



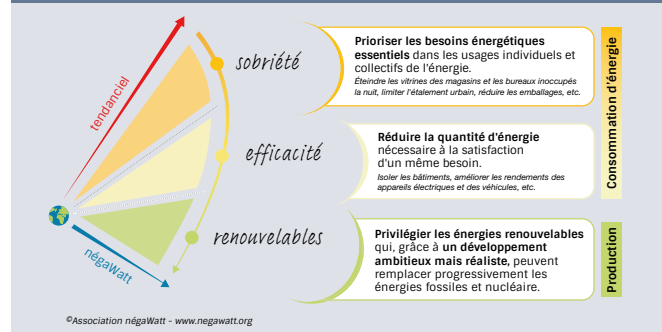
tradition de pensée ancienne, philosophique et religieuse, valorisant positivement un idéal individuel de modération voire « d'ascèse », synonyme de vertu, dont le philosophe Emrys Westacott retrace dans ce numéro la généalogie.

Initialement circonscrite à une dimension éthique individuelle, la notion de sobriété a été réactualisée dans les années 1970, et progressivement présentée comme une alternative à la société de « (sur)consommation ». Cette réactualisation fut notamment le fait de penseurs critiques à l'égard du progrès technique (tels que Jacques Ellul ou Ivan Illich), dont la pensée a connu une résonance particulièrement forte en France. La réflexion contemporaine sur la sobriété est en effet indissociable d'une critique des externalités négatives de la société de consommation industrielle – avant le tournant des années 1960, la sobriété, comme le rappelle l'historien François Jarrige, a longtemps été une évidence<sup>1</sup>.

Plus récemment, au cours des vingt dernières années, le concept a été progressivement mobilisé par les promoteurs de la transition écologique pour encourager une réflexion sur l'utilité des besoins individuels. Un triptyque apparaît à cet égard comme structurant : *le superflu, l'utile, le nécessaire*.

Dans ce cadre, quelle définition contemporaine donner de la sobriété ? La popularité du concept a en effet contribué à faire coexister différentes définitions, cultivant une forme de flou et d'ambiguïté. À la suite de l'ADEME, on peut définir la sobriété comme « un continuum de démarches qui promeuvent, à différents degrés et à différentes échelles, une modération de la production et de la consommation des ressources énergétiques et matérielles, par une transformation des modes de vie, au-delà de la recherche d'efficacité<sup>2</sup> ». En dépit de nuances, les penseurs de la sobriété s'accordent en effet sur une ligne de partage conceptuelle et opérationnelle fondamentale, distinguant résolument la sobriété de l'efficacité. Tandis que l'efficacité vise à satisfaire les besoins existants en diminuant la consommation énergétique, la sobriété centre la réflexion sur les besoins, en questionnant leur pertinence et leur utilité, tant à l'échelle individuelle que collective. Le triptyque sobriété, efficacité, énergies renouvelables est ainsi au cœur de la réflexion portée en France par l'association négaWatt, créée en 2001, qui a contribué à imposer la distinction entre sobriété et efficacité.

## L'approche de l'association négaWatt



En dépit des complexités sémantiques, rendant difficile la transposition parfaite du terme de sobriété – au cours de ce numéro, nous avons opté alternativement pour le terme de *sufficiency* ou de *frugality*, selon le choix des auteurs –, le concept bénéficie d'un écho international certain. Son succès repose notamment sur sa capacité à faire converger des thématiques déjà anciennes (comme le découplage

entre la production et les émissions), la remise en question de la société de consommation, et des préoccupations plus récentes.

La sobriété intègre en effet de nouvelles thématiques et aspirations en termes de modes de vie telles que l'auto-suffisance, la frugalité et la simplicité volontaire (*sufficiency*). On observe ainsi un essor de la littérature grand public autour du thème « vivre mieux avec moins », notamment dans le monde anglo-saxon<sup>3</sup>. En ce sens, la sobriété et la mise en avant des leviers d'action individuels sont un symptôme des reconfigurations de l'individualisme contemporain, et du rôle désormais central des modes de vie comme leviers d'affirmation de son identité.

## L'essor des publications sur la simplicité et la sobriété<sup>4</sup>



Mais la notion de sobriété rencontre également un fort écho avec les enjeux de souveraineté énergétique, fortement remis en avant dans le contexte de la guerre en Ukraine. Dans ce contexte, la sobriété est présentée par certains observateurs comme le prix à payer pour les libertés fondamentales et la solidarité internationale.

### Un concept adopté par un large éventail de parties prenantes et aux déclinaisons multiples

Illustration de ce fort écho international, pour la première fois en 2023, le GIEC a mis en avant la sobriété comme l'un des piliers nécessaires au respect des objectifs de réduction des émissions de GES fixés par l'Accord de Paris. Le troisième volet du sixième rapport du GIEC fait de l'évolution des modes de vie et usages de l'énergie un élément « incontournable » de la transition<sup>5</sup>. Le rapport détaille ainsi ses recommandations de solutions « centrées sur la demande » – « demand-side strategies », « demand-side mitigation actions », « deep demand reduction », « low demand scenarios », « reduced demand », « downshifting », « sufficiency », « changes in consumption choices », « socio-cultural and lifestyle changes » sont les termes et expressions principalement utilisés.

3 Quelques exemples récents : Maddox, T. *Simple Living* ; Seymour, J. *Self-sufficiency* ; Becker, J. *The more of less*.

4 De gauche à droite : Princen, T. (2005). *The Logic of Sufficiency*. Paperback ; Loreau, D. (2005). *L'art de la simplicité*. Marabout ; Rabhi, P. (2010). *Vers la Sobriété heureuse*. Actes Sud ; Maddox, T. (2015). *Simple Living*. Kindle Edition ; Becker, J. (2016). *The More of Less*. WaterBrook ; Seymour, J. (2009). *The New Complete Book of Self-Sufficiency*, Dk – Dorling Kindersley.

5 Chapitre du rapport du GIEC consacré à la sobriété : *Demand, services and social aspects of mitigation*.

1 Jarrige, F. (2022). Dans l'Histoire, la sobriété a longtemps été une évidence. La Tribune.

2 ADEME, *Panorama sur la notion de sobriété*, (2019).

En particulier, les auteurs du GIEC classent une soixantaine d'actions individuelles en trois catégories :

- **Avoid** : les actions à éviter, comme l'alimentation carnée, les déplacements en avion, etc. ;
- **Shift** : les comportements à faire évoluer au profit de nouveaux modes de vie : télétravail, usage des transports publics et du vélo, etc. ;
- **Improve** : les leviers individuels pour diminuer la consommation énergétique des comportements existants (isolation des bâtiments, notamment).

Le GIEC considère ainsi la sobriété comme un volet complémentaire aux solutions technologiques – notamment les techniques d'élimination du dioxyde de carbone –, à l'emploi des énergies renouvelables ainsi qu'à d'autres réponses telles que l'économie circulaire et l'amélioration de la résilience des infrastructures. Dans leurs contributions, l'économiste Aude Pommeret et le chercheur en sciences comportementales Xavier Brisbois reviennent sur la place pouvant être dévolue aux changements de comportements individuels, et sur la difficulté de les faire évoluer.

Au-delà des premiers cercles militants et ONG, la sobriété apparaît donc désormais comme adoptée par un large éventail de parties prenantes. De fait, le concept est d'autant plus largement adopté qu'il est pluriel et offre la possibilité de déclinaisons multiples, adaptées à la diversité des parties prenantes, de leurs ambitions et de leurs approches sur ce thème.

En complément des réflexions du GIEC, la sobriété est ainsi au cœur de différents scénarios prospectifs pour atteindre la neutralité carbone à l'horizon 2050, en France et à l'international :

- **ADEME**. Dans le cadre de la réflexion prospective *Transition(s) 2050*, l'ADEME a défini quatre scénarios pour atteindre la neutralité carbone en 2050, dont un misant sur la sobriété (scénario « génération frugale »), et qui pourrait engendrer jusqu'à -55% de baisses de consommation d'énergie<sup>6</sup>.
- **Agence internationale de l'énergie**. L'IEA a intégré la sobriété dans son scénario « zéro émission nette » publié en mai 2021<sup>7</sup>. Selon l'agence, réduire les usages « excessifs ou inutiles » de l'énergie permettrait de réduire d'au moins 4% les émissions de GES sur l'ensemble de la trajectoire.
- **RTE**. Le gestionnaire d'électricité a publié en octobre 2021 six scénarios neutralité carbone pour 2050<sup>8</sup>. Elle retient 25 actions de sobriété dans quatre secteurs (résidentiel, tertiaire, industriel, transports) qui pourrait permettre à la France de réduire sa consommation d'électricité de 90 TWh d'ici à 2050.
- **négaWatt**. L'association a publié en octobre 2021 la cinquième édition de son rapport prospectif<sup>9</sup>, reposant sur trois leviers : sobriété (priorisation des besoins essentiels), efficacité (isolation des bâtiments) et usage des énergies renouvelables.

La sobriété constitue également un thème désormais incontournable pour les grandes ONG environnementales, en dépit d'appropriations différentes du concept. Des ONG comme WWF ou Réseau Action Climat encouragent ainsi le changement des objets et comportements de la vie quotidienne – l'utilisation du plastique par exemple –, pour montrer concrètement que la « sobriété heureuse » est possible.

Le succès de la sobriété repose enfin sur ses multiples déclinaisons opérationnelles. Au cours des dernières années, la sobriété s'est en effet progressivement élargie au-delà de la sobriété

énergétique. De nombreuses industries sont désormais concernées par l'approche sobre, depuis le numérique en passant par le textile, l'urbanisme ou, évidemment, la gestion des ressources naturelles. Nous avons cherché à illustrer cette diversité tout au long du numéro, en donnant la parole à une personnalité issue de l'industrie de la mode (Stéphanie Calvino), à des chercheurs travaillant sur la ville et la sobriété foncière (Charlotte Halpern), ou encore sur la sobriété des modes d'alimentation (Marius Korsnes). Chacun à leur manière, ils illustrent le large panel d'approches englobées par la sobriété, au-delà des actes individuels. En conclusion de ce numéro, Philippe Bihoux plaide pour une sobriété organisée, « systémique », s'émancipant des décisions individuelles.

## QU'EST-CE QUE LA SOBRIÉTÉ ? LES DÉFINITIONS DE L'ASSOCIATION négaWatt

L'association négaWatt propose de distinguer quatre types de sobriété<sup>10</sup>.

*La sobriété structurelle*, consistant à créer, dans l'organisation de l'espace ou de nos activités, les conditions d'une modération de notre consommation (par exemple l'aménagement du territoire en vue de réduire les distances à parcourir pour accéder au travail, aux commerces etc.).

*La sobriété dimensionnelle*, qui concerne le bon dimensionnement des équipements par rapport à leurs conditions d'usage (par exemple l'utilisation de véhicules adaptés, en poids, volume et puissance aux usages de déplacements de proximité et de déplacements inter-urbains).

*La sobriété d'usage*, qui porte sur la bonne utilisation des équipements en vue de réduire la consommation (par exemple l'extinction des appareils électroniques en veille, ou la limite de vitesse sur route, ou encore l'extension de la durée de vie des équipements).

Enfin *la sobriété conviviale*, relevant d'une logique de mutualisation des équipements et de leur utilisation (par exemple les formules d'autopartage, ou l'encouragement à la cohabitation dans les logements ou les espaces de travail).

## INÉGALITÉS ET DÉSIRABILITÉ : LA SOBRIÉTÉ SE HEURTE À DES DÉFIS COMPLEXES

### LA SOBRIÉTÉ AU DÉFI DES INÉGALITÉS

Le déploiement de la sobriété ne peut manquer de se heurter à la question des inégalités, reflet de la tension entre une sobriété « choisie » et une sobriété « subie ». Dans les pays de l'OCDE, les objectifs de sobriété doivent s'articuler aux enjeux de justice sociale et de « transition juste ». De fait, de nombreuses crises récentes telles que l'épisode des « Gilets jaunes » en France, illustrent l'interconnexion de plus en plus forte entre enjeux climatiques et lutte contre les inégalités. La question des inégalités d'émissions de CO<sub>2</sub> selon les classes sociales est au cœur de l'argumentaire d'ONG comme Oxfam, qui concentrent les attentes en termes de sobriété de consommation à l'égard des populations les plus riches, en tentant de rendre « intolérables » certains comportements spécifiques comme le vol régulier en avion.

6 ADEME, *Transition(s) 2050*.

7 IEA, *Net Zero by 2050*. Le scénario a été actualisé en septembre 2023 (*Net Zero Roadmap*).

8 RTE, *Futurs énergétiques 2050*.

9 négaWatt, *Scénario 2022*.

10 négaWatt (2016), *Qu'est-ce que la sobriété ?*

À l'échelle internationale, le concept de sobriété est difficilement supporté par les pays en développement, de peur qu'il ne suggère une « stagnation » des pays pauvres dans la pauvreté. De façon remarquable, le terme de sobriété est absent de la déclaration d'Addis Abeba de 2014 et de l'Agenda 2030. Il n'apparaît que rarement, dans quelques textes internationaux récents. À partir d'une réflexion sur la croissance et l'innovation, l'économiste Alessio Terzi rappelle dans sa contribution à quel point l'horizon décroissant, inévitablement associé à la sobriété à l'échelle collective, ne peut selon lui constituer une voie de développement souhaitable.

## EN QUÊTE D'UN RÉCIT « DÉSIRABLE » SUR LA SOBRIÉTÉ

Face à la difficulté de faire advenir, concrètement, la transition écologique, une multitude d'acteurs se saisissent aujourd'hui du sujet de la désirabilité et du rôle des imaginaires et nouveaux récits. Ces acteurs partent d'une double hypothèse : pour réaliser la transition écologique et faire évoluer les comportements individuels et collectifs, il est nécessaire de la rendre non seulement acceptable mais aussi désirable. La Directrice générale de Veolia, Estelle Brachlianoff, affirmait ainsi : « Il faut dès à présent faire rimer *écologie avec désirabilité* ». D'autre part, la fabrique de la désirabilité doit reposer non seulement sur des arguments rationnels mais aussi sur la mobilisation des imaginaires, représentations et récits.

*La sobriété gagne ainsi à être couplée à d'autres approches, telles que l'innovation, la circularité et l'efficacité, pour gagner en acceptabilité, et en désirabilité*

La question de la désirabilité se pose avec une acuité particulière pour la sobriété, confrontée à minima à deux récits concurrents. Celui de la société de consommation tout d'abord, qui demeure un imaginaire aspirationnel et structurant pour une majorité d'individus. Celui, d'autre part, du « techno-optimisme » et de la croissance verte, insistant sur le rôle de l'innovation et de la technologie pour faire face au défi écologique.

Dans ce cadre, des figures principalement françaises tentent de développer un nouveau récit désirable autour de la « sobriété intensive ». Ces dernières se réclament d'un imaginaire alliant la sobriété des techniques et la réduction des besoins (priorité donnée aux techniques « low-tech », diminution de la consommation) avec la redécouverte d'un rapport plus « intensif » au vivant. Les partisans de ce récit mettent ainsi en avant le désir de retrouver une forme de connexion à la nature. En France, ce discours est porté par des intellectuels et chercheurs comme Alain Damasio (auteur de science-fiction), Philippe Descola (anthropologue) ou encore Baptiste Morizot (philosophe, auteur de *Manières d'être vivant*, 2020). Les chercheurs Nathan Ben Kemoun et Pauline Vigey explicitent dans leur article les potentialités insoupçonnées de cette « sobriété intensive ». Les chercheurs Mary Lawhon et Tyler McCreary proposent quant à eux une réflexion sur le « juste milieu » (*enoughness*), nécessitant de repenser nos modes d'organisation et en particulier notre rapport au travail.

Dans les faits, en dépit de ces tentatives, la traduction individuelle de la sobriété demeure encore limitée bien qu'émergente, comme le détaille plus explicitement dans son article Cécile Désaunay, qui interroge les contours et la réalité de la « déconsommation » dans la société française. L'accès à la société de consommation et à certains biens et services demeurent un marqueur de réussite et d'intégration sociale, en particulier pour les classes

populaires et moyennes. Plus profondément, comme le rappelle Mathieu Saujot, la définition même des besoins jugés essentiels, ou légitimes, soulève de profonds enjeux sociaux et politiques. En outre, de nouvelles barrières se créent, rendant difficile l'accès à un mode de consommation plus durable pour une large partie des individus. Le politologue Jérôme Fourquet pointe dans ses travaux la progressive « premiumisation » de certaines consommations dans l'alimentation et le textile en particulier<sup>11</sup>. Revenant sur les conclusions tirées de son ouvrage *The Sum of Small Things*, la politologue Elizabeth Currid-Halkett rappelle que la consommation « discrète » et durable peut constituer une nouvelle forme de distinction sociale.

Dernier élément, la sobriété souffre encore de son association à une démarche « austère » d'autolimitation et de contrainte. De façon intéressante, la construction des discours prônant la sobriété oscille entre une forme de culpabilisation – et de stigmatisation de certaines valeurs autrefois associées au progrès comme la mobilité (*flight shaming*) ou le confort – d'une part, et la mise en avant de la sobriété heureuse « à portée de main » d'autre part. Dans ce numéro, l'anthropologue Stefano Boni revient sur sa mise en cause du confort comme frein à la mise en œuvre d'une sobriété collective. En parallèle, un contre-discours invite ainsi à se réapproprier la thématique du plaisir partagé, à contre-courant de l'idéal ascétique voire « austère » de la sobriété<sup>12</sup>.

Si ces réflexions sont ancrées dans le contexte propre aux pays industrialisés, ce numéro a cherché autant que possible à décentrer le regard, en mettant en lumière des points de vue internationaux sur la sobriété, grâce aux contributions de Blick Bassy – qui s'interroge sur la « sobriété naturelle » dans les modes de gestion de l'eau au Cameroun –, de Marius Korsnes, qui évoque la sobriété (*sufficiency*) en Chine, ou encore de Charlotte Halpern, qui détaille les enjeux propres aux villes du Sud en matière de développement urbain sobre.

## CONCLUSION

La sobriété apparaît ainsi comme un concept fertile mais qui se heurte à de multiples défis. La diversité des approches évoquées dans ce numéro illustre en creux la nécessaire hybridation de la sobriété avec d'autres logiques, récits et paradigmes. Le modèle de la plateforme leboncoin, sur lequel revient Amandine de Souza, Directrice générale du site, en offre un exemple instructif. Plus largement, la réinvention des *business models* dans une logique de sobriété peut s'appréhender comme une trajectoire complexe impliquant un degré plus ou moins fort de renoncement, comme le détaille Laurence Lehmann Ortega, et non une voie de renoncement uniforme. Si la sobriété peut constituer un levier d'action utile et nécessaire pour répondre au défi de la transformation écologique – comme le confirme Jean-François Nogrette au sujet de la sobriété hydrique –, elle gagne ainsi à être couplée à d'autres approches, telles que l'innovation, la circularité et l'efficacité, pour gagner en acceptabilité, et en désirabilité.

<sup>11</sup> Fourquet, J. (2021). *La France sous nos yeux*.

<sup>12</sup> Voir notamment Foessel, M. (2022). *Quartier Rouge, le plaisir et la gauche*. PUF.