est parti de la publication *Providing decent living with minimum energy: A global scenario* (Millward-Hopkins et al., 2020) pour développer son intuition⁶⁴.

L'effet hystérésis dans les systèmes complexes⁶⁵ vient confirmer l'intuition de Philippe Gauthier. Les travaux de Ugo Bardi dans son papier *Toward a General Theory of Societal Collapse* (Bardi et al., 2018) explorent ce qu'il se passerait sur la production si on réduit la taille de l'économie après une phase de croissance. La courbe de la production n'emprunte pas le même chemin que pendant la croissance et on se retrouverait avec une production plus faible pour une même taille d'économie (qu'il conviendrait plutôt de nommer une même taille d'organisation sociétale⁶⁶) comme on peut le voir sur la figure ci-dessous.

⁶² Ce que j'écris ici provient d'un échange avec l'auteur par visio le 27/03/2024 en attendant qu'il publie le fruit de ses réflexions.

⁶³ Commentaire consultable en ligne :

<https://www.linkedin.com/mwllite/feed/update/urn:li:activity:7167784439580614657>

⁶⁴ Voir par exemple son billet de blog

<https://energieetenvironnement.com/2021/10/31/quel-niveau-de-sobriete-faut-il-viser/>

⁶⁵ C'est pendant un cours de Thomas Desaunay pendant le Master *Strategy & Design for the Anthropocene* que nous avons (re)découvert l'effet hystérésis et les travaux de Ugo Bardi

⁶⁶ Nous remercions ici Jérôme Cuny pour la précision suite à sa relecture "le terme *Economy* est très englobant dans le modèle de Bardi, surtout le 2-stock model. J'utiliserais le terme 'une même taille d'organisation sociétale'. Le terme économie, sauf si on remonte à l'étymologie grecque, recouvre plutôt les activités 'productives', qui diminuent avec le terme 'Production'."

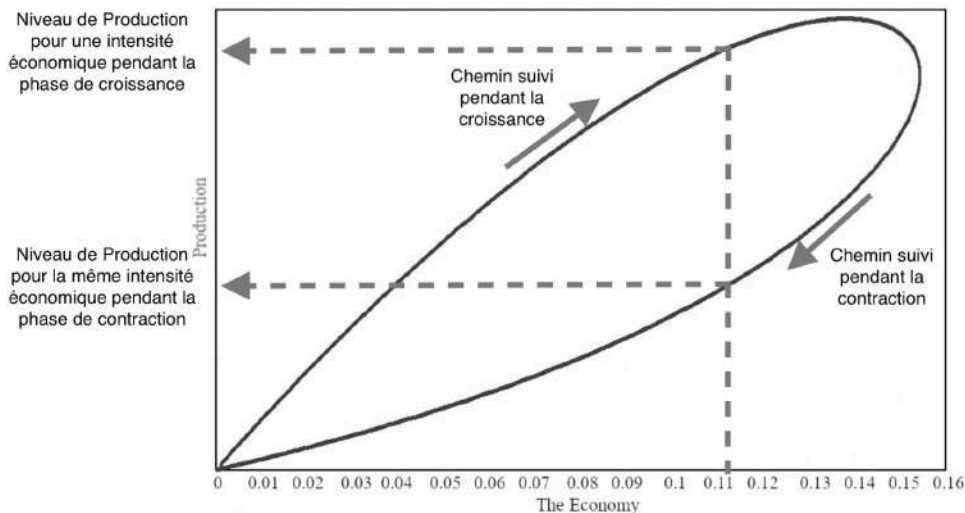


Figure 6: Production vs “The Economy” for the two-stock model. The values of the constant are the same as those described in figure 3.

Pour dire autrement les conclusions des travaux d’Ugo Bardi, le fait de diminuer la taille d’une organisation sociale devenue trop compliquée, trop grande, après une phase de croissance risque de mener à une production plus petite après contraction par rapport à une même taille d’organisation pendant la phase de croissance. Dans un système complexe, il n’est pas possible d’obtenir les mêmes états entre une période de croissance et une période de contraction. Le retour en arrière, souhaité à la fois par les tenant·es d’un “c’était mieux avant” et à la fois par les personnes faisant la promotion de la sobriété, n’est pas possible sans une perte de production, et donc de niveau de vie, par rapport au retour arrière envisagé. Dit encore autrement, on ne peut prendre pour exemple un niveau de vie et une organisation sociale passés comme objectif de transition, car après contraction le niveau de vie obtenu sera plus bas pour une même organisation sociale, ce qui rejoint l’effet de recul de Philippe Gauthier.

Pour conforter encore l’intuition de Philippe Gauthier, en attendant sa publication scientifique, nous pouvons, par la pensée, prendre au sérieux l’invitation à retourner vivre en forêt faite par certaines personnes. Sans parler de la perte de confort que peu d’entre nous supporterait plus d’un mois, que devient notre consommation d’énergie pour se chauffer ? Sans poêle de masse et son efficacité de l’ordre de 75%, nous aurions un feu ouvert avec une efficacité de l’ordre de 5%, il nous faudrait alors 13 fois plus de bois pour nous chauffer, si on imagine l’expérience à grande échelle, les arbres seraient décimés en peu de temps et nous n’aurions d’autre choix que de brûler tout ce qui se brûle, y compris les plastiques et les énergies fossiles restantes : voilà l’effet de recul !

Tout ceci reste encore à être démontré scientifiquement, néanmoins il nous paraît raisonnable de ne pas miser uniquement sur la sobriété malgré sa nécessité et ainsi de compléter l'étude menée en 2018 par le Laboratoire de l'Economie sociale et solidaire sur la Transition énergétique⁶⁷ qui rappelait la complémentarité sobriété et efficacité :

“L’effet rebond ne remet donc pas en cause la nécessité de poursuivre les efforts en matière d’efficacité énergétique. Il montre seulement que ces gains ne suffisent pas à eux seuls à réduire la consommation globale d’énergie. Pour être opérante, l’efficacité doit impérativement être couplée à la sobriété énergétique.”

Nous proposons d'ajouter : “De la même manière, la sobriété énergétique doit impérativement être couplée à l'efficacité énergétique afin d'éviter un effet de recul risquant d'entraîner une forte dégradation du confort de vie sans réduire fortement la consommation d'énergie.”

Articuler l'équilibre entre sobriété et efficacité

Nous le mentionnions ci-dessus, des scientifiques se sont penchés sur la création d'un scénario global permettant une vie décente avec un minimum d'énergie (Millward-Hopkins et al., 2020). Ces travaux se basent sur une approche ascendante, c'est-à-dire qu'ils ont défini un mode de vie décent qu'ils ont ensuite contextualisé en fonction des conditions climatiques et géographiques dans 119 pays. Ils ont ensuite choisi les techniques les plus efficaces pour chaque besoin (nutrition, logement, mobilité, communication, etc...) et réalisé la comptabilité. Dans les meilleurs scénarios (forte sobriété et technologies avancées), les scientifiques arrivent sur une moyenne d'environ 15 GJ par année et par personne pour un mode de vie décent, c'est mieux que les 20 GJ consommés en 1850 dans des systèmes à l'efficacité énergétique très médiocres et un mode de vie beaucoup plus rustique.

“Au total, les besoins énergétiques de l’humanité sont [dans le scénario] de l’ordre de 149 exajoules, ce qui est de 60 % inférieur à sa consommation actuelle et 75 % en deçà des objectifs fixés par l’Agence internationale de l’énergie pour 2050.”⁶⁸

Pierre Charbonnier et Léo Camilli arrivent à une conclusion similaire dans leur éloge des pompes à chaleur (Charbonnier & Camilli, 2023) :

“Autrement dit, il n’y a pas à choisir entre l’amour des techniques et la soutenabilité, car il existe des machines qui permettent de se mettre sur le chemin de la sobriété sans avoir à rompre avec l’idéal moderne de développement, d’égalité, d’éloignement des limites écologiques à l’action libre.”

À ce stade de notre enquête, sobriété et efficacité, bien que différentes, ne sont pas à opposer bien au contraire. Elles sont radicalement complémentaires, il s'agit de les articuler judicieusement pour tenir la ligne de crête vers la réalisation de modes de vie décents et

⁶⁷ Le Labo de l'Economie Sociale et Solidaire, « Sobriété énergétique », dans *Transition énergétique citoyenne*, 2018, p.19 :

http://www.lalabo-ess.org/IMG/pdf/web_publication_tec_sobrieteenergetique.pdf

⁶⁸ Extrait de l'article

<https://energieetenvironnement.com/2021/10/31/quel-niveau-de-sobriete-faut-il-viser/>

sobres en minimisant les *communs négatifs* légués aux générations futures. Il s'agit d'enquêter au sujet de leur bonne planification en tempérant l'idéologie politique actuelle qui, nous l'avons vu, mise essentiellement sur l'efficacité et l'électrification des usages. En effet, sans un rapide rééquilibrage, nous risquons d'augmenter la quantité d'infrastructures délicates à maintenir, telles que de nombreuses centrales nucléaires, qui sont ou deviendront des *ruines ruineuses*.

1.6.2 Dépasser le poncif de la sobriété liberticide

À la lumière du mouvement de limitation nécessaire à la sobriété, la liberté individuelle à consommer et à user et abuser de sa propriété se trouvera limitée par de nouvelles contraintes, notamment environnementales. Néanmoins la liberté est déjà contrainte par des lois, des règles, des coutumes qui permettent le vivre ensemble. Toute liberté nécessite un cadre qui interdit certaines libertés pour en permettre d'autres.

Il convient de se demander si la sobriété élargit ou rétrécit cet espace de libertés. Notre proposition est qu'il s'agit avant tout d'un arbitrage et d'un réagencement des libertés au sein de cet espace. La sobriété est un des éléments à débattre pour inventer un nouveau contrat social adapté au XXI^e siècle (Saujot et al., 2024).

1.6.3 Le continuum des sobriétés individuelles et collectives

“Mes recherches montrent que individu versus collectif est une fausse dichotomie : l'action individuelle fait partie du collectif. Donc même si vous ne sauvez pas le monde à vous seul, vous pouvez faire partie de la solution.” Steve Westlake⁶⁹

Individuel et collectif sont souvent opposés, alors que nous y voyons davantage un continuum. La plupart des changements nécessaires à l'aune de l'Anthropocène sont évidemment collectifs, et même planétaires. Cependant les individus, ainsi que d'autres entités, comme les infrastructures, les paysages, les non-humains, ont une agentivité et ne peuvent pas *rien*, sans pour autant pouvoir *tout*. Les échelles collectives sont inévitables en matière de sobriété, ne serait-ce que dans la gestion des communs, la prise en soin des plus démunies, l'organisation des pénuries ponctuelles, la maintenance des grandes infrastructures, l'héritage des *communs négatifs*. L'individu peut changer de trajectoire, tout en sachant que cela est vain à de plus grandes échelles. Et les collectifs sont influencés en retour par les individus qui recomposent leurs mondes (Pignocchi, 2019) de proche en proche, par leurs travaux, par leurs consommations, par leurs enquêtes, par leurs engagements, par leurs résistances, par leurs luttes, par leurs conversations, par leurs votes, par leurs désertions, par leurs maintenances, par leurs écritures. Ils et elles peuvent aussi rayonner par leurs seules actions et ainsi inspirer plus ou moins largement, même involontairement.

Ainsi nos propositions font le pari d'une articulation entre l'individuel et le collectif, en le reliant, en assumant d'être lu par des individus, donc en prenant cette porte d'entrée qui pourrait donner la sensation d'une plus grande importance donnée à l'individu. Pour autant, une sobriété désirable ne peut qu'être résolument collective.

⁶⁹ Traduit par nos soins et extrait de l'article disponible à cet adresse : <https://theconversation.com/climate-change-yes-your-individual-action-does-make-a-difference-115169>

1.7 Trois horizons pour une “sobriété désirable”

1.7.1 Une démarche désirable : démocratique, inclusive, non brutale, anticipée

Nous l’avons déjà évoqué, nous partageons la conclusion de Bruno Villalba : la “sobriété est malheureusement nécessaire” (Villalba, 2023). En cela, nous la pensons difficilement désirable en tant que telle⁷⁰. Nous proposons de chercher la désirabilité par sa mise en œuvre, en veillant à inclure les personnes qui sont concernées par les politiques de sobriété. En outre, le rapport *Impulser une politique de sobriété sur mon territoire* ne dit pas autre chose en insistant sur le rôle de facilitation des collectivités pour “accompagner les publics-cibles”.

Nous pouvons ici reprendre à notre compte les propos d’Alexandre Monnin dans *Politiser le renoncement* (Monnin, 2023) lorsqu’il décrit les bonnes conditions pour opérer des arbitrages :

- “Qu’ils soient **démocratiques** et non pas autoritaires [...]
- Qu’ils soient **anticipés** et non pas réalisés au dernier moment, au pied du mur - ce qui boucle évidemment avec le critère précédent car sans un minimum d’anticipation, les arbitrages tendent à être autoritaires, les pratiques démocratiques exigeant en effet un minimum de temps (d’enquête, de mise en débat, de délibération, etc.).
- Qu’ils soient **non-brutaux** et non brutaux. J’entends par-là une prise en compte des « attachements », au sens que Bruno Latour, Michel Callon ou Antoine Hennion ont donné à ce terme”

Ces bonnes conditions nous semblent être les caractéristiques nécessaires et suffisantes pour rendre désirable une démarche de sobriété.

1.7.2 Ré-attachements désirables en suffisance intensive

Réconcilier sobriété et désirabilité par le recours à un récit positif nous semble vain. Résister aux injonctions individualisantes à rendre la sobriété heureuse et désirable nous semble trop individualiste. Néanmoins les travaux de Nathan Ben Kemoun (Kemoun, 2022) et Alexandre Monnin sur la suffisance intensive (Ben Kemoun & Monnin, 2022), mais aussi ceux d’Olivier Hamant sur l’inversion et la 3ème voie du vivant (Cité anthropocène, 2023), ou encore de Tristan Garcia sur la vie intense (Garcia, 2016), nous invitent à reconsidérer notre première conclusion : et si nous pouvions troquer pour partie un illimité extensif par un infini intensif (Rigoulet & Bidet, 2023) ? Et si l’abondance des interactions pouvait être l’inverse de l’abondance de ressources (Hamant, 2023) ? Il serait dommage de ne pas explorer cette suffisance intensive, elle pourrait redonner de la consistance à une sobriété désirable.

⁷⁰ sauf, comme le propose Victor Petit, à la considérer en tant qu’“éthique du milieu, alors elle est en soi désirable : elle est l’éthique du désir qui se suffit à lui-même” extrait de ses commentaires lors de la journée de la redirection écologique du 6 Juin 2024.

Réhabiliter les corps et les affects

“Tapie dans l’ombre de sa complexité, la pensée spinozienne semblait attendre son heure, quand l’Occident serait en quête d’une reconnexion à son « milieu », permettant de poursuivre la voie moderne en l’inscrivant dans une sobriété émancipée d’une vision punitive, jusqu’à déployer les possibilités de joies qu’elle recèle.

Ainsi, avec la philosophe Blandine Kriegel, et bien d’autres, c’est une « Autre voie » spinoziste qui s’offre à nos débats contemporains, sans dogmes ni prêt-à-penser, orientée vers un avenir où l’humanité sortirait renforcée du deuil de ses fantasmes de toute-puissance. Et pourquoi pas ?” (Piessat, 2023)

Cette “Autre voie” nous invite à réhabiliter les corps et les affects plutôt que de les maintenir à l’écart et sous contrôle. Depuis la perspective cartésienne qui a fait de nos désirs des manques, la sobriété désirable est un oxymore. Mais la perspective spinoziste, qui fait de nos désirs une “volonté de persévérer dans son être” (le conatus) et de la joie une “augmentation de notre puissance d’agir”, ouvre un chemin vers une sobriété désirable.

Que serait une quête de sobriété en partant du corpus de la redirection écologique, par l’enquête depuis les corps et les affects ? Que deviennent nos attachements à la consommation, et aux modes de vie non sobres, à l’aune de nos affects, de nos joies, de nos corps ? Alexandra Bidet et Vincent Rigoulet dans *Désaffecter les communs négatifs* proposent deux questions inspirantes pour enquêter depuis les affects et les corps :

“deux questions, deux expériences de pensée, que j’aime beaucoup travailler dans la durée avec eux : primo, « si tu avais le pouvoir de tout faire, de tout changer, qu’est-ce que tu ne changerais pas ? » ; secondo, « qu’est-ce que tu n’aimerais pas qu’un robot fasse à ta place ? »” (Bidet & Rigoulet, 2023, p. 114)

Les activités humaines épanouissantes et sobres

Nathan Ben Kemoun et Alexandre Monnin explorent la suffisance intensive à travers la pratique de la musique, en opposition à la consommation de playlists en streaming. On pourrait aussi prendre d’autres exemples lié à la lecture d’un livre, à la danse hip hop de rue, à la promenade en forêt, à l’exploration de street art urbain, à l’implication politique aux décisions collectives, à la cuisine, au beat box, à la création artistique et artisanale, bref à toutes ces activités humaines qui se réinventent à chaque fois qu’on les pratique, avec une variété infinie en intensité, qui permettent de cheminer, d’apprendre, de s’épanouir, tout en étant extrêmement sobres.

Ces exemples nous permettent d’imaginer, de mettre en mouvement, la suffisance intensive sans pour autant en cerner la spécificité. En effet la suffisance intensive est moins le fait de définir un “où atterrir”, une cible, quant à ces activités humaines épanouissantes et sobres, et plutôt d’inciter à enquêter collectivement sur ce qui nous épanouit et nous construit en tant qu’être humain. C’est donc une invitation à cheminer depuis ici et maintenant (plutôt qu’une cible à atteindre) pour chercher sérieusement ce que nous avons à gagner dans nos choix et arbitrages à nous dés-attacher d’infrastructures, d’objets, d’habitudes, de choses qui consomment trop de ressources. Ces renoncements ne sont pas aisés, ne sont pas

uniquement joyeux et désirables, ils nécessitent un engagement qui comporte une part d'épreuve dans cette recherche d'infini en intensité. C'est probablement ce contre quoi Tristan Garcia nous met en garde. Notre obsession moderne pour l'intensité (Garcia, 2016) nous tend un piège, celui de la performance, de la recherche d'intensité pour elle-même. Il propose la pensée (qui rend les choses égales) comme idée opposée à la vie (qui rend les choses intenses) et invite à une vie éthique :

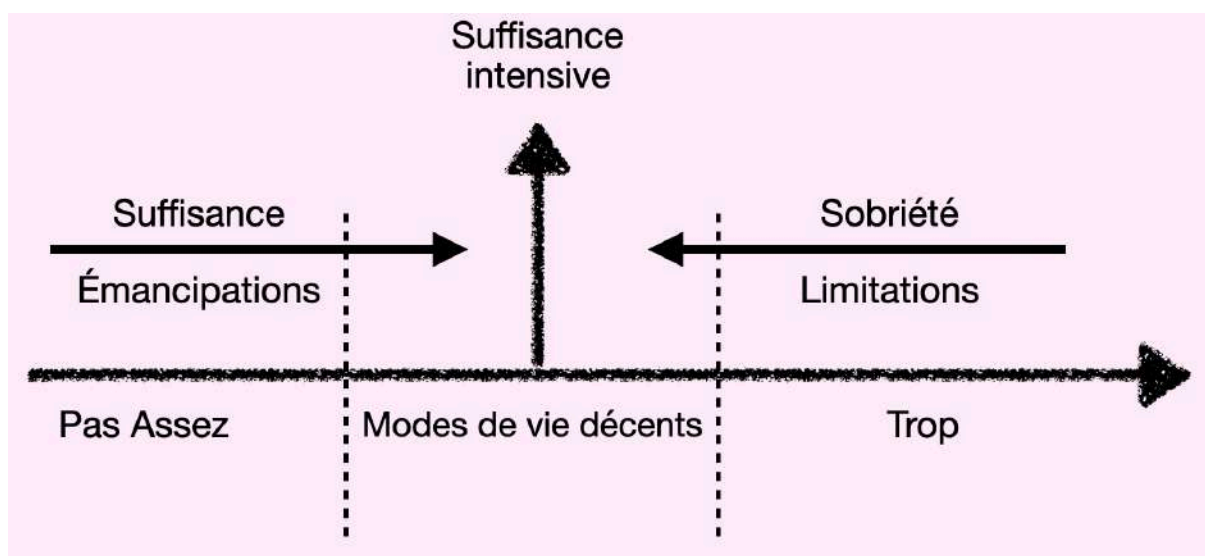
“En ce sens, nous ne concevons de vie éthique que par le refus obstiné de nos idées de correspondre à notre manière de vivre, et par le refus obstiné de cette vie d’obéir à nos grandes idées”

Ce double refus est probablement cette part d'épreuve rencontrée dans les renoncements. L'enquête de suffisance intensive, comme moment réflexif et collectif, permet, en fonction de notre point de départ, de mettre en action cette vie éthique⁷¹, de nous prémunir humblement de notre obsession moderne et de cheminer vers une sobriété désirable.

Les co-bénéfices de la sobriété ou ce qu'il y a à gagner dans le renoncement

La recherche de sobriété par plus d'activités sobres et épanouissantes, plus d'activités physiques, plus de dextérités et d'habiletés n'est donc plus que du “moins en ressources” comme défini précédemment. La pratique de la sobriété peut apporter une meilleure santé, une richesse de relations, et plus de prises sur le réel grâce à la réduction de dépendances.

En un slogan, la sobriété c'est plus de liens et moins de biens. La désirabilité de la sobriété se trouve davantage dans ces “plus de...” que dans ces “moins de...”. Nous retrouvons, une nouvelle fois, l'exigence de tenir en même temps émancipations et limitations pour dessiner des horizons de sobriété désirable. Nous pourrions ainsi ajouter une dimension verticale à notre proposition d'articulation entre suffisance, sobriété et modes de vie décents, car s'il y a évidemment de la dignité à gagner en passant du rien au suffisant, il y a également quelque chose à gagner en passant du trop au suffisant.



⁷¹ On retrouve ici peut-être la proposition de Victor Petit à considérer la sobriété en tant qu’"éthique du milieu, alors elle est en soi désirable : elle est l'éthique du désir qui se suffit à lui-même" extrait de ses commentaires lors de la journée de la redirection écologique du 6 Juin 2024.

1.7.3 Désirabilité en tant que moyen pour un projet politique émancipateur

Nous l'avons vu la sobriété est nécessaire, elle n'est pas aisément désirable bien que l'on puisse trouver des co-bénéfices et une perspective réellement désirable par la suffisance intensive. Quoi qu'il en soit, il nous semble important si l'on persévère dans l'objectif de rendre la sobriété désirable, de la considérer comme un moyen et non comme une finalité.

La sobriété en tant que choix politique de la technique

La sobriété peut être une occasion d'éducation populaire sur la culture et l'histoire de la technique. Nous l'avons vu pendant la controverse sur la 5G, aujourd'hui nos choix techniques ne sont plus débattus et consentis, mais arbitrés par idéologie d'un progrès automatique par la technique, pourtant déjà largement critiqué et critiquable par les sciences humaines et sociales, et toute contestation se voit objectée que l'on ne va pas retourner au modèle Amish. Outre que le modèle Amish a ses vertus en particulier en matière de pratiques démocratiques de choix des techniques (Mateus & Roussilhe, 2023), le développement des techniques, des infrastructures, des orientations d'aménagement, ne sont plus l'objet de débats. Elles sont mises en œuvre de façon technocratique, par dogmatisme obsolète sous prétexte de progrès. Tristement ce dogmatisme continue de construire des *ruines ruineuses* (Monnin, 2023) et ne fait qu'empirer la situation déjà complexe.

Mener des enquêtes de sobriété à toutes les échelles, serait l'occasion de déconstruire les mythes du progrès, enquête après enquête, dans le but d'une éducation populaire vers un techno-discernement (Bihouix, 2021). La sobriété devient un moyen pour retrouver de la puissance d'agir et de l'indépendance, en particulier face aux infrastructures modernes (dans le bâtiment, l'électricité, l'informatique, la mobilité, etc...).

Articuler sobriété et robustesse

Cette éducation populaire serait une sorte de première étape permettant la mise à jour des dépendances et la réduction des risques (Villalba, 2023). Cette éducation à la culture des risques est particulièrement cruciale en anthropocène, c'est-à-dire face à l'augmentation de l'intensité et de la fréquence des aléas climatiques, géopolitiques, pénuriques, etc... C'est d'ailleurs la première priorité du "*Cadre d'action de Sendai pour la réduction des risques de catastrophe 2015 - 2030*"⁷², "priorité 1 : comprendre les risques de catastrophe"

"De promouvoir l'incorporation de la connaissance des risques de catastrophe, notamment sous l'angle de la prévention, de l'atténuation, de la préparation, de l'intervention, du relèvement et de la remise en état, dans les systèmes éducatifs formels et informels, dans les programmes d'éducation civique, à tous les niveaux, ainsi que dans les programmes d'enseignement technique et de formation professionnelle"

La pratique de la sobriété, par incorporation de pratiques quotidiennes dont les corps et les affects sont au centre, permet la recherche de robustesse et d'abondance des relations (Hamant, 2023) qui nous semblent hautement désirables, anthropocène ou pas.

⁷² Voir à cette adresse : https://www.unisdr.org/files/43291_frenchsendaiframeworkfordisasterris.pdf

Réciproquement la recherche de robustesse, en inversion à la performance, évite de confondre efficacité et sobriété, car la robustesse s'appuie sur les contre-performances : "inefficacité, hétérogénéité, incertitude, lenteur, redondance, aléatoire, fluctuations, incohérences, inachèvement"⁷³. Ainsi robustesse (en tant que recherche de stabilité à partir des fluctuations) et sobriété (en tant que limitation du trop vers le suffisant) se complètent et s'articulent parfaitement en *Antidote au culte de la performance* (Hamant, 2023).

En route vers le convivialisme

La sobriété comme moyen vers une éducation populaire à la technique et à l'énergie, et aussi comme moyen pour viser plus de robustesse plutôt que plus de performance, voilà deux finalités qui nous semblent désirables. En tirant plus loin encore le trait, il nous semble que la sobriété, par des politiques publiques qui permettent à des pratiques du quotidien de se développer, peut nous permettre de nous projeter collectivement vers un nouveau projet de société désirable. C'est davantage sur ce projet de société désirable qu'il nous semble important d'insister, la sobriété n'étant qu'un moyen parmi d'autres pour le mettre en mouvement.

Par exemple, nous pourrions nous appuyer sur le convivialisme, en tant que philosophie politique, lancé sous forme de manifeste par l'Internationale Convivialiste, une première fois en 2013 (Convivialiste, 2013) puis une seconde fois en 2020 (Convivialiste, 2020) et travaillé et discuté en particulier autour de la Revue M.A.U.S.S.⁷⁴, un acronyme pour *Mouvement anti-utilitariste dans les sciences sociales*, en clin d'œil au sociologue Marcel Mauss. Cette philosophie politique, bien qu'elle peine à être connue du grand public⁷⁵, nous semble prometteuse en particulier par sa simplicité de présentation en cinq principes :

- *“Le principe de **commune naturalité** affirme que nous ne sommes pas « maîtres et possesseurs de la nature »⁷⁶ mais faisons destin commun avec elle. Il est au cœur de la pensée écologique.*
- *Le principe de **commune humanité** (qui évoque le communisme) condamne toutes les discriminations, de sexe, de couleur de peau, de croyance ou de religion.*
- *Le principe de **commune socialité** (cher au socialisme) affirme que la richesse pour les humains est d'abord celle de leurs rapports sociaux.*
- *Le principe de **légitime individuation** (particulièrement revendiqué par l'anarchisme) pose que la motivation première des humains est la quête de reconnaissance.*

⁷³ Cité anthropocène (Réalisateur). (2023, février 6). *Inversion #1/3—Olivier Hamant—Cours public 2023* [Enregistrement vidéo]. <https://www.youtube.com/watch?v=9mj4ZK11oG8>

⁷⁴ <https://www.revuedumauss.com.fr/Pages/APROP.html>

⁷⁵ Un article dans le journal Le Monde considère cette "idéologie encore confinée dans les cercles restreints de partisans"

https://www.lemonde.fr/idees/article/2021/09/17/la-revue-du-mauss-le-convivialisme-pensee-du-vivre-ensemble_6095024_3232.html

⁷⁶ Alexandre Monnin nous précisait que la citation de Descartes à laquelle fait référence cet extrait du convivialisme est "comme maîtres et possesseurs de la nature". Ce "comme" ajoute une nuance qui évite d'identifier Descartes comme l'origine des maux de la modernité. Il s'agissait pour Descartes d'un faire "comme si" et non pas d'être réellement maîtres et possesseurs de la nature.

- *Le principe d'**opposition créatrice** est celui qui animait le premier libéralisme. C'est lui qui a permis d'en finir avec les monarchies absolutistes et avec les despotismes.*⁷⁷

Elle nous semble également prometteuse car elle s'inscrit dans un déjà-là d'idéologies politiques existantes (écologie, communisme, socialisme, anarchisme, libéralisme), en cherchant de façon novatrice à les réunir, plutôt qu'à les opposer. Prometteuse enfin, car elle bénéficie d'un large soutien international de chercheurs et chercheuses, il suffit de consulter les auteur·rices et soutiens⁷⁸ pour s'en convaincre.

À ces cinq principes, le convivialisme ajoute un impératif catégorique, celui de "lutte contre l'hubris, contre la folie des grandeurs"⁷⁹, c'est-à-dire une lutte contre la démesure et contre l'ébriété, autrement dit la sobriété comme mesure des limites. Ce déjà-là d'idéologies politiques, combiné à une sobriété dont l'acceptabilité sociale grandit (ADEME & L'ObSoCo, 2024), nous semble être un terreau fertile pour dessiner un horizon politique désirable, dont la sobriété serait un des moyens, et le convivialisme l'horizon.

Dans le cadre de ces travaux, il ne nous revient pas d'approfondir si oui ou non le convivialisme est le meilleur horizon politique (au sens stratégique). Nous le proposons comme exemple d'horizon politique désirable, et nous invitons celles et ceux qui ont à cœur de rendre désirable la sobriété, de consacrer leur énergie à participer à l'émergence ou la promotion d'un projet politique émancipateur davantage qu'à la promotion de tels gestes individuels.

⁷⁷ Les 5 principes cités sont directement extraits du site web du convivialisme consultable ici : <https://convivialisme.org/en-quelques-mots/>

⁷⁸ Les auteur·rices sont consultables sur cette page web <http://convivialisme.org/archive/les-auteurs.html> et les soutiens sur celle-ci <http://convivialisme.org/archive/les-premiers-soutiens.html>

⁷⁹ <https://convivialisme.org/en-quelques-mots/>

1.8 Conclusion de la première partie

Cette première partie nous a permis de dessiner trois horizons pour une sobriété désirable :

- Rendre la démarche désirable (démocratique, inclusive, non brutale, anticipée) et non la sobriété,
- Enquêter sur ce qu'il y a à gagner à renoncer en s'appuyant sur la suffisance intensive,
- Promouvoir un projet politique émancipateur et désirable, la sobriété n'étant qu'un moyen

Pour cela, nous sommes partis des consensus identifiés dans la littérature (la sobriété est nécessaire, est un cheminement collectif, est différente et complémentaire à l'efficacité, son contraire est l'ébriété, elle n'est pas que énergétique, elle est politique plus qu'individuelle, elle nécessite une exigence d'équité et d'inclusion), que nous avons articulé avec la redirection écologique.

Nous avons proposé de remplacer la notion de "besoin" par celle "d'attachement", ou, pour le moins, de se focaliser davantage sur les moyens pour les satisfaire, que sur les besoins eux-mêmes, car ils sont rarement correctement définis et portent un risque d'essentialisation.

Nous avons différencié "sobriété", "efficacité" et "austérité" pour insister sur le fait que, malgré la forte apparition du terme dans le débat public et gouvernemental, beaucoup reste à faire pour définir de réelles politiques de sobriété qui s'articulent avec la justice sociale.

Nous avons ensuite distingué un mouvement de limitation par la sobriété d'un mouvement d'émancipation par la suffisance, ce qui invite à être particulièrement vigilant quant à l'usage du terme "sobriété" dans les contextes de précarité, et à systématiquement concevoir des politiques de sobriété de façon démocratique, anticipée, inclusive et non-brutale. Nous avons proposé un schéma pour clarifier l'usage des concepts, en étudiant l'étymologie des termes suffisance et sobriété, et en invitant à s'appuyer sur les travaux sur les modes de vie décents lorsqu'on veut parler de la destination (l'équivalent de l'espace sûr et juste pour l'humanité du donut de Kate Raworth).

Nous avons rapidement mis les pieds dans le plat des objections classiques faites à la sobriété. La sobriété seule n'est pas souhaitable, c'est bien l'articulation intelligente entre sobriété et efficacité qui permet d'atteindre des modes de vie décents. La sobriété n'est pas davantage liberticide que tout projet de vie en commun. Les actions individuelles ne sont pas à opposer aux actions collectives, les deux s'articulent dans un continuum, les actions individuelles étant orientées par les infrastructures et les politiques collectives.

Ces trois horizons et ces réflexions théoriques ont également été nourris par une étude des représentations graphiques existantes et par une enquête auprès des membres du Réseau Sobriété qui sont l'objet de la deuxième partie de ce travail. L'objectif est d'identifier des propositions concrètes pour renouveler les représentations graphiques justes de la sobriété et nourrir le stage d'Ingrid de Saint-Aubin sur une identité graphique de la sobriété au sein de Virage Énergie.

Partie 2 - Inspirations pour des représentations justes de la sobriété

Cette seconde partie propose des inspirations pour renouveler les représentations de la sobriété. Nous présentons d'abord la méthodologie suivie pour notre travail de recherche, puis l'analyse de l'enquête de terrain et enfin nos propositions.

2.1 Une méthodologie itérative et récursive

Pour aboutir aux propositions et aux inspirations de représentations justes de la sobriété (présentées à partir des chapitres 2.5), notre recherche exploratoire a été organisée en plusieurs étapes séquencées dans le temps : revue de littérature, écriture théorique, panorama de représentations, enquête de terrain, analyse de l'enquête, rédaction. Ce découpage en grandes étapes est ce que nous nommons une méthodologie itérative. Nous la qualifions également de récursive pour préciser que chaque phase a nourri et enrichi en retour chacune des autres : la revue de littérature et le panorama de représentations ont été enrichis par l'enquête de terrain grâce aux références partagées par les enquêté-es ; l'enquête de terrain et son analyse ont été confrontées à la revue de littérature et ainsi de suite. La revue de littérature et l'écriture théorique étaient l'objet de la première partie de cette publication. L'objet de cette seconde partie est de présenter l'enquête de terrain, le panorama, les méthodes utilisées pour amener aux propositions et inspirations. L'objectif de ce chapitre 2.1 est de présenter la méthodologie de l'enquête de terrain et du panorama de représentations.

L'enquête auprès d'une vingtaine de membres du Réseau Sobriété (animé par le réseau Cler et Virage Énergie avec le soutien de l'ADEME) a été réalisée entre Mars et Juin 2024 (voir la liste des organisations et des personnes interviewées dans le chapitre 2.3). Les membres interviewés ont été conseillés par Julia Hidalgo et Barbara Nicoloso, afin de représenter la variété des structures membres du réseau ainsi que la diversité de leurs activités. L'enquête a pris la forme d'un entretien semi-directif en visioconférence, l'audio a été enregistré, et une transcription a été réalisée pour chaque entretien. Les participant-es à l'enquête ont reçu par email en amont de l'entretien les quatre thèmes de l'échange :

- Qu'est la sobriété pour vous ?
- Que pensez-vous des représentations visuelles et culturelles actuelles ?
- Quels sont les bénéfices et co-bénéfices de la sobriété à vos yeux ?
- Quelles seraient des représentations utiles et inspirantes selon vous ?

L'analyse de ces entretiens s'est faite en deux temps. Un premier temps pendant l'entretien pour lister des documents non encore identifiés dans notre panorama (que nous présentons dans le chapitre 2.4) ou dans notre bibliographie, ainsi que des avis, ou suggestions en matière de définitions ou de représentations de la sobriété qui sortaient de l'ordinaire selon notre subjectivité. Cette première analyse a nourri notre panorama ainsi que la première partie que nous avons affinée au fil des entretiens. Nous avons également pris entre 5 et 10 minutes en fin d'entretien pour partager les horizons dégagés dans la première partie et collecter leurs retours. Ces retours sur notre travail en cours ont confirmé nos hypothèses, nous n'avons noté aucune objection sur nos propositions (néanmoins le temps très court

accordé à cet échange ne permet pas de conclure que les participant·es n'auront pas de désaccords suite à la lecture de ce rapport complet). Un second temps d'analyse a été réalisé à froid, dont le résultat est partagé dans le chapitre 2.3, pour dégager les caractéristiques des représentations actuelles et souhaitées de la sobriété.

En parallèle de cette enquête, nous avons construit un panorama des représentations de la sobriété et de l'ébriété. Ce panorama a d'abord été construit par simples recherches internet, puis a été enrichi par les entretiens et par des recherches plus approfondies menées par Ingrid de Saint-Aubin, qui a fait un stage pour Virage Énergie de Mars à Août 2024 sur le "design d'identité de la sobriété désirable". La recherche théorique de la première partie a ainsi nourri et orienté nos panoramas. L'enquête a nourri en retour les panoramas et les propositions théoriques. Le tout a été fait en partageant systématiquement entre nous les résultats de l'enquête et l'avancement des panoramas par des documents partagés et un échange hebdomadaire. Grâce à cette attention à tisser et retisser en permanence nos réflexions, ce que nous qualifions de méthodologie itérative et récursive, nous pensons que ce travail a acquis une certaine solidité.

2.2 Limites de ce travail

Nous avons identifié trois limites à ce travail. La première, évidente et déjà discutée en introduction de ce travail dans l'encart "perspective située et limites de ce travail", est celle d'un travail situé, subjectif, qui, malgré une certaine recherche de solidité objective, nécessite une vigilance à toute forme de généralisation.

La seconde limite est que nous sommes parti·es de la théorie, du concept de sobriété, qui lui-même est encore fragile comme nous l'avons vu dans le chapitre 1.2.

La troisième, est que nous avons réalisé ce travail sans ancrage territorial, plutôt à l'échelle nationale, tout en mêlant quelques travaux internationaux.

Malheureusement, ces trois limites s'amplifient l'une l'autre, la définition théorique peu solide amplifie les biais subjectifs, l'absence d'ancrage territorial augmente les risques de rester dans une bulle théorique, les biais subjectifs nous faisant probablement invisibiliser certaines caractéristiques territoriales. Cela nous incite à inviter les lecteur·rices de ce travail à un grand discernement quant à l'usage qui sera fait de ces travaux, il est préférable de les considérer comme un point de départ, plutôt que comme des réponses définitives. En particulier, il pourra être bienvenu de partir d'une problématique locale, en allant à la rencontre de la population, sans nécessairement évoquer le concept de sobriété pour faire émerger les préoccupations et besoins du territoire, en évitant de plaquer certaines propositions (théoriques ou graphiques) formulées dans ce travail.

2.3 Enquête auprès des membres du Réseau Sobriété

Organisations et personnes rencontrées dans le cadre de l'enquête :

Organisation	Personne	Fonction	Date
CIREC	Carine Barbier	Ingénieur de recherche prospective	26/06/2024
négaWatt	Yves Marignac	Expert énergie et nucléaire et porte-parole de négaWatt	20/06/2024
négaWatt	Charline Dufournet Stéphanie Clairet	Responsable plaidoyer Communication	20/06/2024
Energy Cities	Mélanie Bourgeois	Chargée de sobriété	14/06/2024
réseau Cler	Stéphanie Cayrol	Responsable de la communication	13/06/2024
FNCCR	Pierrick Degardin	Directeur adjoint du programme ACTÉE	03/06/2024
Virage Énergie	Barbara Nicoloso	Directrice de l'association	03/06/2024
France Nature Environnement	Adeline Mathien	Chargée de mission énergie	28/05/2024
Artiste conteuse Commune de Muttersholtz	Geneviève Wendelski	Artiste et anthropologue	28/05/2024
Greenpeace	Nicolas Nacé	Chargé de campagne transition énergétique	27/05/2024
Alisée	Blandine Jagoudel	Direction des programmes	27/05/2024
GERES	Marie-Maud Gérard	Responsable programme énergie bâtiments	16/05/2024
Tehop	Sacha Huthwohl	Chargé d'étude a participé au guide sobriété de l'ADEME	16/05/2024
Communauté de Communes du Clunisois	Lucy Bray	Chargée de mission climat et énergie	16/05/2024

Organisation	Personne	Fonction	Date
CERDD	Eléonore Drouet	Chargée de mission territoires en transition	12/04/2024
Commune de Muttersholtz	Julien Rodrigues	Secrétaire général	04/04/2024
AREC Île-de-France/Institut Paris Région	Marie-Laure Falque Masset	Cheffe de projet - programme sur les imaginaires de la sobriété	29/03/2024
Enercoop	Maxime Privolt	Responsable Développement et Support	29/03/2024
ADEME	Florence Clément	Responsable de la mobilisation grand public et jeunes	29/03/2024
AMORCE	Maxime Scheffler	Chargé de mission maîtrise de l'énergie des logements et bâtiments publics	29/03/2024

2.3.1 Ce à quoi les personnes tiennent à propos de la sobriété

Après une courte présentation mutuelle, nous avons commencé notre échange par ce à quoi les personnes tiennent à propos de la sobriété, que ce soit en contraste avec d'autres concepts, comme l'efficacité, ou spontanément ce qu'elles associent au concept, ou encore les caractéristiques ou les conditions de mise en oeuvre qui leur semblent importantes.

Sans grande surprise, les retours à cette première question sont entièrement en phase avec les consensus identifiés dans la première partie de ce travail, comme le montre les verbatims issus de nos entretiens :

- *“La sobriété est multi-thématique”* [c'est-à-dire pas que énergétique]
- *“L'efficacité c'est la dimension technique”*
- *“L'efficacité énergétique est le levier technologique”*
- *“Elle est comportementale, moins simple d'appréhension par des profils ingénieurs”*
- *“On bloque souvent les ingénieurs avec nos questions”* [en faisant un retour d'expérience lié à la mise en place d'un site internet sobre]
- *“L'importance de l'aspect culturel, le côté qui va au-delà du technique”*
- *“Deux notions importantes : le collectif et la dimension structurelle”* [des politiques de sobriétés]
- *“Changement de démarche qui vise à réduire énergie et ressource, changements comportements, modes de vie collectives, volontaire et organisé”*
- *“S'interroger sur les besoins. Avoir la maîtrise de soi”*
- *“Réinterroger VRAIMENT les besoins à titre individuel et collectif.”* [nous avons mis en majuscule le terme “vraiment” pour être fidèle à l'intonation de la personne]

- “Le “s” de sobriétés j’y tiens” [en expliquant l’importance pour la personne de la dimension multi thématique de la sobriété]
- “Changer les comportements, les besoins”
- “Trois piliers : besoin, changer les pratiques, réduisant impact”
- “Usages et pratiques, par opposition à la technique de l’efficacité”
- “La sobriété c’est un parcours, un chemin avec plein de ramifications”
- “La question de besoins est essentielle, réfléchir à notre besoin avant de comment y répondre.”
- “Dimension collective, focus sur le cadre des politiques publiques.”

Pendant ces entretiens, la question de l’énergie a été prépondérante ainsi que les travaux de négaWatt qui ont très fréquemment été cités. Cependant aucune personne n’a limité la sobriété à la seule question énergétique, y compris les personnes travaillant dans des structures qui n’adressent que la dimension énergétique. Nous notons cependant en complément de notre introduction à ce travail que la sobriété numérique, jusque-là absente de nos réflexions, semble avoir joué un rôle important dans la diffusion du terme de “sobriété” en France avant que le terme ne s’impose dans le discours public à l’été 2022. En effet, quelques personnes nous ont cité le rapport *Pour une sobriété numérique* du Shift Project⁸⁰ publié en Octobre 2018.

Le lien avec les besoins et les comportements est systématiquement fait, et la définition du concept de besoin ne nous a jamais été partagée spontanément (contrairement par exemple au concept d’efficacité qui lui était systématiquement rapproché de la question technique). Certains verbatims comme “changer les besoins” ou “s’interroger sur les besoins” nous laissent penser que “besoins” est souvent utilisé en synonyme de “demandes” alors que la théorie des besoins humains pose clairement une différence entre ces deux concepts. Ceci confirme à nos yeux une des limites (que nous avons pointé dans la première partie) de la définition de la sobriété telle que portée par l’ADEME⁸¹ et largement diffusée auprès des acteur·rices de la sobriété : il serait important de clarifier cette définition des besoins humains en diffusant les travaux scientifiques sérieux au-delà de la pyramide de Maslow. À noter qu’un participant nous a explicitement cité le contenu de la formation de l’ADEME *S’engager dans une politique territoriale de sobriété*⁸² dans laquelle il est fait mention que la pyramide de Maslow est dépassée, mais cela ne se retrouve pas dans les publications.

Dans la continuité de cette question, nous notons qu’environ la moitié des participant·es tiennent particulièrement à la question de la justice sociale quand on parle de sobriété :

- “La dimension justice sociale : sobriété subie ça m’énerve, c’est de la précarité.”
- “Ce à quoi je tiens : l’équité indissociable”

⁸⁰ Consultable en ligne à cette adresse :

<https://theshiftproject.org/article/pour-une-sobriete-numerique-rapport-shift/>

⁸¹ « Dans un contexte où les ressources naturelles sont limitées, la sobriété consiste à nous questionner sur nos besoins et à les satisfaire en limitant leurs impacts sur l’environnement. Elle doit nous conduire à faire évoluer nos modes de production et de consommation, et plus globalement nos modes de vie, à l’échelle individuelle et collective » ADEME, HUTHWOHL, S., Tehop, THIBAUT, N., Projets et Territoires, CORRE, D., & VIRLOUVET, G. (2023). *Impulser une politique de sobriété sur mon territoire. Méthode, exemples et outils pour les collectivités locales.*

⁸² Détails à cette adresse :

https://formations.ademe.fr/formations_transition-ecologique-:-approche-transversale_-s-engager-dan-s-une-politique-territoriale-de-sobriete_s5068.html

- *“Sobriété mal perçue, pour certain elle est subie et pour d’autre elle est limitatrice”*
- *“Sobriété comme vecteur d’équilibre, un moyen vers plus de justice.”*
- *“Lien étroit justice sociale”*
- *“Justice sociale, transition juste, plus on va vers l’Europe de l’Est plus c’est difficile de questionner les modes de vie individuel”*
- *“On est mal à l’aise par rapport à la sobriété sur le lien entre précarité et sobriété, mal à l’aise par anticipation”*

Certaines des personnes qui ont spontanément citées cette question de justice sociale travaillent auprès de publics en précarité énergétique. Cela rejoint à nos yeux notre critique du terme “sobriété subie” ou “sobriété contrainte” utilisé dans le rapport de l’ADEME *Impulser une politique de sobriété sur mon territoire*. Cependant nous avons eu une objection à notre critique de la part d’une participante qui “aime bien *sobriété subie* : ça montre qu’il y a des choix possibles, un public prioritaire avec des politiques ciblées”. Tout ceci nous fait penser que cet attachement à une sobriété en lien étroit avec une justice sociale est une conséquence plus générale de l’augmentation des inégalités en France depuis plusieurs décennies qui s’est encore accélérée avec la pandémie de Covid-19 et la forte inflation économique des dernières années. Nous invitons également les membres du Réseau Sobriété à explorer les distinctions proposées dans la première partie entre suffisance, sobriété et modes de vie décents pour percevoir en quoi le terme et l’étymologie du terme “sobriété” peuvent invisibiliser cet attachement à la justice sociale.

En poussant encore plus loin ce curseur, certaines personnes nous ont spontanément parlé de leur attachement à un *“changement de modèle profond dans tous les secteurs, tous les domaines, toutes les thématiques”*, à une *“remise en question profonde et potentiellement douloureuse”* en insistant sur la dimension collective, à *“mutualiser et repenser la façon de faire et de vivre”*, à *“vivre mieux avec moins”* en faisant des *“choix de société”*, en portant une *“vision de société”*. Ces propositions semblent rejoindre un des trois horizons que nous proposons dans la première partie de ce document : la sobriété en tant que moyen pour créer un mode de vie désirable. Ces visions plus radicales, au sens de questionner à la racine de nos modes de vie occidentaux, semblent s’appuyer sur un regard critique des politiques actuelles par exemple en critiquant la *“volonté du gouvernement de faire passer la sobriété pour ce que ce n’est pas”* ou en critiquant le plan de sobriété et sa dimension des petits gestes.

Toujours est-il que pour un grand nombre de participant-es la *“sobriété c’est limiter le gaspillage”* et en cela le plan de sobriété a permis de mettre notamment en mouvement les entreprises et les collectivités pour faire la *“chasse aux gasp”* en écho aux politiques du temps du second choc pétrolier de 1979. Ce plan a eu la vertu de mettre en lumière les gisements d’économies par exemple en arrêtant le chauffage dans des entrepôts non utilisés ou en éteignant la lumière dans des bâtiments vides⁸³. Il reste à trouver un chemin pour non pas pérenniser ces économies, car l’incitation financière peut suffire, mais pour aller au-delà car la sobriété c’est aller au-delà de la limitation des gaspillages.

⁸³ Publication retour d’expérience du programme ACTÉE *Plans de sobriété des collectivités Hiver 2022-2023 - Enseignements principaux et conditions de pérennisation* à paraître en septembre 2024 et que nous avons pu consulter en cours de rédaction

“*La sobriété c’est du volontaire, et la volonté s’apprend !*” nous disait une participante, ce qui rejoint une autre proposition d’un participant pour “*une éducation populaire à la sobriété*”, ou plus particulièrement à l’énergie et à la technique. Nous pensons cette proposition fertile en particulier auprès de publics en précarité énergétique, pour les aider à maîtriser les “*bases techniques car derrière la sobriété, il y a beaucoup de fausses bonnes idées, de mythes*”. Dans nos travaux nous n’avons pas spécifiquement creusé cette question, elle pourrait pourtant parfaitement tenir en même temps l’émancipation et la limitation, pour s’approprier les bases du confort thermique et ainsi avoir “*une culture technique suffisante*” pour maîtriser ses usages. Ce serait une nouvelle piste à explorer pour enrichir nos propositions.

2.3.2 Ce qu’elles pensent des représentations visuelles et culturelles actuelles

En grande majorité les participant·es trouvent que les représentations actuelles sont globalement absentes, compliquées, pauvres, confuses. Quand les personnes en trouvent ces dernières sont davantage en rapport avec le matériel et la technique plutôt que le collectif et le comportement (contrairement à la distinction souvent faite entre efficacité et sobriété) : “*thermomètre, thermostat, lampadaire*”, “*en demandant à la com, j’avais des ampoules et moi j’en peux plus*”, “*quelqu’un qui éteint la lumière*”, “*ampoule, logo vert*”, “*énergie renouvelable*”.

La majorité des participant·es trouvent qu’une “*représentation synthétique est trop difficile*”, et “*très conceptuel, difficile à illustrer*”. De plus, “*vis-à-vis des collectivités on n’a pas de représentation culturelle qui en résulte*”, même si deux participant·es essaient “*de réactualiser des récits de sobriété ancrés dans le patrimoine oral*” à travers les contes. Les représentations sur les gestes individuels leur semblent plus simples alors que “*beaucoup plus compliquées sur l’aspect collectif*” en contradiction encore avec leurs attachements. Une participante nous exprime : “*ce qui me préoccupe c’est qu’on confond beaucoup sobriété et efficacité*”, alors même que les représentations rapides à trouver amplifient cette confusion. Une autre nous partage sa lassitude face aux représentations actuelles : “*classiques, vues et revues, images austères, retour au passé*”. Très justement un participant nous interpelle : “*qu’est-ce qu’on fait quand on doit non-inaugurer ?*”, c’est-à-dire quand par des pratiques sobres nous n’avons pas réalisé tels ou tels travaux, ce qui est encore plus avancé en matière de sobriété que de se demander quelle inauguration faire pour célébrer une non-réalisation volontaire ? En synthèse, il se dégage un quasi consensus, à savoir “*on a besoin de plus de représentations*”.

Néanmoins, nous avons identifié des exceptions à ces difficultés, un participant nous précise la perception par le grand public : “*avant 2022 la sobriété était plutôt mal vue, une sorte de retour en arrière, mais avec la crise énergétique, c’est devenu quelque chose de plus intégré*” [nous comprenons “intégré” dans le sens “accepté”, “normalisé”]. Les représentations actuelles positives, “*qui fonctionnent bien*”, et qui ont été citées plus d’une fois sont les suivantes :

- “*Ce qui marche bien c’est le donut⁸⁴ car justice sociale et limites planétaires*”

⁸⁴ En référence aux travaux de Kate Raworth dont nous avons déjà parlé dans la première partie

- “La vidéo de présentation de Fulfill⁸⁵ : ça nous plaît bien”
- “Montrer le non-sens et l’ébriété : montrer des bâtiments éclairés la nuit”
- “Ce qui marche un peu mieux : sobriété versus ébriété”
- “Ce qui marche bien : c’est le vélo”
- “Sur la mobilité, vélo ou marche incarnent bien la sobriété”, “la balade en forêt”
- “Un visuel qui compare la taille d’un même modèle de véhicule dans le temps, ou la taille des frigo” [les personnes font référence à des images qui présentent côte à côte le même modèle de voiture d’une même marque dans le temps, avec une forte augmentation de la taille du modèle au fur et à mesure, à noter que nous n’avons pas trouvé une source fiable d’un visuel de ce type]

2.3.3 Les représentations inspirantes de la sobriété imaginées ou souhaitées

Nous avons choisi ici de fusionner les réponses des deux thèmes suivants (co-bénéfices et représentations inspirantes mentionnés précédemment dans la description de l’enquête), car notre hypothèse initiale était que si les représentations actuelles sont pauvres (ce que les participant·es nous ont globalement confirmé), peut-être nous pourrions représenter davantage les bénéfices et co-bénéfices de la sobriété, plutôt que la sobriété elle-même. À noter que nous en profitons pour partager également des exceptions inspirantes au constat majoritaire précédent en ce qui concerne la pauvreté des représentations actuelles.

En synthèse, une proposition qui est revenue plusieurs fois pendant les entretiens est que si la sobriété est “plus de liens et moins de biens”, nous pensons plus simple et plus juste de représenter le “plus de liens” au lieu du “moins de biens”. En posant cette question des co-bénéfices de la sobriété, nous avons eu deux fois l’objection “il n’y a pas que des bénéfiques”, en particulier en évoquant la question du “temps de la délibération collective pour construire des consensus et des coopérations” qui semblent être une contrepartie coûteuse mais nécessaire aux yeux des participant·es. Nous y voyons un écho à la question de la volonté évoquée précédemment, ainsi qu’à la nécessité d’apprendre de nouveaux savoirs, de nouveaux savoir-faire, de nouveaux savoir-faire-ensemble. Voici un tableau synthétisant les co-bénéfices proposés par les personnes, trié par type de co-bénéfices les plus fréquemment cités :

Type de co-bénéfice	Nombre de fois cité	Exemples de verbatim
Pouvoir d’agir et souveraineté	12 fois	<p>“Joie de récupérer de l’autonomie, une joie d’une autre nature”</p> <p>“Logement adapté au nombre d’habitant, plus facile à entretenir”</p> <p>“Plus facile à maintenir”</p> <p>“Sortir dépendances et servitudes”</p> <p>“Souveraineté énergétique” et “maîtrise de l’énergie”</p>

⁸⁵ Le projet Fulfill et la vidéo mentionnée sont consultables en ligne ici : <https://fulfill-sufficiency.eu/sufficiency/>

Type de co-bénéfice	Nombre de fois cité	Exemples de verbatim
		<i>“Simplicité”</i>
Plus de liens sociaux, de solidarité et de convivialité	11 fois	<i>“Coopération, interdépendance”</i> <i>“Plus riche en compétences, en savoirs et en échanges”</i> <i>“Équité par partage, solidarité”</i> <i>“Meilleure répartition des ressources et des richesses”</i> <i>“Plus de commun et de collectif”</i> <i>“Ludique et convivialité”</i>
Environnementaux	9 fois	<i>“Monde moins pollué”</i> <i>“La première chose : nature, environnement, réduire la pression”</i> <i>“Monde plus vivant : plus d’attention au vivant”</i>
Sens et modes de vie	8 fois	<i>“Questionner sur les besoins : redonner du sens”</i> <i>“Individuel et collectif : opportunité de réfléchir ensemble”</i> <i>“Choisir ce dont j’ai besoin, j’accepte ce sur quoi je n’ai pas la main”</i> <i>“Revenir aux besoins essentiels, élaguer le superflu, la publicité”</i> <i>“Modes de vie plus simples et plus léger”</i> <i>“pour moi la sobriété c’est un voyage”</i>
Économique	7 fois	<i>“Des économies et de la frugalité”</i> <i>“Plus serein rapport à l’argent”</i> <i>“Balance commerciale meilleure sur la partie énergétique”</i> <i>“Sobriété => Réduire le volume demandé => Réduction du prix => plus accessible en euros”</i>
Réduction du stress lié à l’accélération du temps	7 fois	<i>“Maîtrise de son temps”</i> <i>“Un autre rapport au temps et à la marchandisation du temps”</i> <i>“Un monde plus lent”</i> <i>“Agendas moins chargés”</i>
Meilleure qualité de vie	7 fois	<i>“Mieux vivre l’instant présent”</i> <i>“Environnement plus apaisé, moins de bruits”</i> <i>“Qualité de vie améliorée”</i> Un participant nous partage une citation de Gandhi : <i>“Vivre simplement pour que les autres puissent simplement vivre”</i>
Meilleure santé	4 fois	<i>“Meilleure alimentation”</i>

Type de co-bénéfice	Nombre de fois cité	Exemples de verbatim
		<p>“Exercices physiques”</p> <p>“Marche”</p>

Chacun de ces co-bénéfices peut être source d’inspiration pour créer des représentations désirables de la sobriété. Bien sûr chaque représentation sera partielle et ne représentera pas le concept en tant que tel. Mais nous pensons qu’il y a dans ce tableau un immense gisement de représentations possibles.

De plus, il est fréquemment arrivé que pendant nos entretiens, certaines personnes fassent le lien avec une initiative inspirante existante. Cette liste n’est bien entendu pas exhaustive, néanmoins elle a pu enrichir notre panorama initial et il nous paraît pertinent de la partager ici en tant que source d’inspiration pour de prochains travaux :

- La bande dessinée *Apporter Demain : La France de la Convention Citoyenne pour le Climat* de Téo Saal, Lucas Zufic et Jonas Teboul
<https://www.babelio.com/livres/Teboul-Apporter-demain--La-France-de-la-Convention-Citoy/1515795>
- Le Collectif Paysages de l’Après Pétrole : <http://www.paysages-apres-petrole.org/>
- La campagne de publicité “Découvrez les pieds pour les courtes distances” de Bruxelles Mobilité :
<https://mobilite-mobiliteit-brussels.prezly.com/decouvrez-les-piedsc>
- La campagne de publicité “Plus proche que vous ne l’imaginez” de la SNCF :
<https://lareclame.fr/ddbparis-ouisncf-panneaux-237740>
- L’outil de design fiction Imaginairgy développé par l’AREC Île-de-France :
<https://www.arec-idf.fr/evenements/imaginairgy-simmerger-dans-des-futurs-speculatifs-pour-proposer-des-actions-concretes-de-sobriete-collectives-et-desirable/>
- Le livre *Ecotopia* de Ernest Callenbach :
<https://www.babelio.com/livres/Callenbach-ecotopia/1079051>
- L’émission *2050 : jouer le jeu de la sobriété ?* par Scope et ARTE avec un jeu de rôle signé Fibre Tigre : <https://www.youtube.com/watch?v=TX3RcTYJH8g>
- La campagne des dévendeurs de l’ADEME :
<https://epargnonsnosressources.gouv.fr/actualites/nouvelle-campagne-communication/>
- La représentation de l’arbre aux actions des Racines de résilience :
<https://www.racinesderesilience.org/arbre-aux-actions/france>
- Geneviève Wendelski sera en « résidence d’artiste sur les nouveaux imaginaires de la sobriété » sous la forme de création de contes sur la communauté de communes Sélestat pendant le second semestre 2024. Le processus de création ainsi que les spectacles et restitutions seront filmés. Site web de l’artiste :
<https://genevievewendelski.be/>
- Le rapport *Vers un contrat social pour le XXIe siècle : comment en sommes-nous arrivés là ?* de l’IDDRI :
<https://www.iddri.org/fr/publications-et-evenements/rapport-vers-un-contrat-social-pour-le-xxie-siecle-comment-en-sommes-nous>

- Le projet européen *Fulfill* et notamment sa vidéo de présentation : <https://fulfill-sufficiency.eu/>
- Le scénario collaboratif Européen *Clever* (pour *a Collaborative Low Energy Vision for the European Region*) piloté par négaWatt pour la France et comprenant 26 partenaires Européens dont Energie-suffizienz pour l'Allemagne ou Ecoserveis pour l'Espagne : <https://clever-energy-scenario.eu/>

Enfin, lorsque nous avons donné une baguette magique imaginaire à nos participant·es pour créer des représentations justes et utiles de la sobriété (en leur posant la question : “supposons que vous ayez une baguette magique et que vous puissiez instantanément produire des représentations, que créez-vous ?”), il nous ont d’abord fait part de leur souhait de donner à voir des pratiques concrètes, ancrées dans le quotidien et dans un déjà-là sans être marginales, notamment dans le but de “*pouvoir illustrer tous les champs de la sobriété*”, dans tous les “*univers de vie (en vacances, à la cuisine, au travail, etc...)*”. Les raisons avancées de cette importance sont l’inspiration par “*imitation*” et un souhait de “*dédramatiser*” et de “*rendre accessible*” les pratiques de sobriété. L’exemple du vélo est revenu en l’étendant à des pratiques de sobriété incarnées dans le quotidien. Un souhait “*d’allier fond et forme*”, d’être “*cohérent*” dans ces représentations a aussi été exprimé.

Globalement cette baguette magique n’a pas été simple d’utilisation par nos participant·es, beaucoup ont exprimé leur besoin d’encore “*plus de reportages, de retours d’expérience, de documentaires, de podcasts sur des vacances à vélo, ou des traversées à pied ou autre*”. Certain·es ont évoqué des romans et des séries qui dépeignent un monde désirable (l’exemple du livre *Le Ministère du Futur* de Kim Stanley Robinson est revenu plusieurs fois) en partageant leur sentiment qu’en matière de sobriété, nous “*manquons de récits*”, par exemple des récits de “*sobriété populaire*” incluant “*d’autres références culturelles*” avec des “*codes vestimentaires plus variés*”. Nous faisons un parallèle avec notre chapitre 1.5.3 “*La sobriété face à la précarité : une opportunité de rencontre ?*”. Certaines personnes ont pensé faire de la sobriété un sujet dont s’emparaient des “*influenceur·euses notamment dans le monde de la culture et du cinéma*”.

Ces représentations auraient un “*caractère festif et joyeux*”, nous présenteraient des “*choses étonnantes qui nécessitent de la réflexion*”, joueraient avec des “*détournements*” par exemple en “*usant de l’absurde (notamment dans le spectacle vivant) pour rendre visible ce qui est invisible*”.

Les dimensions sociales, et plus particulièrement “*l’apprentissage convivial*”, le “*faire ensemble avec ses mains*”, ont fréquemment été citées et nous ont incité à commencer nos expérimentations graphiques dans ce sens.

La question de “*l’articulation entre la sobriété et l’efficacité*” a également été suggérée en lieu et place d’une comparaison ou d’une rigueur de définition.

Pour terminer, les questions des “*besoins essentiels*” (c’est-à-dire “*ce qui a de la valeur*” selon une personne qui exprimait ce propos) et de la “*hiérarchisation des besoins*” ont été proposées, sans forme concrète que cela pourrait prendre, plutôt avec une question derrière la tête : “*comment on l’amène ?*”. Dans la continuité de ce sujet, il a pu être cité pêle-mêle de “*revenir sur la question de partage*”, ce qui “*questionne la propriété privée*”, et également le besoin “*d’innovations sociales*” comme par exemple de “*décaler les horaires de transport et de lisser les déplacements*”, le tout sans “*oublier les luttes, les élections et la fiscalité*”.

Bref, la grande majorité des personnes interviewées avaient des difficultés à répondre à cette question, ce qui renforce selon nous le fait que notre travail n'est qu'un point de départ qui devra être continué et enrichi par d'autres.

2.4 Panorama et caractéristiques des représentations de la sobriété

Après avoir réalisé un premier travail bibliographique, nous avons co-construit des panoramas des représentations graphiques de la sobriété et de l'ébriété. La méthode retenue a consisté à faire une recherche internet du terme "sobriété" dans un moteur de recherche en parcourant les images proposées dans l'onglet dédié. Nous l'avons complété par un aperçu de dessins de presse et des communications institutionnelles mentionnant le terme de "sobriété". Cette première approche a ensuite été complétée par Ingrid de Saint-Aubin du côté de l'histoire de l'art et des affiches de campagne politique des mouvements écologistes depuis les années 1960 pour approfondir les invariants graphiques à l'œuvre. Il n'est pas utile ici de lister ces sources, l'intérêt a surtout été de plonger dans les situations vécues par les personnes que nous avons interviewées, en cherchant nous-même des illustrations facilement accessibles. Les invariants graphiques et esthétiques ont été étudiés par Ingrid de Saint-Aubin⁸⁶.

Nous souhaitons cependant dégager quelques caractéristiques des représentations trouvées sur la sobriété, tout en rejoignant le constat de notre enquête : ces représentations se révèlent assez pauvres au global. À noter que ces caractéristiques d'abord identifiées par nous-même sur la base de nos panoramas, ont été complétées par les propositions et ajouts des personnes interviewées.

2.4.1 La technique est au centre, la dimension sociale est absente

Pendant notre enquête, une critique fréquente des représentations de la sobriété est la place trop importante accordée à la technique, ainsi que l'absence fréquente de la dimension sociale. Par exemple, le plan de sobriété du gouvernement⁸⁷ est illustré par ces photos :



⁸⁶ Disponible : <https://www.virage-energie.org/explorer-les-imaginaires-et-les-recits-de-sobriete/#>

⁸⁷ Consultable page 12 de ce document en ligne :

https://www.ecologie.gouv.fr/sites/default/files/documents/22152_Plan-sobriete_DP-2023-if-2.pdf

Une seule pratique pourrait être qualifiée de sociale sur les cinq représentées, les autres mettant en avant l'objet technique : le vélo, l'interrupteur et deux thermostats. Il est possible de déduire de ces images que l'emphase est mise sur des changements de comportements sans que cela ne soit évident. Notre enquête a révélé le manque et la difficulté de créer des représentations sur la dimension collective de la sobriété, et à ce stade il semble que l'option la plus simple est de se concentrer sur l'objet technique. D'où l'insatisfaction exprimée par certain-es de nos enquêté-es à se voir proposer des ampoules et des panneaux solaires pour illustrer les publications de leurs structures.

2.4.2 Une confusion entretenue entre sobriété et efficacité

La représentation de la sobriété énergétique ci-dessous condense les éléments graphiques que l'on retrouve fréquemment, sous différentes formes, dans d'autres représentations de la sobriété⁸⁸ :



On y retrouve les fameuses ampoules, souvent illuminées par des pousses vertes, agrémentées d'un ensemble de pictogrammes représentant des énergies renouvelables qui ne parlent en rien de sobriété énergétique mais plutôt d'efficacité et d'énergie renouvelable.

2.4.3 L'énergie est au centre, les autres ressources sont absentes

Dans la continuité de ces deux représentations, l'énergie occupe une place prépondérante dans les représentations actuelles. En précisant nos recherches par le terme de "sobriété hydrique", on trouvera facilement sur un moteur de recherche un robinet d'eau, deux mains attrapant de l'eau dans leurs paumes ou encore un champ agricole arrosé, voire une rivière asséchée. Le même exercice avec "sobriété foncière" donnera des représentations de villages, des plans d'urbanismes, mais il faut spécifier la recherche pour faire apparaître des représentations multi thématiques de la sobriété.

2.4.4 Les représentations de la nature sont fréquentes

Nous l'avons vu précédemment, la petite plante verte dans une ampoule semble constituer une icône archétypale de la sobriété. Le vert occupe également une place prépondérante. On retrouve fréquemment des pictogrammes ou des images ou encore des dessins d'arbres, d'oiseaux, de légumes ou de papillons. Par exemple, c'est le cas dans les

⁸⁸ Consultable sur le site internet de IDOINE EUROPE à cette adresse : <https://www.idoineurope.com/combien-va-vous-rapporter-la-sobriete/>

scénarios Transition 2050 de l'ADEME⁸⁹, en particulier les scénarios *génération frugale* (S1) et *coopération territoriale* (S2) page 9 :

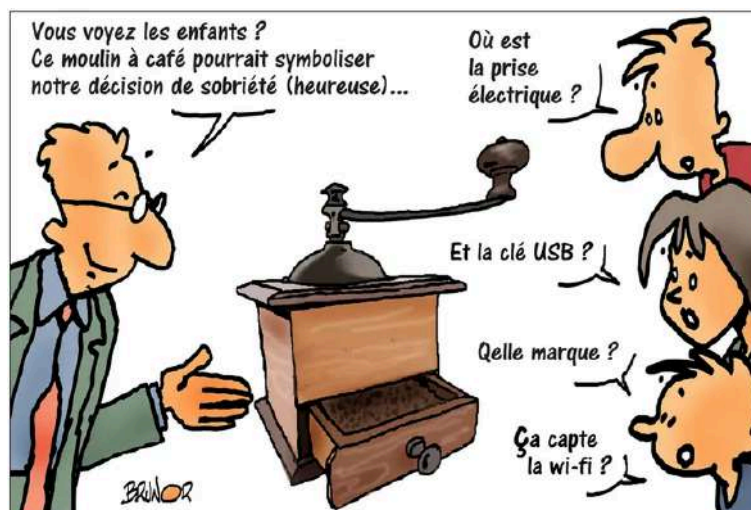
LA SOCIÉTÉ EN 2050

	 <p>S1 GÉNÉRATION FRUGALE</p>	 <p>S2 COOPÉRATIONS TERRITORIALES</p>
Société	<ul style="list-style-type: none"> • Recherche de sens • Frugalité choisie mais aussi contrainte • Préférence pour le local • Nature sanctuarisée 	<ul style="list-style-type: none"> • Évolution soutenable des modes de vie • Économie du partage • Équité • Préservation de la nature inscrite dans le droit
Alimentation	<ul style="list-style-type: none"> • Division par 3 de la consommation de viande • Part du bio : 70 % 	<ul style="list-style-type: none"> • Division par 2 de la consommation de viande • Part du bio : 50 % 

Nous pouvons supposer que la convocation de la nature fait écho aux co-bénéfices environnementaux identifiés pendant notre enquête.

2.4.5 Le passé est utilisé comme repoussoir

Enfin, moins sous forme graphique que culturelle, le passé est souvent utilisé comme repoussoir dans les représentations de la sobriété. Cela peut être une personne qui grelotte près d'un radiateur, la fameuse lampe à huile, ou encore un moulin à café manuel comme cette caricature illustrant l'article *Apprendre la sobriété heureuse* sur le site la-croix.com⁹⁰ :



⁸⁹ Consultable en ligne à cette adresse : <https://librairie.ademe.fr/recherche-et-innovation/5072-prospective-transitions-2050-rapport.html>

⁹⁰ Disponible à l'adresse <https://www.la-croix.com/Famille/Parents-Enfants/Dossiers/Couple-et-Famille/Famille-et-societe/Apprendre-la-sobriete-heureuse-2012-03-21-780583>

2.5 Nos propositions pour renouveler les représentations graphiques et culturelles autour de la sobriété

Pour formuler ces propositions, nous avons articulé ce que nous avons appris de l'étude bibliographique et théorique présentée en première partie, avec l'analyse de l'enquête auprès du Réseau Sobriété présentée en seconde partie ainsi que les caractéristiques des représentations actuelles sur la base de notre panorama présenté succinctement ci-dessus.

2.5.1 Représenter l'articulation entre sobriété et efficacité

Bien que la confusion entre sobriété et efficacité soit fréquente et souvent entretenue par les représentations actuelles, il nous paraît plus pertinent d'insister sur la complémentarité et l'articulation de ces deux notions plutôt que de nous focaliser sur leurs différences.

En effet, comme nous l'avons vu dans la première partie, l'efficacité sans sobriété ne suffira pas, notamment à cause de l'effet rebond, et la sobriété sans efficacité porte le risque d'un effet de recul (lire le chapitre 1.6.1 dédié au sujet pour plus de détails).

Explorer par le graphisme, la photo ou le dessin des pistes pour représenter cette articulation, nous semble fertile. Cette piste est déjà partiellement explorée par la bande dessinée *Apporter Demain* de Téo Saal, Lucas Zufic et Jonas Teboul que nous avons citée précédemment. Cette bande dessinée donne à voir chaque mesure parmi les 149 mesures de la Convention Citoyenne pour le Climat en une double page. Ce choix de découpage ne permet pas d'explorer complètement l'articulation entre sobriété et efficacité en une représentation, elle est plutôt diffuse à travers la bande dessinée.

La vidéo de présentation de la *sufficiency* sur le site de l'initiative européenne *Fulfill*⁹¹ nous donne également à voir une articulation entre sobriété et efficacité. Néanmoins cette articulation n'est pas explicitement représentée, elle est présente en fil rouge dans chaque scène de la vie quotidienne.

2.5.2 Insister sur les dimensions sociales de la sobriété

L'étude théorique, l'enquête et le panorama ont révélé la distance entre les représentations actuelles centrées sur l'objet technique ou l'énergie et ce qu'est réellement la sobriété, à savoir un questionnement sur les besoins pour miser sur le changement de comportement. Il nous semble important de produire des représentations qui insistent sur les dimensions sociales de la sobriété. Nous préférons la dimension sociale à la question des besoins et du changement de comportement, car nous l'avons vu dans la première partie, le concept de besoin reste encore fragile dans les publications liées à la sobriété et comporte un risque d'essentialisation (lire le chapitre 1.5.2 dédié au sujet pour plus de détails). Insister sur la dimension sociale de la sobriété permet également d'éviter de tomber dans la politique des "petits gestes".

Cette dimension sociale pourrait être représentée en présentant systématiquement plusieurs personnes en interaction. Plutôt que de se centrer sur l'usage (par exemple sur le

⁹¹ Visible à cette adresse : <https://fulfill-sufficiency.eu/sufficiency/>

covoiturage), sur l'objet technique (par exemple sur le thermostat), sur le "petit geste" (par exemple l'extinction de la lumière), nous proposons d'insister sur l'interaction entre les personnes, sur le faire ensemble, sur l'entraide. En partageant sur des pratiques mises en place à l'échelle communale, notamment des ateliers de réparation et de couture, c'est la dimension de l'apprentissage convivial qui nous est apparue au cours de l'enquête comme étant la plus prometteuse à représenter. L'apprentissage convivial pourrait à la fois être un co-bénéfice et une condition pour la sobriété, co-bénéfice par l'acquisition de compétences, qui plus est de façon conviviale, et condition car la réparation, la couture, le jardinage, permettent l'émergence de modes de vie sobre.

2.5.3 Représenter les co-bénéfices et les opportunités de la sobriété

Dans le chapitre 2.3.3, nous avons listé dans un tableau l'ensemble des co-bénéfices de la sobriété identifiés par les participant·es à l'enquête. Nous pensons qu'au lieu de représenter la sobriété en tant que tel (c'est-à-dire le "moins de biens" du slogan "plus de liens, moins de biens"), il est plus fertile de représenter ce qu'il y a à gagner par un plus grand recours à la sobriété. Les co-bénéfices sont nombreux (meilleure santé, moins de pollution, plus de liens, plus de pouvoir d'agir, plus de sens, moins de stress, etc.) et variés, ils peuvent être une grande source d'inspiration pour renouveler les représentations de la sobriété.

C'est en partie ce que fait la vidéo de présentation de la *sufficiency* sur le site de l'initiative européenne *Fulfill* déjà évoqué plus haut : une meilleure santé, moins de pollution, moins de stress sont notamment présentés. Cependant, nous notons un usage intense de l'opposition de couleurs gris - vert pour confronter le mauvais (polluant, bruyant, stressant) au bon (les co-bénéfices), ce qui nous semble tomber dans une certaine caricature, qui est probablement la limite de l'exercice pour faire passer un message en peu de temps. La campagne des dévendeurs de l'ADEME⁹² s'appuie notamment sur le bénéfice économique de la sobriété, en conseillant de ne pas acheter un objet neuf pour préférer la réparation ou le partage.

⁹² Les annonces publicitaires sont visualisables à cette adresse : <https://epargnonsnosressources.gouv.fr/actualites/nouvelle-campagne-communication/>

2.5.4 La sobriété c'est parfois ne pas faire : rendre visible l'invisible

La figure 4 du rapport *Impulser une politique de sobriété sur mon territoire* (ADEME et al., 2023, p. 13) classe les différentes pratiques en fonction de leur niveau de sobriété (nous l'avons repris dans le chapitre 1.2). Selon cette figure, "accentuer l'ébriété" et "ne rien changer" sont classées parmi les pratiques de non-sobriété, "substituer" est une pratique de sobriété et "s'abstenir" est la pratique la plus avancée de la sobriété. En effet, lorsque le contexte le permet, ne pas acheter, ne pas consommer d'énergie, ne pas se déplacer sont des pratiques de sobriété maximale. Cependant, il n'est pas aisé de représenter ces pratiques car elles supposent de rendre visible l'invisible et le non réalisé.

Avec Ingrid de Saint-Aubin, nous avons testé deux pistes pour relever ce défi⁹³ :

- Jouer avec le décalage entre une scène et son ombre : la scène donne à voir quelque chose et dans l'ombre projetée il se passe autre chose.
- Superposer des scènes similaires mais différentes, un peu à la manière du Tampographe de Sardon qui superpose plusieurs couleurs de tampon pour donner un effet 3D⁹⁴.



La campagne de publicité "Plus proche que vous ne l'imaginez" de la SNCF⁹⁵ s'appuie également sur un procédé similaire, non pas en utilisant le décalage entre la situation et son ombre, mais en jouant avec le décalage entre la prononciation et l'orthographe. Les vacances à Losse-en-Gelaisse (Los Angeles), à Nouillorc (New-York) ou encore à St Gapour (Singapour) sont "plus proches que vous ne l'imaginez" en le lisant plutôt qu'en l'écoutant.



⁹³ Nous avons malheureusement manqué de temps pour mener ces tests jusqu'à une version finale. Nous mentionnons les deux pistes pour inspiration.

⁹⁴ Source de l'image : <https://tampographe.com/products/tigre-en-trois-couleurs-three-colors-tiger>

⁹⁵ Voir sur ce site internet : <https://lareclame.fr/ddbparis-ouisncf-panneaux-237740>

2.5.5 Utiliser le détournement et l'humour pour opposer ébriété et sobriété

Nous l'avons vu dans la première partie de ce travail dans le chapitre 1.4.4 : la sobriété s'oppose à l'ébriété. L'ébriété pouvant être du gaspillage (alimentaire, énergétique, de matériaux) et de la démesure (vitesse, artificialisation, concentration, accaparement).

Dénoncer le gaspillage et la démesure en utilisant les codes de l'humour est une piste fertile pour représenter la sobriété. C'est notamment un ressort utilisé par la campagne de publicité "Découvrez les pieds pour les courtes distances" de Bruxelles Mobilité⁹⁶ : "Disponibles 24h/24h en bas de vos chevilles" ; "Batterie très longue durée" ; "100% naturels, produits localement" ; "Une technologie du passé, pensée pour le futur" sont les slogans des différentes affiches.

2.5.6 S'appuyer sur le passé comme source d'inspiration

Nous proposons également de prendre le contre-pied du "passé utilisé comme repoussoir pour discréditer la sobriété", en s'appuyant sur le passé comme source d'inspiration. Sans prétendre à une exhaustivité des initiatives s'inspirant du passé pour construire le futur, nous avons identifié deux exemples qui mériteraient d'être davantage connus et promus par les acteur·rices de la sobriété : le programme de recherche citoyen et participatif paléo-énergétique lancé par Atelier 21⁹⁷, et le familistère de Guise de Jean-Baptiste Godin.

Paléo-énergétique : réinventer l'histoire de l'énergie par l'enquête collective

"Le projet Paléo-énergétique.org est porté par l'Atelier 21 (Cédric Carles, Éric Dussert, Thomas Ortiz, Loïc Rogard) et de très nombreux contributeurs : il consiste à exhumer des brevets ou des inventions méconnues qui exploitent des énergies alternatives (solaire, éolien, animale...) afin de les diffuser sur une plateforme en ligne. Cette entreprise d'archivage et de diffusion a été imaginée dans le but de redévelopper des techniques oubliées, aujourd'hui résolument low-tech et adaptées à des exigences de sobriété énergétique." (Gaillard & Bihouix, 2023, p. 149)

Le site internet <https://paleo-energetique.org/> lancé en 2015 est la vitrine de ce projet. Il comporte notamment une frise de ces inventions méconnues. Cette frise est alimentée de façon collaborative par quiconque aurait redécouvert par ses recherches, dans son grenier ou par ses proches une invention tombée dans l'oubli. L'équipe propose également des missions pour des étudiant·es, chercheur·euses, ou passionné·es pour approfondir certaines thématiques plus précises comme par exemple : une "enquête sur le camion Saurer" ou "sur un générateur disparu" ou encore sur "la révolution silencieuse de l'hydrogène"⁹⁸. Ce travail a également donné naissance à un livre "Rétrofutur, une autre histoire des innovations énergétiques" ainsi qu'à une exposition *Rétrofutur Museum*.

⁹⁶ Consulté sur ce site internet : <https://mobiliite-mobiliteit-brussels.prezly.com/decouvrez-les-piedsc>

⁹⁷ Le site internet de l'Atelier 21 : <https://www.atelier21.org/>

⁹⁸ Ces exemples sont extraits du site consulté le 15/07/2024, on peut consulter l'ensemble des missions du moment à cette adresse : <https://paleo-energetique.org/participer/>

Plusieurs éléments nous font mettre en avant cette initiative comme source d'inspiration pour renouveler les représentations de la sobriété. En premier lieu, elle s'appuie sur le passé comme source d'inspiration pour créer, inventer et imaginer le futur. En second lieu, bien que coordonnée par l'Atelier 21 et un groupe de sachant·es, cette initiative se présente avant tout comme une enquête collective, invitant à devenir acteur·rice de cette contre-histoire pour *rétro-inventer* le futur. Enfin, le passé n'est pas convoqué comme une nostalgie ou un nécessaire retour à une pré-modernité du "c'était mieux avant"⁹⁹, ni comme un appel aux sagesses ou aux traditions passées¹⁰⁰, ni enfin comme un repoussoir, mais comme une source d'exploration ludique, démocratique et utile sur des techniques énergétiques et inventions oubliées. Nous voyons ici une passerelle avec l'approche de la redirection écologique (Bonnet et al., 2021), et en particulier la question de l'héritage des brevets :

*"L'approche que nous privilégions est celle de la relecture des brevets, rendue possible par leur digitalisation. Ces documents sont une mine d'informations et d'idées, qui peuvent alimenter ce que nous appelons des «remix technologiques»."*¹⁰¹

⁹⁹ Sur Metapedia, encyclopédie alternative à Wikipédia, située politiquement à l'extrême droite, on peut lire une analyse du livre *Archéofuturisme*, de Guillaume Faye, théoricien de la Nouvelle Droite qui contribua au développement de la mouvance identitaire, qui pourrait faire penser au projet paléo-énergétique : <https://fr.metapedia.org/wiki/Arch%C3%A9ofuturisme>. *Archéofuturisme* mobilise également la "techno-science", dans une continuité du présent pour les privilégié·es et par un retour à des sociétés et techniques médiévales pour les autres, tout en mettant l'accent sur "un retour aux valeurs ancestrales" : "Pour affronter le futur, il faut reproduire une mentalité archaïque, c'est-à-dire, prémoderne, non égalitaire et non humaniste". Il convient donc d'être vigilant lorsqu'on convoque le passé pour d'abord savoir hériter des bénéfices de la Modernité (notamment l'égalité et l'humanisme) et ensuite l'ancrer clairement du côté des techniques et inventions et non sur la question des valeurs, ce que fait le projet paléo-énergétique.

¹⁰⁰ Dans l'article *Sobriété & Tradition : Faut-il voir dans l'écologie contemporaine une lutte contre le monde moderne ?* Alexandre Monnin invite l'écologie politique à dépasser une certaine lutte contre la Modernité (qui s'apparente au traditionalisme) pour hériter pleinement de la politique, la technique et l'infrastructure modernes afin de mieux la rediriger. *Millénaire 3, Soutenabilité*. Consulté 12 novembre 2023, à l'adresse <https://www.millenaire3.com/ressources/2023/veille-m3-sobriete-tradition-faut-il-voir-dans-l-ecologie-contemporaine-une-lutte-contre-le-monde-moderne>

¹⁰¹ Extrait de l'interview de Cédric Charles et Loïc Rogard dans *Journal of Energy History* : <https://energyhistory.eu/fr/hors-format/dialogue/penser-et-engager-le-futur-partir-de-l-histoire-l-approche-paleo-energetique>

Le familistère de Guise et les équivalents de la richesse

Le familistère est situé sur la commune de Guise (Aisne), voulu et conçu par l'industriel Jean-Baptiste Godin qui a produit les poêles en fonte Godin dans l'usine jouxtant le familistère. Ce dernier était le lieu de vie des ouvrier·ères de l'usine, le Palais social, notamment inspiré du phalanstère de Charles Fourier et qui proposait logements, magasins coopératifs, écoles, garderies, théâtre, laverie. Une très grande quantité de films, de productions sonores, d'expositions, de monographies ont été produites¹⁰² sur cette expérience qui continue de vivre en particulier sous la responsabilité du syndicat mixte du Familistère Godin suite à l'impulsion du programme Utopia¹⁰³. Cette "association coopérative du capital et du travail", structure regroupant les activités de l'usine et du familistère, a été fondée en 1880 une fois le palais social achevé et adossé à l'usine créée en 1840, elle sera dissoute en 1968 bien après la mort de son fondateur Jean-Baptiste Godin décédé en 1888 (Lallement & Gillet, 2009). En 1968, l'usine devient Godin SAS encore en activité en 2024¹⁰⁴.

¹⁰² Voici par exemple une sélection faite par nos soins. Un reportage de 2006 en deux parties de François Ruffin, *Godin, de l'utopie au réel* : <https://la-bas.org/la-bas-magazine/les-archives-radiophoniques/2005-06/janvier-109/godin-de-l-utopie-au-reel-1>. Un court documentaire du CNRS de 2013, *Le Familistère de Guise, une utopie réalisée* : <https://www.dailymotion.com/video/xzg97x>. Un podcast de 18 courts épisodes réalisés par France Bleu Picardie en 2023 : <https://www.familistere.com/fr/actualites/a-lire-a-voir-a-ecouter/podcast-france-bleu-picardie-un-ete-au-familistere-de-guise>

¹⁰³ La chronologie du programme Utopia : <https://www.familistere.com/fr/decouvrir/regenerer-le-familistere-le-programme-utopia/chronologie-le-programme-utopia>

¹⁰⁴ Le site internet de l'entreprise Godin SAS : <https://www.godin.fr/entreprise/histoire/>

Cette expérience passée qui dura plus d'un siècle, est parfois qualifiée "d'utopie réalisée" bien que Jean-Baptiste Godin, comme Charles Fourier, n'utilisait que peu et souvent négativement le terme "utopie". Michel Lallement dans son livre *Le travail de l'utopie* (Lallement & Gillet, 2009) explore en profondeur cette riche expérience et notamment les équivalents de la richesse sur lesquels nous souhaitons insister : les conditions de logement et de vie et la politique d'éducation au familistère.

"Au Familistère, le logement est donc indéniablement un réel équivalent de la richesse. Pour les familles qui ont l'opportunité de résider dans le Palais social, les conditions de vie n'ont que peu à voir avec celles des paysans et des ouvriers qui résident à Guise et dans ses alentours. De meilleure qualité, l'habitat permet plus aisément aux familistériens de lutter contre les intempéries (inondations, froid...)" (Lallement & Gillet, 2009, p. 137)

Une qualité de vie à laquelle les ouvrier·ères ne pourraient accéder individuellement mais qui devient accessible par la mise en commun : une nourriture saine, un logement décent, un air de bonne qualité, une luminosité suffisante, une tranquillité sont les premiers équivalents de la richesse. Les coopératives d'habitant·es, comme le *Jane Club* qui émerge à Chicago en 1892, prennent également l'option de la mise en commun avec une approche plus autogestionnaire et sont encore très vivaces aux États-Unis avec entre 1,5 et 2 millions de personnes qui vivent en coopérative de logements¹⁰⁵.

Le familistère va plus loin encore avec l'éducation comme second équivalent de la richesse accessible aux familles :

"Du berceau jusqu'au seuil de l'usine, voire après encore, Godin met à disposition de ses ouvriers une organisation qui livre ses fruits puisqu'elle permet aux familistériens d'acquérir un niveau d'éducation supérieur à celui des classes populaires de la région." (Lallement & Gillet, 2009, p. 194)

Il ne faut pas non plus idéaliser l'expérience du familistère, dans le chapitre *Liberté recouvrée ou paternalisme serré ?* Michel Lallement analyse avec précision les critiques du modèle familistérien et conclut par :

"En réalité le familistère n'est ni un couvent industriel, ni un espace d'harmonie spontanée. Les conflits, les déviances, et les excès égayent la vie quotidienne du palais social." (Lallement & Gillet, 2009, p. 165)

¹⁰⁵ Extrait de cet article de the conversation : <https://theconversation.com/penurie-de-logements-pour-les-etudiants-et-si-la-france-sinspirait-du-modele-cooperatif-222662>

Enfin, nous souhaitons revenir sur le travail de Deb Chachra, autrice du livre *How Infrastructure Works* (Chachra, 2023) que nous avons convoqué dans le chapitre 1.5.5 à propos des différences et similarités entre sobriété et suffisance. En effet, quelles différences pouvons-nous faire entre ces équivalents de la richesse et “l’ode à la vie connectée aux réseaux”¹⁰⁶ faite par Deb Chachra ? Aux premiers abords, ces deux notions sont probablement très proches : se brancher aux réseaux d’infrastructures nous permet de bénéficier d’équivalents de la richesse qui pourraient être plus difficiles à obtenir aux échelles individuelles ou communales. Néanmoins Fanny Lopez, historienne des infrastructures électriques, nous rappelle que l’infrastructure électrique en France est l’héritage “d’un système très centralisé au sein d’une dynamique excessivement pyramidale” (Lopez & Monnin, 2023). Pour elle, le système de production électrique en France, que ce soit par sa base matérielle vieillissante, par sa gouvernance trop centralisée, et par son imaginaire orienté *smart-grid*, est un *commun négatif*. Au-delà des politiques de sobriété, Fanny Lopez plaide pour la modification de l’architecture réseau pour construire un véritable “archipel énergétique” fait de coopératives de production à l’image de *Co-op City*¹⁰⁷ dans le Bronx, de gestion de la distribution décentralisée par les communes elles-mêmes, le tout interconnecté pour assurer la solidarité aux plus grandes échelles. Finalement, nos infrastructures actuelles sont très proches d’être des équivalents de la richesse chers à Jean-Baptiste Godin. Il s’agit probablement, à la manière de Fanny Lopez pour la production électrique, d’enquêter sur chaque infrastructure pour les prendre en charge davantage sous la forme de communs, y compris négatifs, afin de produire plus d’émancipations que d’aliénations. Il ne suffit pas de développer les infrastructures pour créer des communs, il s’agit, comme le propose Fanny Lopez, d’en clarifier leurs gouvernances pour viser une participation active et démocratique des populations concernées et ceci vaut tout autant pour le Familistère de Guise que pour nos infrastructures actuelles, même si les échelles sont différentes.

Nous proposons pour renouveler les représentations de la sobriété de s’appuyer sur le passé comme source d’inspiration, que ce soit par l’enquête collective pour rétro-inventer l’histoire de l’énergie avec le projet paléo-énergétique, ou par la transmission de l’héritage très riche du familistère, par exemple avec le festival faire autrement¹⁰⁸ au familistère de Guise, tout en favorisant la prise en charge des infrastructures sous forme de communs, y compris négatifs.

2.5.7 Faire de la sobriété un geste moderne

Nous empruntons cette expression à Nathan Ben Kemoun à propos de la suffisance intensive que nous avons explorée dans le chapitre 1.7.2. Cette formule résume l’invitation que nous souhaitons formuler. L’idée est moins de produire des représentations complètes et précises de la sobriété, et davantage d’utiliser les codes graphiques et esthétiques actuels pour inviter à l’enquête collective à propos de ce que pourraient être des modes de vie décents et de comment chacun-e pourrait s’inclure et se mettre en action.

¹⁰⁶ C’est le titre de l’interview de Deb Chachra *An Ode to Living on The Grid* traduit par nos soins. Disponible à l’adresse : <https://www.scopeofwork.net/an-ode-to-living-on-the-grid/>

¹⁰⁷ *Co-op City* est l’exemple sur lequel s’appuie Fanny Lopez dans l’interview avec Alexandre Monnin. Le site web de *Co-op City* : <https://www.coopcacity.com/>.

¹⁰⁸ Site web du festival faire autrement : <https://www.faire-autrement.fr/>

Nous prenons un peu le contre-pied de l'incantation à la création de nouveaux récits. En effet, ils ne peuvent à eux seuls changer les pratiques. De plus, la précision théorique n'étant pas l'objectif des nouveaux récits, ils sont sensibles au détournement ou au dévoiement au même titre que le concept de sobriété qui par son manque de précision peut facilement être assimilé à l'efficacité ou à la simple lutte anti-gaspillage. Nous proposons donc de renouveler les représentations de la sobriété sans produire uniquement du récit, mais en produisant, ou en invitant à produire, des gestes, des pratiques et des expériences qui seulement dans l'après-coup produiront des récits. Notre proposition s'inscrit dans la continuité du souhait des participant·es à l'enquête de créer des représentations concrètes de pratiques de sobriété ancrées dans la vie quotidienne.

"En synthèse de ce débat entre les tenants des nouveaux imaginaires et les travailleurs des nouvelles matérialités, il semble que cela ne soit pas tant l'histoire à raconter qu'il importe de changer explicitement mais le monde représenté à l'écran dans lequel se trouve racontée une histoire et par conséquent la vision du monde qui est y exprimée." ¹⁰⁹

De même, nous invitons à attacher un soin de cohérence, de désirabilité et de réalisme au monde et aux gestes qui sont donnés à voir dans les représentations utilisées et produites pour faire de la sobriété un geste moderne.

2.6 Trois inspirations pour prolonger nos travaux

2.6.1 Les propriétés esthétiques de l'engagement de Yaprak

Hamarat

Yaprak Hamarat est *research designer*¹¹⁰, elle a réalisé sa thèse sur *L'esthétique de l'engagement écologique : l'impensé des politiques environnementales* (Hamarat, 2020) :

"En posant un regard anthropologique sur l'esthétique, dans une perspective pragmatique et réaliste, cette thèse avance que l'engagement envers la cause écologique dépend de cette esthétique particulière. L'hypothèse est que l'engagement écologique est étroitement lié à la possibilité d'une esthétique de l'usure — capacité de la matérialité à se transformer, à porter l'usage et le temps." (Hamarat, 2020, p. V)

¹⁰⁹ Citation de la conclusion page 106 de l'étude d'impact de l'éco-production audiovisuelle d'Avril 2024. Disponible sur le site de l'association Ecoprod : <https://www.ecoprod.com/fr/agenda/agenda-ecoprod/2173-ecoprod-publie-une-etude-inedite-sur-l-imp-act-de-l-eco-production>

¹¹⁰ Voir son site web : <https://www.yaprak.co/>

L'intérêt que nous portons à ses travaux tient en particulier au fait que son travail complète parfaitement le nôtre. En effet, son approche évite deux des trois limites de nos travaux (chapitre 2.2) : ne pas partir du concept de la sobriété mais des pratiques concrètes d'engagement écologique, et engager un travail territorialisé dans des collectifs réels :

“Une enquête photoethnographique a été réalisée entre 2014-2016 auprès de six individus, deux couples et quatre communautés engagés envers la cause écologique dans des milieux de vie urbanisés. Les terrains d'enquêtes comptent un squat activiste autogéré à Istanbul, un centre culturel et social habité autogéré à Berlin, un quartier autogéré à Copenhague, une habitation communautaire, des simplistes volontaires à Montréal et une autoethnographie performative effectuée à la lumière des pratiques observées sur le terrain.” (Hamarat, 2020, p. V)

Yaprak Hamarat partage dans un album *Flickr* plus de 200 photos issues de cette enquête¹¹¹. Pour elle, *“L'esthétique signifie l'ensemble des propriétés sensibles et perceptibles du soi et du monde. Elle est distincte de l'expérience esthétique qui est propre au sujet. [...] Le projet de recherche se concentre particulièrement sur l'esthétique visuelle incluant une dimension cinétique et tactile, mais n'aborde pas tout un pan de l'expérience esthétique, telle que la dimension sonore”* (Hamarat, 2020, p. 12).

Elle a ainsi identifié que *“l'esthétique de l'usure est inhérente à d'autres propriétés esthétiques comme celle de la flore, du mouvement, de la réparation, qui sont manifestes dans les milieux de vie engagés envers la cause écologique”* (Hamarat, 2020, p. 421-422). Elle nous propose 13 propriétés esthétiques de l'engagement qui *“ne s'excluent pas, elles sont connectées et souvent dépendantes les unes des autres”* (Hamarat, 2020, p. 422) :

1. Esthétique de l'usure : la capacité des corps et des matériaux à se transformer;
2. Esthétique environnementale : métissage de l'organique à l'artificiel;
3. Esthétique de la diversité : la pluralité plastique (couleurs, textures, formes, matériaux);
4. Esthétique du déjà là : l'assemblage, la réparation, l'accumulation et la superposition;
5. Esthétique de la mixité temporelle : passé, présent et futur;
6. Esthétique de la limite : la frontière comme outil;
7. Esthétique du geste créatif et scriptural : les surfaces comme support d'expression;
8. Esthétique de l'affichage : le papier, le scotch, les mots;
9. Esthétique du toucher : être proche des choses et des autres (en prendre soin);
10. Esthétique de la lenteur;
11. Esthétique du faire : le désordre temporaire;
12. Esthétique du mouvement : la diversité gestuelle et posturale;
13. Esthétique de la communauté : la présence et la pluralité des personnes.

¹¹¹ L'album photo *Flickr* de Yaprak Hamarat est consultable à cette adresse : <https://www.flickr.com/photos/163262346@N03/albums/72157710138484512/>

LES PROPRIÉTÉS ESTHÉTIQUES DE L'ENGAGEMENT ÉCOLOGIQUE

Une typologie pragmatique



Synthèse extraite de la conférence *HAMARAT, Y. (2020). Le choix des formes peut-il être un levier pour l'engagement écologique ? Ethics By Design, Conference organized by Designer Ethiques, 28 september 2020, Paris, URL: 2020.ethicsbydesign.fr/*¹¹²

Nous pensons que chacune de ces 13 propriétés esthétiques peut être source d'inspiration pour renouveler les représentations de la sobriété, à la fois prises isolément mais aussi en les associant.

2.6.2 Radicaliser la sobriété : la remise en question des privilèges ?

*"J'aimerais m'innover de l'ailleurs, de l'ailleurs c'est-à-dire de tous ces autres, de toutes ces autres cultures, de toutes ces autres sociétés hors de l'Occident prédateur et capitaliste pour apprendre d'eux. J'aimerais inverser le rapport de paternalisme et commencer à comprendre que la question aujourd'hui n'est pas comment va-t-on expliquer la catastrophe écologique aux Africains, mais que la question est comment peut-on apprendre des Africains d'autres manières de vivre?" - Aurélien Barrau*¹¹³

Aurélien Barrau prolonge notre réflexion de la première partie sur la sobriété face à la précarité, pour nous inviter à décentrer l'écologie politique de l'occident pour aller vers la valorisation des savoirs et pratiques des Suds, des classes populaires et plus largement encore des personnes en dehors de la norme des dominations systémiques. C'est en cela que nous pensons fertile de s'inspirer des écologies déviantes proposées par Cy Lecerf

¹¹² Les supports de la conférence sont accessibles à cette adresse :

<https://www.yaparak.co/texts/le-choix-des-formes-peut-il-etre-un-levier-pour-l-engagement-ecologique/>

¹¹³ Intervention d'Aurélien Barrau dans l'émission Le Grand Face-à-Face sur France Inter du 25/11/2023, *Nous sommes des vivants qui n'aimons plus la vie*, à 50min13s

<https://www.radiofrance.fr/franceinter/podcasts/le-grand-face-a-face/le-grand-face-a-face-du-samedi-25-novembre-2023-1624273>

Maulpoix (Lecerf Maulpoix, 2022) ou de Verdragon à Bagnolet, la première maison d'écologie populaire de France¹¹⁴.

Radicaliser la sobriété, c'est faire de la justice sociale le point de départ des politiques de sobriété. C'est enquêter depuis les territoires, organisations et populations sentinelles, entendus comme une extension du concept de sentinelle écologique :

“La notion de sentinelle a été mobilisée par la recherche en climatologie et en écologie pour étudier les signes précoces du changement climatique et des différentes discontinuités écologiques (Keck, 2020). On parle ainsi de sentinelle écologique à propos d'espèces animales ou d'écosystèmes naturels (des lacs ou des forêts) qui sont sensibles à ces signaux avant-coureurs.” (Bonnet & Landivar, 2024, p. 127)

Radicaliser la sobriété c'est se décentrer de la définition dominante de la sobriété en tant que questionnement des besoins, quand bien même les besoins auraient été correctement définis comme discuté dans la première partie. C'est opter pour une sobriété résolument émancipatrice, donc plus proche de la suffisance comme proposé dans le chapitre 1.5.5, et fondamentalement limitatrice des excès permis par les privilèges en tout genre. Radicaliser la sobriété c'est la définir en tant que remise en question des privilèges. La question des représentations graphiques se fera moins prégnante depuis cette perspective, qui laissera plus de place au politique comme le revendique Anthony Pouliquen et Jean-Baptiste Comby dans leur conférence gesticulée “l'écologie sans lutte des classes, c'est du gaspillage”¹¹⁵ basée notamment sur le livre *Écolos, mais pas trop...: Les classes sociales face à l'enjeu environnemental* du même Jean-Baptiste Comby (Comby, 2024).

¹¹⁴ Pour en savoir plus sur Verdragon, lire le livre de Fatima Ouassak qui figure dans la bibliographie, ou lire l'article de Socialter de 2021

<https://www.socialter.fr/article/bagnolet-ecologie-populaire-verdragon>

¹¹⁵ Conférence gesticulée disponible sur YouTube à cette adresse :

<https://www.youtube.com/watch?v=cpAY24KcGqw>

2.6.3 Faire émerger une éducation populaire à la sobriété

La troisième inspiration a déjà été brièvement évoquée dans l'analyse de notre enquête auprès du Réseau Sobriété : une éducation populaire à la sobriété. Comme l'un des participants de l'enquête le mentionnait, il s'agirait en particulier de faire émerger une culture technique et énergétique dans le grand public. En effet, l'énergie abondante de la fin du XXe siècle a pu réduire les savoir-faire populaires en matière d'économie d'énergie ou de confort thermique. De plus, l'omniprésence de technologies automatisées, comme les thermostats, les chauffages collectifs, les ventilations contrôlées, ont augmenté la délégation de la gestion technique et énergétique aux machines et aux experts. Il nous semble pertinent de proposer une éducation populaire à la technique et à l'énergie non pas pour transmettre des solutions toutes faites indépendamment des contextes (ce que sont par exemple les petits-gestes), mais pour faire émerger la connaissance nécessaire pour inventer les solutions adaptées aux situations vécues par les personnes. Ainsi sur la question de la température du logement, plutôt que de recommander de baisser le chauffage d'un degré, ce qui dans certains contextes n'est pas adapté et donc peut devenir culpabilisateur, nous pensons préférable de créer les conditions d'émergence des connaissances nécessaires à l'amélioration du confort thermique (ce qui dépasse largement le sujet de la température de l'air ambiant) par l'éducation populaire pour permettre aux personnes de reprendre la maîtrise de leur logement.

L'éducation populaire prolonge parfaitement la précédente inspiration d'une sobriété en tant que remise en question des privilèges. Adeline de Lépinay, qui accompagne des associations, coopératives et mouvements sociaux, anime le site education-populaire.fr et la définit :

*“Il n'existe pas de définition instituée de ce qu'est l'éducation populaire, et c'est sans doute très bien comme cela. L'éducation populaire, c'est avant tout l'ambition de **ne pas séparer l'action et l'analyse**, de ne pas séparer ceux qui font, ceux qui réfléchissent, et ceux qui décident. [...] **L'éducation populaire, ce n'est pas éduquer le peuple.** [...] Ce sont des dynamiques collectives qui permettent aux dominé-es de développer ensemble une compréhension critique de la société et des origines des inégalités sociales. Il s'agit de **se donner les moyens de comprendre le monde pour pouvoir le transformer.** [...] **L'éducation populaire, ce n'est pas vulgariser des savoirs**, fussent-ils émancipateurs. L'objet n'est pas la diffusion de savoirs (qui peut en revanche être un moyen, même s'il est loin d'être le seul), mais de favoriser l'émancipation et l'émergence de mouvements sociaux de transformation sociale portés directement par les personnes et les groupes sociaux qui subissent des mécanismes structurels d'oppression (économique, raciste, genrée, etc.).”*

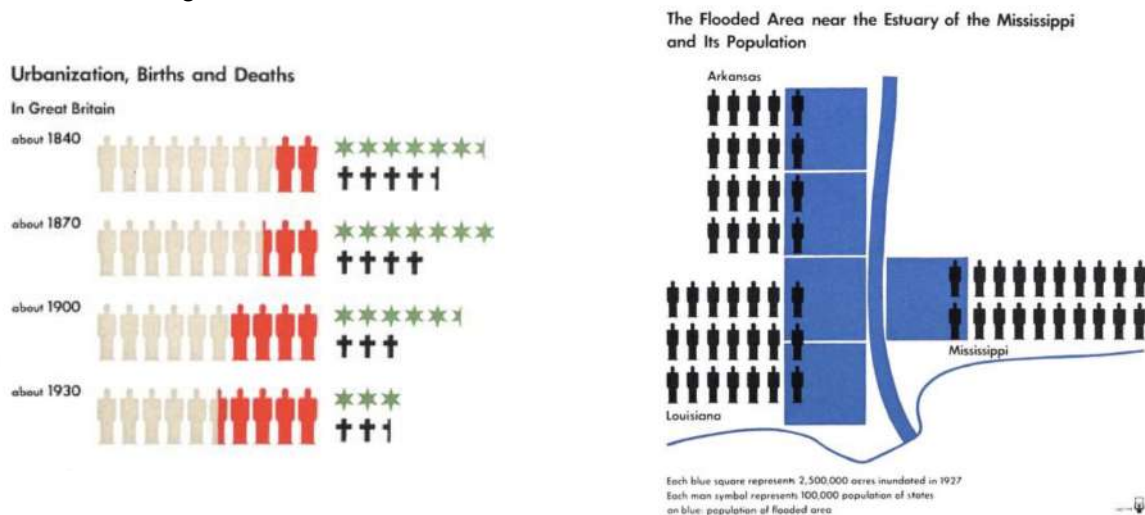
L'association *Les Petits Débrouillards*, née au Canada et lancée en France en 1985¹¹⁶, “conjugue culture scientifique et technique et éducation populaire”¹¹⁷ et nous semble très proche de notre proposition, bien qu'elle ne soit pas uniquement focalisée sur les questions d'énergie, de technique et de sobriété.

¹¹⁶ Lire *Qui sommes-nous ?* des Petits Débrouillards d'Île-de-France :

<https://www.lespetitsdebrouillards-idf.org/qui-sommes-nous>

¹¹⁷ <https://www.lespetitsdebrouillards.org/?rub=quoi>

Enfin, pour élargir encore les possibles derrière cette dernière inspiration, nous souhaitons mentionner les travaux d’Otto Neurath, philosophe, sociologue et économiste autrichien du début du XXe siècle. En effet, Otto Neurath élabore une méthode d’éducation visuelle et graphique, un véritable langage visuel, nommé ISOTYPE¹¹⁸ (acronyme pour *International System Of Typographic Picture Education*). Ce langage a inspiré l’art de la signalétique, l’information graphique et jusqu’au emojis. La devise de l’institut ISOTYPE est “les mots divisent, les images rassemblent”¹¹⁹.



Sur la base de ce langage Otto Neurath publia en 1939 son livre *Modern Man in the Making*¹²⁰ réédité en 2024 par Lars Müller¹²¹ dont l’objectif est de transmettre visuellement des faits, des statistiques et des comparatifs sur les sujets de la mortalité, de la santé, de l’emploi, du commerce, de l’éducation, de la mobilité, de la démographie, et de la migration. Ce travail, salué internationalement et qui continue d’influencer l’art de la représentation visuelle, pourrait être prolongé à notre époque moderne pour transmettre et rendre intelligible les processus qui ont mené à l’Anthropocène et au monde que nous habitons (Monnin, 2016). Plus spécifiquement, en matière de sobriété, nous pourrions imaginer créer un ensemble de pictogrammes inspirés de l’ISOTYPE permettant d’enrichir le langage visuel sur les sujets énergétiques et techniques modernes afin d’accompagner, d’accélérer et de propager l’éducation populaire à la sobriété que nous proposons. Ces nouveaux pictogrammes pourraient être utilisés sur les brochures des membres du Réseau Sobriété, mais également sur les notices des modes d’emploi des objets techniques, sur les factures d’eau, d’électricité et d’énergie, sur des livrets d’accueil en logement collectif pour illustrer les notions de confort thermique, etc... Nous ne prétendons pas à l’exhaustivité des applications potentielles d’un tel projet et sommes enthousiastes à l’idée qu’une organisation puisse un jour prolonger cette inspiration.

¹¹⁸ Les pictogrammes de l’ISOTYPE peuvent être consultés sur le site web du graphiste Gerd Arntz <http://www.gerdarntz.org/> qui a collaboré avec la graphiste Marie Neurath et Otto Neurath

¹¹⁹ *Before emojis: the utopian graphic language of Marie and Otto Neurath* : <https://www.theguardian.com/artanddesign/2019/aug/27/pictures-unite-graphic-design-vision-marie-otto-neurath>

¹²⁰ Les deux illustrations sont issues de ce livre, page 45 pour naissances et décès en Angleterre et page 105 pour la population vivant en zone inondable. On peut consulter la version originale de 1939 en ligne : <https://archive.org/details/otto-neurath-modern-man-in-the-making-1939/page/20/mode/2up>

¹²¹ La page web sur le site de Lars Müller : <https://www.lars-mueller-publishers.com/modern-man-making>

Conclusion et continuités

Ce travail exploratoire visait initialement à répondre à un manque : celui de la pauvreté des représentations justes de la sobriété.

Force est de constater que ce manque s'est confirmé à la fois par les limites et fragilités du concept explorées dans la première partie de ce document et à la fois par l'enquête de terrain réalisée auprès des membres du Réseau Sobriété et le panorama partagés dans la seconde partie.

Nous avons proposé des pistes pour dépasser certaines limites identifiées en nous appuyant notamment sur la redirection écologique et en invitant à la vigilance entre chemins (du trop et du pas assez vers le suffisant) et destination (modes de vie décents) pour ne pas tout mélanger dans le terme de sobriété. Nous pensons important de dépasser les injonctions à rendre la sobriété désirable, en s'attachant davantage à soigner les démarches de sobriété pour les rendre désirables, en faisant émerger un projet politique désirable pour lequel la sobriété n'est qu'un moyen, et enfin en invitant à enquêter sur ce qu'il y a à gagner de désirable dans une démarche de sobriété.

Sur la base d'une enquête et d'un panorama, nous avons ensuite, dans la deuxième partie, proposé des pistes pour renouveler les représentations de la sobriété. Enfin, constatant que notre travail ne saurait être suffisant pour répondre au manque identifié au début de nos travaux, nous nous sommes attaché·es à partager des inspirations possibles pour celles et ceux qui voudraient poursuivre cette réflexion grâce aux propriétés esthétiques de l'engagement écologique de Yaprak Hamarat, ou en prolongeant l'idée d'une sobriété en tant que remise en question des privilèges, ou enfin en s'attachant à faire émerger une éducation populaire à la sobriété.

En parallèle de ce travail de recherche, Virage Énergie a mené un travail exploratoire de "design d'identité de la sobriété désirable" qui nous a permis de mettre à l'épreuve certaines de nos propositions sous forme graphique et visuelle brièvement présentées à la suite de cette conclusion. Enfin, l'auteur principal de ces lignes réalise et produit le podcast *Enquêtes de sobriété*¹²², lancé dans la continuité de ce travail exploratoire avec l'intention de partager des représentations culturelles de la sobriété et d'inviter les auditeur·rices à enquêter depuis leurs situations de vie vers des modes de vie plus sobres.

¹²² Le site web du podcast : <https://enquetes-de-sobriete.fr/>. Il est également disponible sur les principales plateformes de podcast.

Mise en pratique : les cartes postales de la sobriété

Ingrid de Saint-Aubin, étudiante à l'école de design CY¹²³, a réalisé un stage au sein de l'association Virage Énergie de mars à août 2024. Nous nous sommes synchronisés régulièrement dans le but de produire un travail de design de mise en pratique et d'expérimentation de certaines propositions issues de ce travail de recherche.

Le moment du passage à la pratique n'a pas été aisé, car après avoir suffisamment exploré le concept de sobriété, nous avons eu la sensation que toute représentation visuelle se confronte à une sorte de "terrain miné" de critiques potentielles : ce n'est jamais tout à fait ça et il y a à chaque fois un risque d'angélisme ou de pente glissante vers une représentation trop simpliste de la sobriété. Nous avons relié cette sensation aux trois limites de notre travail exposé au début de la seconde partie de ce document et en avons déduit que toute représentation graphique devrait partir de cas concrets plutôt que du concept. De plus, l'usage de l'humour et du détournement peut permettre de naviguer dans ce "terrain miné" en produisant une représentation que nous exposons à nos regards critiques pour ensuite accentuer les caractéristiques "compatibles" et "incompatibles" avec nos propositions théoriques, pour jouer (c'est-à-dire utiliser l'humour et le détournement) avec les contrastes, les erreurs, les imprécisions, inhérentes à la représentation graphique d'un concept complexe et encore peu solide scientifiquement.

Nous avons identifié la carte postale comme étant un support intéressant pour porter une série de représentations graphiques de la sobriété. En effet, la carte postale nous semble porter spontanément un sentiment positif, y compris par son caractère parfois désuet. De plus, la carte postale s'ancre de fait dans une pratique sociale de partage particulièrement compatible avec la notion de sobriété. Enfin, la carte postale permet d'être déclinée et prolongée au-delà de ce travail par d'autres personnes et collectifs s'ils le souhaitent.


Nous avons opté pour une composition de 9 cartes postales (3x3) pour mieux explorer la dimension systémique et enchevêtrée de la sobriété. Chaque carte représente une pratique collective qui s'inscrit dans un contexte plus large et, à la manière des albums "Où est Charlie ?", nous invitons la personne qui tient la carte postale à se demander par un simple texte au verso "Où est la sobriété ?" dans l'illustration du recto. Ainsi nous espérons inciter à l'enquête subtile plutôt qu'à donner des réponses toutes faites. Ne pouvant mettre en pratique l'ensemble des principes de représentation que nous avons identifiés, nous en avons priorisé trois : les apprentissages conviviaux, la suffisance intensive et assumer les inévitables contradictions. Ces cartes postales sont disponibles sur la page *Envoi de sobriété* sur le site internet de Virage Énergie :

<https://www.virage-energie.org/explorer-les-imaginaires-et-les-recits-de-sobriete/#>

¹²³ Le site web de l'école de design CY : <https://www.cy-ecolededesign.fr/>



La composition des 9 cartes postales de la sobriété

 OÙ est la sobriété ? ...

Ci-contre, le verso de chaque carte postale, une fois imprimée. On peut y lire la question "Où est la sobriété ?".

Voici la description du projet *Envoi de sobriété* :

"Une série de 9 cartes postales dont l'intention est d'offrir une expérience de sobriété partagée. Chacune des cartes représente sur son recto une pratique collective, qui s'inscrit dans un contexte plus général de convivialité. Au moment de retourner la carte, le regard se pose au verso sur une question simple « Où est la sobriété ? ». Par ce geste de retournement, la carte devient le support d'un imaginaire de la sobriété, tout en invitant son utilisateur à exercer un regard critique sur les éléments qui la composent."

© Ingrid de Saint-Aubin pour Virage Énergie

Prolonger l'aventure avec le podcast *Enquêtes de sobriété*

Le podcast *Enquêtes de sobriété* a pris forme et consistance grâce au présent ce travail exploratoire mené pour Virage Énergie. Il est produit et réalisé à titre personnel par Alexis NICOLAS, auteur principal de ces lignes.

L'idée n'est pas d'expliquer pourquoi la sobriété est nécessaire. L'intention initiale était de démystifier la sobriété en invitant des personnes ordinaires à partager leurs expériences de vie, leurs apprentissages, leurs joies et surprises tout en assumant les contradictions et les inconforts. L'objectif était de donner envie de passer à l'action en dépassant les potentiels freins.

Grâce à ces travaux exploratoires et aux cours suivis dans le cadre du Master *Strategy and Design for the Anthropocene*, la forme et l'objectif se sont précisés et enrichis. D'abord, les fragilités et limites du concept de sobriété, ont donné envie d'inviter des chercheur-euses et professionnel-les à venir au micro pour enrichir et déconstruire ce terme sous la forme d'une enquête en cours d'investigation. Ensuite, nous avons constaté la prédominance des sciences de l'ingénieur dans la définition de la sobriété, le podcast invitera donc principalement des personnes travaillant dans les sciences sociales. Enfin, par le partage de ces enquêtes mêlant théorie et pratique, l'objectif est de donner envie aux auditeur-rices d'enquêter à partir de leurs situations spécifiques pour peut-être partager leurs enquêtes à leur tour, que ce soit par une simple conversation avec des proches, ou une production d'écrits, de récits, de visuels, etc...



Pochette du podcast *Enquêtes de sobriété*, réalisée par Alexis Nicolas et Ingrid de Saint-Aubin, site internet <https://enquetes-de-sobriete.fr>. Disponible sur toutes les plateformes.

Bibliographie

- ADEME, HUTHWOHL, S., Tehop, THIBAUT, N., Projets et Territoires, CORRE, D., & VIRLOUVET, G. (2023). *Impulser une politique de sobriété sur mon territoire. Méthode, exemples et outils pour les collectivités locales*. 61.
- ADEME, & L'ObSoCo. (2024). *Baromètre Sobriétés et Modes de vie. Rapport d'analyse*. (p. 79).
- Bahaffou, M. (avec Veneno, R., Barkaoui, L., Tolhildan, P., & Bahaffou, S.). (2022). *Des paillettes sur le compost : Écoféminisme au quotidien. Le passager clandestin*.
- Bardi, U., Falsini, S., & Perissi, I. (2018). *Toward a General Theory of Societal Collapse. A Biophysical Examination of Tainter's Model of the Diminishing Returns of Complexity* (No. arXiv:1810.07056). arXiv. <http://arxiv.org/abs/1810.07056>
- Ben Kemoun, N. (2022). *La dépossession matérielle comme espace de convalescence : Enquête sur la restauration des corps, des rythmes et des sensibilités en Anthropocène* [Phdthesis, Université Paris sciences et lettres].
<https://theses.hal.science/tel-04052312>
- Ben Kemoun, N., & Monnin, A. (2022). La sobriété comme suffisance intensive—La musique en mouvements. *CNMLab*.
<https://cnmlab.fr/recueil/horizon-la-musique-en-2030/chapitre/8/>
- Bidet, A., & Rigoulet, V. (2023). Désaffecter les communs négatifs : Dialogue autour d'une politique éducative de l'amour. *Multitudes*, n° 93(4), 108-115.
<https://doi.org/10.3917/mult.093.0108>
- Bihoux, P. (2021). *L'âge des low tech : Vers une civilisation techniquement soutenable* (Édition revue et augmentée d'une postface inédite). Éditions du Seuil.
- Bohler, S. (2020). *Le bug humain : Pourquoi notre cerveau nous pousse à détruire la planète et comment l'en empêcher*. Pocket. <http://catalogue.bnf.fr/ark:/12148/cb466333057>

- Bonnet, E., & Landivar, D. (2024). Les organisations sentinelles. Penser le devenir stratégique des organisations dans l'Anthropocène. *Revue française de gestion*, 315(2), 125-142. <https://doi.org/10.1684/rfg.2024.12>
- Bonnet, E., Landivar, D., & Monnin, A. (2021). *Héritage et fermeture : Une écologie du démantèlement*.
- Brand-Correa, L. I., & Steinberger, J. K. (2017). A Framework for Decoupling Human Need Satisfaction From Energy Use. *Ecological Economics*, 141, 43-52. <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2017.05.019>
- Cézard, F., & Mourad, M. (2019). *Panorama sur la notion de sobriété – définitions, mises en œuvre, enjeux* (p. 52). www.ademe.fr/mediatheque
- Chachra, D. (2023). *How Infrastructure Works : Inside the Systems That Shape Our World*. Riverhead Books.
- Charbonnier, P., & Camilli, L. (2023). *Éloge des pompes à chaleur. La technique peut-elle nous sortir de l'impasse climatique ?*
- Cité anthropocène (Réalisateur). (2023, février 6). *Inversion #1/3—Olivier Hamant—Cours public 2023* [Enregistrement vidéo]. <https://www.youtube.com/watch?v=9mj4ZK11oG8>
- Comby, J.-B. (2024). *Ecolos, mais pas trop... : Les classes sociales face à l'enjeu environnemental* (1er édition). Liber/Raisons d'agir.
- Convivialiste, I. (2013). *Manifeste convivialiste. Déclaration d'interdépendance* (1er édition). BORD DE L'EAU.
- Convivialiste, I. (2020). *Second Manifeste convivialiste : Pour un monde post-néolibéral*. Éditions Actes Sud.
- Ferdinand, M. (2024). *Une écologie décoloniale : Penser l'écologie depuis le monde caribéen*. Points.
- Gaillard, C., & Bihouix, P. (2023). *Une Anthologie Pour Comprendre Les Low-Tech* (Illustrated édition). T&P Publishing.

- Garcia, T. (2016). *La vie intense : Une obsession moderne*. Éditions Autrement.
- Gough, I. (2020). Defining floors and ceilings : The contribution of human needs theory. *Sustainability: Science, Practice and Policy*, 16(1), 208-219.
<https://doi.org/10.1080/15487733.2020.1814033>
- Graeber, D., & Wengrow, D. (avec Roy, É.). (2021). *Au commencement était... : Une nouvelle histoire de l'humanité*. Éditions Les Liens qui libèrent.
- Grenier, J.-B. (2023, décembre 24). Face à l'écologie anti-populaire : Tout changer ? *lvsl.fr - Tout reconstruire, tout réinventer*.
<https://lvsl.fr/face-a-lecologie-anti-populaire-tout-changer/>
- Hamant, O. (2023). *Antidote au culte de la performance : La robustesse du vivant*. Éditions Gallimard.
- Hamarat, Y. (2020). *L'esthétique de l'engagement écologique : L'impensé des politiques environnementales*. <https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/handle/1866/23342>
- Hennion, A. (2004). « Une sociologie des attachements » D'une sociologie de la culture à une pragmatique de l'amateur. *Sociétés*, 85(3). <https://doi.org/10.3917/soc.085.0009>
- Hugues, F. (2021). Se débrouiller chez soi en milieu rural au temps de confinement : L'espace domestique, support du travail de subsistance. *Revue des politiques sociales et familiales*, n°141(4), 119-128. <https://doi.org/10.3917/rpsf.141.0119>
- Keucheyan, R. (2023). *Les besoins artificiels : Comment sortir du consumérisme*. La Découverte.
- Lallement, M., & Gillet, S. (2009). *Le Travail de l'utopie : Godin et le Familistère de Guise*. *Biographie* (1er édition). Les Belles Lettres.
- Latour, B. (2017). *Où atterrir ? : Comment s'orienter en politique*. La Découverte.
- Lecerf Maulpoix, C. (2022). *Écologies déviantes : Voyage en terres queers*. Cambourakis.
- Lopez, F., & Monnin, A. (2023). L'archipel énergétique contre le monument électrique continu: *Multitudes*, n° 93(4), 82-89. <https://doi.org/10.3917/mult.093.0082>

- Martin, A. (2021). *Méthodes d'ergonomie prospective pour l'exploration des besoins futurs : Applications à l'hydrogène énergie pour l'habitat* [Phdthesis, Université de Lorraine].
<https://hal.univ-lorraine.fr/tel-03268330>
- Mateus, Q., & Roussilhe, G. (2023). *Perspectives low-tech : Comment vivre, faire et s'organiser autrement ?* Éditions Divergences.
- Mayer, J., & Guérineau, M. (2023). *Comment organiser la sobriété ? Rapport d'étape #2*.
<https://www.organiser-la-sobriete.org/post/comment-organiser-la-sobriete-rapport-d-etape-2>
- Millward-Hopkins, J., Steinberger, J. K., Rao, N. D., & Oswald, Y. (2020). Providing decent living with minimum energy : A global scenario. *Global Environmental Change*, 65, 102168. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2020.102168>
- Monnin, A. (2016). *Webocene : Renewing Otto Neurath's sociological and visual analysis of modernization to digitally map the Anthropocene and assess the future of the Web in a world of transition (ERC project, B1 - rejected)*.
https://www.academia.edu/41339840/Webocene_Renewing_Otto_Neuraths_sociological_and_visual_analysis_of_modernization_to_digitally_map_the_Anthropocene_and_assess_the_future_of_the_Web_in_a_world_of_transition_ERC_project_B1_rejected
- Monnin, A. (2023). *Politiser le renoncement*. Éditions divergences.
- Ouassak, F. (2023). *Pour une écologie pirate : Et nous serons libres*. La Découverte.
- Petit, V. (s. d.). *La sobriété n'est pas*.
- Piessat, L. (2023). *La Sobriété, une autre voie vers la modernité ? : Millenaire 3, Société*.
<https://www.millenaire3.com/ressources/2023/veille-m3-la-sobriete-une-autre-voie-vers-la-modernite>
- Pignocchi, A. (avec Damasio, A.). (2019). *La recomposition des mondes*. Éditions du Seuil.
- Princen, T. (2005). *The Logic of Sufficiency*.
https://books.google.com/books/about/The_Logic_of_Sufficiency.html?hl=fr&id=OexOAAAAMAAJ

- Reeve, J. (avec Kaelen, R., Nils, F., Vallerand, R. J., & Fenouillet, F.). (2017). *Psychologie de la motivation et des émotions* (2e édition revue et augmentée). De Boeck Supérieur.
- Rigoulet, V., & Bidet, A. (2023). *Vivre sans produire : L'insoutenable légèreté des penseurs du vivant*. Éditions du Croquant.
- Robeyns, I. (2024). *Limitarianism : The Case Against Extreme Wealth*. Astra House.
- Saujot, M., Bet, M., Abdallah, S., Bengtsson, M., & Rogers, C. (2024). *Vers un contrat social pour le XXIe siècle : Comment en sommes-nous arrivés là ?* Iddri & Hot or Cool.
<https://www.iddri.org/fr/publications-et-evenements/rapport/vers-un-contrat-social-pour-le-xxie-siecle-comment-en-sommes>
- Schlesier, H., Schäfer, M., & Desing, H. (2024). Measuring the Doughnut : A good life for all is possible within planetary boundaries. *Journal of Cleaner Production*, 448, 141447.
<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2024.141447>
- Vélez-Henao, J. A., & Pauliuk, S. (2023). Material Requirements of Decent Living Standards. *Environmental Science & Technology*, 57(38), 14206-14217.
<https://doi.org/10.1021/acs.est.3c03957>
- Villalba, B. (2023). *Politiques de sobriété*. Éditions Le Pommier - Humensis.