

L'obscurité au grand jour

L'obscurité, les ténèbres, la nuit. Ces mots lourds de sens renvoient principalement à deux notions : l'absence de lumière au sens propre et l'ignorance au sens figuré. Il est communément admis que l'obscurité génère de la peur, naturellement chez les enfants et de manière plus inavouable chez les adultes. L'absence de contrôle visuel laisse la place à la construction mentale de chimères que, dans l'obscurité, rien ne vient démentir. C'est cet instinct primaire, la peur de l'inconnu ou du non contrôlé, qui est probablement à l'origine de cet inconfort dans le noir si largement partagé. Si je m'aventure en terrain inconnu en l'absence de repères visuels, celui-ci peut contenir des dangers auxquels je ne peux pas faire face, un terrain accidenté par exemple, ou un agresseur potentiel. Afin de protéger mon intégrité, je me tiens éloigné des lieux sans lumière. Pourtant, tout être vivant a besoin de repos. L'épanouissement physique et psychique est favorisé par un cycle circadien régulier. L'activité corporelle, et de surcroît à la lumière du jour, crée un équilibre avec la phase de sommeil qui a lieu, idéalement, pendant la nuit. Ainsi l'obscurité ne serait pas que source d'angoisse, mais également de repos ou de sérénité. Si le lieu où je me trouve est connu et absent de menace, je peux laisser mon système de défense en veille et m'abandonner à la rêverie, au sommeil, à la jouissance d'un sentiment de sécurité.

Que se passe-t-il lorsque ma conscience est mise en veille ? je dis bien mise en veille et non éteinte car le passage à un état actif ne dépend que de la puissance du stimulus perçu. « Je t'aime » susurré dans mon sommeil me conduira probablement à la porte de doux rêves ; « au feu » hurlé à quelques mètres de moi me fera bondir sur mes deux pattes arrière, prêt à courir. Je ne suis donc jamais complètement absent. Mon sommeil est actif. Que se passe-t-il lors de ce dernier ? pour une part, Je dissous l'acide lactique de mes muscles et régénère ainsi mon corps pour les prochaines activités physiques. Pour l'autre part, je mets de l'ordre dans ma mémoire, je trie les informations. Je consolide celles qui méritent de l'être en transposant des souvenirs d'un endroit à un autre du cerveau et élimine, autrement dit oublie, celles qui ne semblent pas être nécessaires pour la suite de ma vie. Chaque soir en m'endormant je vis une petite mort, j'abandonne les fatigues de mon corps que j'espère ne pas retrouver le lendemain. Je quitte mon ancienne structure mnésique, qui fait de moi ce que je suis, qui contient tout ce que je sais. Le matin, je vis une grande naissance ou renaissance : un corps régénéré et un esprit renforcé et purifié. Revenons brièvement à la peur du noir. Il paraît soudain évident que l'obscurité, favorable au sommeil, est le lieu de notre transformation quotidienne et toute transformation implique d'aller au-devant d'une part d'inconnu. Dormir c'est mourir un peu ... serait-ce là une autre explication de notre peur ?

Notre rapport à l'obscurité est pourtant très ambigu. Que fait-on face à un danger ? Le premier réflexe est de fermer les yeux, certainement pour protéger cet organe important. Baisser les paupières face à une menace est probablement aussi une manière de l'ignorer et d'ainsi réduire sa peur. Cela peut paraître bien peu rationnel, pourtant l'immobilité qui en découle, en présence d'un prédateur que je ne peux ni fuir, ni combattre est la seule option qui ait un sens : me fondre dans le décor comme un objet inanimé. Continuer à me comporter comme s'il n'y avait pas de danger serait une attitude beaucoup plus inadéquate. Je ferme les yeux également dans d'autres situations : lorsque mon attention est requise pour reconnaître une odeur, retrouver une mélodie que je connais, rappeler à ma mémoire un souvenir, apprécier le bouquet d'un vin précieux ou d'un met préparé avec une attention particulière et, par-dessus tout, lorsque j'embrasse tendrement l'être aimé. Ainsi, sans que nous l'ayons appris, nous

fermons les yeux pour ressentir de manière plus intense le moment présent ou pour ne pas être distrait par ce que l'on voit. Mon corps a par ailleurs pris forme dans l'obscurité à l'abri du ventre maternel. Toutes les larves s'enferment dans un cocon opaque pour effectuer la transformation qui donnera naissance à l'abeille ou au papillon. L'obscurité peut donc aussi tenir lieu de protection. J'échappe à un prédateur qui en l'absence de repères visuels, ne peut me localiser. Elle permet aussi les nuances et dessine les contours clairement. Ce n'est que par opposition aux ténèbres que la lumière paraît brillante et salvatrice. Trop de clarté éblouit. Les régimes totalitaires l'ont bien compris, ils tentent de maîtriser la nuit par des couvre-feux. C'est à l'abri de la lumière que se passent la plupart des enlèvements et des incarcérations arbitraires ; simultanément, dans l'ombre, naissent les prémises de la liberté. C'est également la nuit que la fête bat son plein, où l'on laisse libre cours à sa fantaisie, aux excès de boissons. On extériorise ce que l'on cache au plein jour. Le noir est la condition idéale pour laisser la place à l'imaginaire et à la projection de nos rêves :

Une petite fille qui a l'habitude de raconter des histoires à sa sœur tous les soirs, quand la lumière est éteinte, me disait spontanément qu'elle raconte dans l'obscurité parce qu'alors elle croit voir les choses qu'elle raconte ; démonstration excellente de cette netteté qu'acquiert l'imagination dans le noir. (A. Binet, La peur chez les enfants, 1895)

Le XIXe siècle a cristallisé cette ambiguïté. Le romantisme s'approprie l'obscurité lui conférant mystère, beauté et, étonnamment, clarté. Les textes de Goethe et Mallarmé sont difficiles d'accès, mais l'investissement nécessaire pour les comprendre, les rend très explicites. L'obscurité perçue de prime abord permet, après étude, d'en discerner plus clairement que jamais le sens. À la même période, les becs de gaz reculent la frontière entre le jour et la nuit. L'éclairage public permet à chacun de se déplacer dans les villes à toute heure avec un sentiment de sécurité accrue. Aujourd'hui les bienfaits de la modernité font que nous ne sommes pour ainsi dire jamais confrontés à l'obscurité totale : éclairage domestique pour prolonger nos précieux loisirs, éclairage publique toute la nuit pour prévenir les larcins, éclairage d'appoint – phares, lampe de poche ou lampe frontale - lorsque nous nous déplaçons dans un lieu non éclairé. Est-ce que vivre et ressentir l'absence de lumière n'a plus aucun sens pour l'homme moderne ? Nous sommes-nous éloignés à tel point de la nature que l'obscurité n'est qu'une information que l'on peut considérer ou ignorer selon notre besoin de productivité ? Je peux travailler toute la nuit, regarder la télévision ou jouer avec des habitants de l'autre côté de la planète à n'importe quelle heure « grâce » au réseau internet. Les contraintes que cela engendre en regard du plaisir que j'en retire me donnent parfois le sentiment que la modernité nous joue un bien vilain tour. Hugo Kükelhaus, dans ses textes, met en garde contre une simplification ou sécurisation excessive de notre environnement. L'absence de difficultés à surmonter rend notre existence vaine et le quotidien fastidieux, tant au niveau physique que psychique. Par exemple marcher sur une route plate et droite est plus facile mais plus ennuyant et finalement semble plus long qu'une course en montagne.

Le Sensorium s'est fixé comme défi de mettre à votre disposition un lieu qui permet de ressentir l'agréable intensité de notre perception et sa richesse en l'absence de stimuli visuels. La chambre obscure a été entièrement repensée et rénovée avec le soutien de la fondation suisse des aveugles et des malvoyants. Dès le 1^{er} février 2015 nous vous invitons à venir vivre « Une année dans l'obscurité », tel est le titre de notre nouvelle station. Vous pourrez parcourir un labyrinthe, puis à quatre postes distincts, sentir des odeurs, toucher des objets et entendre des sons. L'ensemble est lié par une thématique que nous laissons percevoir dans le titre. Nous nous réjouissons de vous accueillir et de vous guider dans ces lumineuses ténèbres.

sensorium