
— ACTIVITÉ

Observation de la lumière et des ombres dans votre quartier

Par Daniel Bennett

Promenez-vous dans votre quartier et remarquez les différentes caractéristiques de la lumière.

Dans cette activité, vous vous réunissez avec votre ménage et vous vous promenez en prenant des photos et en décrivant les différents éclairages de votre quartier. Il est recommandé de faire cette activité après le coucher du soleil.

La beauté de l'ombre et de la lumière

Les bâtonnets, les cônes et les cellules ganglionnaires de la rétine convertissent constamment la lumière en signaux électriques que notre cerveau peut interpréter. Ce processus connu sous le nom de photoconversion visuelle se produit inconsciemment et nous recueillons de précieuses informations telles que la couleur, le mouvement et la perception de la profondeur - tout cela grâce à la lumière !

Notre perception de la lumière dans différents états d'éclairage peut nous affecter inconsciemment.

Pourquoi les monstres sortent-ils seulement la nuit ? J'émettrais une hypothèse: parce que l'absence de lumière rend les choses moins visibles et parce que la peur de ce qui pourrait être tapi dans l'ombre prend le dessus, induisant une réponse de cortisol qui vous rend plus vigilant face à un éventuel danger.

Les longueurs d'ondes bleues de la lumière peuvent stimuler l'attention, les temps de réaction et l'humeur, ce qui les rend perturbants à l'heure du coucher. Mon éclairage du soir est orange et jaune pour avoir le moins d'effets possibles sur mes rythmes de circulation !

Les concepteurs d'éclairage pour le théâtre manipulent l'intensité, la direction/l'angle, la couleur et le mouvement de la lumière pour évoquer l'humeur, diriger le focus, fixer l'heure ou le lieu et

s'assurer que ce qui doit être visible peut être vu. Ils aident à raconter une histoire visuelle afin de donner des informations au public, à la fois consciemment et inconsciemment.

Ensemble, j'espère que nous pourrons remarquer la beauté de l'éclairage et commencer à rendre visible, l'invisible. Qui sait ? Peut-être qu'avec notre nouvelle appréciation, les ombres seront un peu moins effrayantes.

Ce dont vous avez besoin :

- Un moyen de prendre des photos: cela peut être aussi simple qu'un appareil photo de téléphone ou un appareil numérique si vous vous sentez chic.
- Un carnet et un crayon pour prendre des notes.

Instructions

Avant votre promenade

1. Planifiez votre itinéraire. Si possible, recherchez des lieux qui peuvent avoir différents types d'éclairage. Est-il possible de voir à la fois une zone résidentielle et une zone industrielle ? Les lumières animées du centre-ville et un chemin forestier ?
2. Prenez un moment pour ajouter un peu de vocabulaire sur les propriétés de la lumière pour vous aider dans vos descriptions.
 - a) Vous pouvez vous renseigner sur la température de couleur [ici](#). Les lumières chaudes comme la lumière des bougies sont plus basses sur l'échelle Kelvin alors que les lumières plus froides comme la lumière du jour sont plus hautes sur l'échelle Kelvin.
 - b) Vous pouvez vous renseigner sur les différentes directions et angles de la lumière utilisés au théâtre [ici](#).
 - c) Vous trouverez [ici](#) des informations sur la couleur.
 - d) Voici quelques [adjectifs d'éclairage](#) intéressants.

Pendant votre promenade

1. Commencez votre parcours et trouvez le premier endroit où vous souhaitez observer l'éclairage.

Comment saurez-vous quand commencer à observer ? Vous le saurez quand l'inspiration viendra. Il peut s'agir d'un éclairage d'entrée particulièrement invitante ou d'un lampadaire créant une ombre d'arbre effrayante sur le sol. Les possibilités d'inspirations sont infinies. Regardez autour de vous !

2. Prenez un moment pour faire le point.

Une observation approfondie nécessite une prise de conscience concentrée et orientée vers ce que nous regardons. Prenez un moment pour vous mettre dans la « zone ». Arrêtez de bavarder et écartez-vous des membres de votre foyer, prenez quelques respirations profondes et concentrez-vous sur l'endroit.

3. Commencez à rédiger une description physique de la lumière.

Écrivez ce que vous observez. Quelques questions pour vous aider à démarrer :

- Quelle est la température de couleur de la lumière?
- De quelle couleur est la lumière? Essayez d'être précis, en disant par exemple "vert sauge" ou "orange citrouille" au lieu de vous contenter du nom de la couleur.
- De quelle direction vient la lumière? Comment touche-t-elle les objets qui l'entourent ? Est-ce qu'elle crée des ombres sur le sol? Les ombres sont-elles plus longues ou plus courtes que l'objet réel?
- La lumière se reflète-t-elle sur la route ou la rue?
- Quelle est la luminosité de la lumière sur une échelle de 1 à 10?
- La lumière est-elle directe ou indirecte? Pouvez-vous voir la source de lumière?

4. Prenez un moment pour écrire une description émotionnelle de l'éclairage.

- Comment la lumière vous fait-elle sentir? Est-elle invitante? Confortable? Effrayant? Triste?
- Écrivez quelques adjectifs sur la lumière ? Par exemple, est-elle scintillante? Rayonnante? Sombre?
- L'éclairage évoque-t-il une image de votre mémoire ?

5. Prenez une photo pour vous souvenir de la lumière pour plus tard.

Cela vous aidera, vous et votre ménage, à comparer vos notes une fois de retour chez vous.

6. Continuez à marcher et répétez les étapes 2 à 5 pour les prochains endroits que vous souhaitez observer.

Réflexions - Après votre marche

1. Parlez de ce qui vous a poussé à choisir chaque lieu. Qu'est-ce qui a déclenché le choix de chaque lieu ? Avez-vous tous été inspirés par des types d'environnements similaires ou différents ?

2. Comparez les descriptions. Réunissez-vous à la maison avec vos photos et vos descriptions et comparez.

- a. L'éclairage évoquait-il les mêmes types d'adjectifs pour tout le monde ?
- b. Les types de souvenirs évoqués étaient-ils similaires ?
- c. Comment avez-vous tous décrit la couleur et la luminosité de la lumière ?
- d. Quel était le lieu d'éclairage le plus ou le moins favori de chacun et pourquoi ?

Il peut être étonnant de constater à quel point nous percevons les choses différemment !

3. Regardez autour de vous. Remarquez-vous l'éclairage de la pièce dans laquelle vous vous trouvez ? Observez-vous quelque chose de nouveau après avoir fait l'exercice ?

J'espère que vous vous sentez éclairé après avoir pris un moment pour observer la lumière dans votre quartier. Nous vivons en des temps étranges, mais j'espère que ces brefs moments d'appréciation et d'observation peuvent ajouter de la joie à votre routine quotidienne. Il y a une beauté naturelle et artificielle dans la lumière qui nous entoure. Qu'elle brille en 2021 !