

Mise en pratique par Alice Bertrand

## LEÇON 1 - SÉQUENCE DU MONDE

### **ACTIVITÉ 1 – OBSERVATION DE 30 CM<sup>2</sup> DE GAZON**

MONTRÉAL – DÉBUT DE L'AUTOMNE – EXT JOUR – SCÈNE 1

Je me trouve sur un rocher, j'ai choisi mon carré de gazon à observer. Un bruit derrière moi m'interpelle, je me retourne aussitôt ; un inconnu à vélo me regarde et s'avance vers moi et me parle. J'ai froid et je n'ai pas envie de lui parler, je dois faire mon observation qui doit durer vingt minutes. Je retourne à mon carré, je suis assise sur un rocher, mes pieds ne touchent pas le sol, je suis là, au-dessus de l'espace que j'observe en plongée. Le soleil rasant dessine une ombre apparaissant en angle droit sur l'herbe accompagnée d'une touffe de trèfles. L'ombre portée est celle du caillou sur lequel je me tiens assise. Le soleil me chauffe le dos et le vent me frappe le visage à gauche, j'entends son son dans mon oreille, ainsi que la conversation lointaine de deux personnes. Je retourne à ma verdure, les herbes se courbent à cause des bourrasques de vent. Une ombre plus importante passe, en recouvrant pour un instant tout cet espace, un homme marche derrière moi de gauche à droite. J'ai mal à la nuque et au dos. J'entends plusieurs klaxons de camion. Une autre ombre passe à nouveau sur le carré observé, cette fois-ci de droite à gauche. Je suis impatiente de finir, mon dos me tire à cause de la marche pour le climat que j'ai parcouru cette après-midi. J'ai beaucoup plus marché que les autres manifestants, pas par conviction mais parce que je me suis trompée de parc au début de la marche ! L'herbe ne recouvre pas toute cette surface, la végétation est parcellaire et inégale. Il y a plusieurs espèces de végétaux, ainsi que des mauvaises herbes et des petites fleurs aussi dont je ne connais pas le nom. Mes mains se glacent, je tiens mon carnet avec les feuilles qui s'envolent et claquent violemment les unes contre les autres, elles accompagnent l'épaisseur du son du vent. Des corneilles coassent suivies du cri d'un homme. Une grosse bourrasque fait danser tout ce petit monde devant moi. La lumière du soleil rasante est jaune crépusculaire. Deux personnes passent de droite à gauche et recouvrent de leur ombre tout mon tableau. Ces couleurs sont teintées de jaune, de vert, de noir, de rose et de blanc. La terre est bleue/violette. J'ai l'impression de voir les couleurs qui se diffractent, se mélangeant par touche et pointillisme à force de les fixer. Je constate une certaine densité de la matière de l'herbe. Le jaune du soleil sur les faces saillantes de l'herbe laisse une surface

brillante, presque blanche. Je me rends compte que l'ombre en angle droit du début n'existe plus, elle a changé de forme et s'est diffusée comme une tache informe dans le sol.

## **MONTRÉAL – DÉBUT DE L'AUTOMNE – EXT JOUR – SCÈNE 2**

De retour sur mon rocher à observer mon carré. Je me suis équipée de ma doudoune d'hiver et d'un bonnet, j'ai presque trop chaud assise là face au soleil, il me chauffe le visage et le torse, heureusement j'ai mes lunettes de soleil. L'ombre sur la végétation est différente, c'est maintenant l'ombre des grandes herbes qui dessine l'espace au sol. J'entends des voix de femmes en anglais qui passent de gauche à droite dans mon dos, rien ne change au sol sur la surface que j'observe. Les ombres des grands végétaux projetées sur cet emplacement dansent avec le vent, qui lui, est toujours présent. J'écoute le son lointain des insectes un peu partout autour de moi, je me dis que ce sont les derniers survivants de l'été, qui lui aussi, semble déjà loin. Le vert de l'herbe au sol est plus foncé qu'hier, certainement à cause du verre coloré de mes lunettes. Le brillant du blanc et du jaune sur cette surface ont disparu. Deux autres femmes s'arrêtent à ma droite, elles parlent une langue que je ne connais pas. "One – two – three" click, elle prend en photo son amie se tenant debout sur un rocher voisin toujours à ma droite. La terre est plus sombre et plus jaune, réfléchissant la lumière du soleil. Je reste ici et je pense à ma respiration, j'inspire et expire par le nez, ma tête est dirigée vers le sol et mon menton vers le cœur. Je sens mes ischions en contact avec la pierre froide. J'ai les jambes croisées et je vois le bout de ma chaussure au premier plan dans mon champ d'observation. Je me sens bien. C'est le matin, le soleil me chauffe et j'ai toute la journée devant moi qui commence. Le bruit du vent est doux et se diffuse harmonieusement dans le paysage, les feuilles de mon cahier l'accompagnent en se soulevant légèrement. Une tige de végétal balaie tout l'espace de son ombre noire. Elle est enracinée dans la terre mais souple dans la verticalité : le mouvement de la nature, toujours aux prises avec l'air mais tenu fermement dans le sol. Le vivant doit s'organiser comme cela, dans un écosystème se tenant avec la lumière, avec l'air, la terre et mon regard. Une sorte de symbiose se crée : le froid de la pierre, accompagné de la chaleur ressentie sur mon visage, le souffle de l'air dans ma respiration faisant partie de ce paysage organisé, comme si tout était à sa place.

## **ACTIVITÉ 2 – PLAN SÉQUENCE**

LIEN VIDÉO : <https://vimeo.com/765021020/d7d2f011c4>

### ACTIVITÉ 3 – ANALYSE DU MOUVEMENT

EXT JOUR – FIN DE L’AUTOMNE – MONTRÉAL

Une ombre se tient au centre de l’image dessinant une forme pyramidale, la mise au point du plan est focalisée sur le sol en plongée. Le plan procède d’un regard spatial double, à la fois périphérique, (la netteté de l’image est dirigée dans l’espace), mais il est aussi fovéal<sup>1</sup> centré sur l’ombre (la mise au point étant focalisée sur le sol où elle repose). La composition de ce plan donne à voir l’espace du récit. L’image bouge, et ce mouvement nous permet de comprendre que l’ombre portée en plein champ est celle du cameraman, dont la silhouette informe n’aide pas à définir sa position de filmeur ni celle de sa caméra. Sa posture dans sa projection au sol, donne à voir une masse spectrale. L’ombre qui bouge décrit le mouvement du cameraman mais sans volume, ce mouvement est dévoilement et simulacre, l’ombre portée n’est que la déformation de la réalité physique. Le soleil est couchant et ses derniers rayons irradient le corps. Cette image procède donc d’un trouble, nous comprenons que cette silhouette est humaine mais nous ne disposons pas des éléments pour distinguer la répartition des masses principale du corps : tête, cage thoracique et bassin, ici rassemblés en une masse informe, projection de la réalité transformée. Puis advient soudainement un soubresaut de l’image montrant qu’il y a une mise en mouvement du cadreur qui passe à l’action, une partie de l’ombre s’ouvre, laissant passer plus de lumière. L’ombre s’écarte de la forme par le mouvement d’un membre qui se sépare de la masse informe immédiatement suivie par le membre à gauche. Les mouvements du cameraman s’interrompent. On voit bien que son ombre vibre encore et qu’il recherche un appui sur le sol pour exercer une poussée à l’inverse de la gravité. Cette action de repousser le sol pourrait témoigner d’un « terrain fonctionnel ascendant », c’est-à-dire en référence au sol pour organiser sa stabilité accompagnée de celle de l’image<sup>2</sup>. C’est un mouvement humain, et nous reconnaissons la position des jambes tendues qui s’érigent à la verticale pour soutendre le corps tout entier. Son initiation est

---

<sup>1</sup> Parmi les observables proposés par l’OAM, il est question d’un regard spatial qui « peut être soit focalisé sur un point précis de l’espace (fovéal), soit englober un large champ visuel (périphérique) », , récupéré le 10/01/2023, cours n°4 Fond et intention, séminaire Observation Analyse du Mouvement, UQAM.

<sup>2</sup> Selon Hubert Godard, le terrain fonctionnel est une « organisation psychocorporelle qui a fondé notre relation particulière à la verticalité, à la gravité, ... il est antécédent à notre rapport à la mère... car il s’agit bien, à l’origine, de la construction physique et symbolique du système antigravitaire de chacun, d’une tendance quasi innée, que j’appellerai « terrain fonctionnel ». (Godard, 1990, p. 22). Il s’agit d’une posture d’être debout, si unique et particulière qui donne à voir : « une empreinte extrêmement forte, qui peut être travaillée, modulée, mais qui laisse toutefois sa marque. » (Godard & Gromer, 1995, p. 16).

distale<sup>3</sup> en partant des pieds. L'ombre s'est relevée et nous pouvons distinguer avec plus de clarté la silhouette d'un humain sur le sol. Le corps se met en action et change de niveau. Le fond tonicopostural<sup>4</sup> semble avoir une dynamique appesantie, et ralentie comme quelqu'un qui marche en faisant attention de ne pas faire de bruit. Le geste et la posture ici fusionnent, pour ce plan séquence filmé, cela nécessite une cohérence et une action globale de la posture. C'est un mouvement de caméra qui accompagne et filme la marche en avant dans cette séquence d'actions. La caméra se substitue aux yeux du filmeur qui enregistre son mouvement de marche en avant, c'est un mouvement de caméra portée. Ce plan qu'on appelle dans le lexique technique cinématographique une « camera subjective » (2016) signifie un : « effet obtenu lorsque la caméra adopte le point de vue du personnage ». Puis l'image se redresse de plus en plus et nous pouvons voir l'ombre au sol venant assombrir toutes les surfaces qu'elle caresse. L'ombre avance sur un plan sagittal<sup>5</sup> se déplaçant dans l'espace. Les trois masses s'organisent pour n'en faire qu'une, dans une gestuelle qui fusionne à la posture, permettant une meilleure cohérence et stabilité de l'image. Nous n'entendons pas la respiration du cadreur, l'état tonique<sup>6</sup> est donc bas, demandant un relâchement de la posture. Le geste fusionne au corps et engage sa *kinesphère*<sup>7</sup> de manière stable dans l'espace. L'activité musculaire est basse, le relâchement des muscles permettent de stabiliser l'image. Pour finir, elle recouvre petit à petit un gros rocher. Le déplacement de l'image ralentit, se fige et enfin cadre en gros plan la pierre. On suppose que le cadreur s'assoit sur cette dernière. L'image s'attarde alors sur un carré de 30 cm<sup>2</sup> de gazon ensoleillé.

Cette séquence du monde ici décrit serait le mouvement instable de l'image-temps portée. Cette instabilité peut donner à voir une certaine idée de la fragilité de l'image, qui serait due au mouvement de la pesanteur créé par la stabilisation de la caméra. Un accordage entre l'outil et le réel que l'on est en train d'enregistrer est nécessaire, en trouvant la posture la plus stable possible et la plus agréable à tenir. La coordination de ses mouvements s'élabore dans un phrasé corporel successif : la marche. Le regard est forcément associé au mouvement,

---

<sup>3</sup> Une initiation distale, selon le vocabulaire de l'OAM ici utilisé, est une initiation du mouvement qui est la plus éloigné du corps central, ici elle s'effectue dans les pieds.

<sup>4</sup> Le fond tonicopostural représente « la toile sur laquelle s'inscrivent tous nos choix de mouvements. » (Harbonnier et al, 2021). Ainsi la modulation tonique est la "répartition de la tension entre la musculature profonde (tonus de posture) et la musculature superficielle (tonus d'action), trace observable de la fonction tonique qui intègre les dimensions motrice, relationnelle et émotionnelle de l'individu." récupéré le 10/01/2023, cours n°4 Fond et intention, séminaire Observation Analyse du Mouvement (DAN8030).

<sup>5</sup> Lorsqu'il s'engage dans l'espace, le corps s'inscrit dans un plan sagittal, c'est-à-dire avant-arrière et vertical.

<sup>6</sup> On parle d'un état tonique des muscles, pour identifier leur niveau de tension.

<sup>7</sup> Selon la théorie de Laban, la *kinesphère* est l'espace dynamique et disponible tout autour de soi et jusqu'au bout des extrémités de ses membres.

puisque qu'il est question de stabiliser l'image pour pouvoir en donner une meilleure lecture après. Il s'agit alors de reproduire la vision humaine : la caméra bouge, de ce fait, elle est en suspension, amortie par l'organisation posturale du corps de celui ou de celle qui regarde. Le mouvement du corps s'organise donc constamment avec son environnement et la caméra, objet du regard. En poussant notre observation de ce plan référence, nous pouvons sentir le corps qui filme à travers l'instabilité de l'image, et peut-être interpréter ses intentions et s'identifier à lui. Grâce à l'appareil numérique, œil technologique par excellence, on détermine la focale du champ visuel du paysage qu'on regarde et on effectue la mise au point comme le ferait l'œil humain avant l'enregistrement dans la mémoire du cerveau. La temporalité est donc double, cette activité de filmer contient deux temps bien distincts, celui d'enregistrer pendant le mouvement du cinéaste et celui du spectateur qui visionne à posteriori le film, ici un plan séquence<sup>8</sup>, le décrypte et l'interprète. La caméra portée, en mouvement, qui prend en charge le déplacement de l'image et donne à voir la fabrication du cadre et la trajectoire spatiale formule en réalité la question de l'auteur sur ce qu'il veut exprimer. Il existe une forme de "tradition documentaire" utilisant cette technique narrative. C'est le point de vue de l'auteur dont il est question, l'enregistrement des images vues est comme une extension et un prolongement de l'œil du réalisateur. On reconnaît là une des techniques du documentaire d'auteur, cinéma procédant d'une économie plutôt artisanale, au sens noble du terme, tant dans ses gestes que dans les matériaux qu'il utilise. Il est question de rendre visible un réel qui se fabrique. Ma proposition sera donc celle de faire l'expérience d'une méthode corporelle et filmique en utilisant l'objet caméra comme un outil pour voir et percevoir son propre environnement, comme par exemple, ici revenir sur le carré de gazon observé quelques semaines plus tôt. L'image filmée est donc traversée par le temps pour composer un plan séquence qui donne à voir la trajectoire d'un corps filmant dans l'espace. Nous pouvons citer ici Alain Berthoz citant littéralement Merleau Ponty qui décrit la vision comme étant "palpation par le regard"<sup>9</sup>. Alain Berthoz nous fait remarquer que le regard contient un mouvement haptique touchant son environnement. On peut presque appeler cette composition de séquence comme étant une image-haptique, qui tente de faire ressentir à un

---

<sup>8</sup> Plan séquence selon Vincent Pinel (2016) dans le Dictionnaire technique du cinéma : "séquence traitée en un seul plan".

<sup>9</sup> Alain Berthoz, physiologue, reprend dans ses recherches la philosophie Merleau Ponty dans la conception de la phénoménologie de la perception. Ses propos "la vision est palpation par le regard" sont tirés du film *Regard sur le sport*, film INSEP 2006, entretien avec Alain Berthoz par le philosophe François L'Yvonnet. Récupéré le 14/12/2022 <https://www.rechercheenmouvement.org/Files/Other/entretiens%20Berthoz.pdf>

corps en mouvement traversé et traversant un environnement qui, par un jeu d'ombre et de lumière, vient dessiner un paysage, lui aussi mouvant. Un corps dans l'action globale de percevoir. Ici la réalisation de cette petite séquence d'observation de 30 cm<sup>2</sup> de gazon est le résultat créatif d'une action de percevoir son monde, contenant plusieurs couches de points de vue et de savoirs. L'observation et l'analyse de ma séquence du monde s'établit quelque part entre le cours d'observation d'analyse du mouvement et ma vision de la ville de Montréal, espace si nouveau et forcément étranger pour moi. Si on veut lire ce plan-séquence en terme de "territoire" engagé ici, selon le mot d'Hubert Godard, c'est un territoire d'ancrage dans le sol. Le sens de ce plan dévoilerait littéralement l'ancrage du cadreur dans cette terre étrangère. L'histoire affectivo-motrice du sujet est une caméra sensible portée par l'émotion de voir et de sauvegarder ce moment.

## Références :

- Dictionnaire Technique du cinéma, (dir) Vincent Pinel, 2016 3ème édition, Armand Colin, Paris.
- À propos des théories sur le mouvement, Hubert Godard, 1990, dossier le corps qui pense, in Marsyas n°16, p22.
- Extrait d'une interview de Hubert Godard, diffusée sur France Culture, émission "Le gai Savoir" par Gérard Gromer, 1995, p16.
- Movement Observation Analysis (MOA), Nicole Harbonnier, Genevève Dussault et Catherine Ferri, 2021, Journal of mouvement Arts Litteracy, volume 7, n°1, article 4.
- Dossier Laban, Jacqueline Challet-Haas et Dominique Brun, 2007, récupéré le 10/01/2023, séminaire Observation Analyse du Mouvement (DAN8030).
- *Regard sur le sport*, film INSEP 2006, entretien avec Alain Berthoz par le philosophe François L'Yvonnet. Récupéré le 14/12/2022, <https://www.rechercheenmouvement.org/Files/Other/entretiens%20Berthoz.pdf>