



**ENTRE REPRÉSENTATIONS VISUELLES ET DISCRÈTES DES CORPS
ET CONFIANCE EN SOI**

Par Flore Thomas

Mémoire présenté à l'Université du Québec à Chicoutimi comme exigence partielle de la maîtrise en art en vue de l'obtention du grade de Maître ès arts M.A. Concentration création.

Québec, Canada

© Flore Thomas, 2023

RÉSUMÉ

Ce mémoire accompagne l'exposition *Regarde-toi*, présentée au SCAN (Studio de création en arts numériques) du 15 au 20 juin 2023.

Ce mémoire est la synthèse d'une recherche-crédation autour des liens qui peuvent, ou non, exister entre les représentations visuelles de soi (auto-représentation) et la confiance en soi. Ce projet reflète trois années de réflexions entre image, corps, regard et intimité. Il est également le fruit de différentes expérimentations créatives; de la photographie argentique à la vidéo numérique, en passant par quelques essais de création textuelle et d'installation.

Mots clés : Photographie, Vidéo, Corps, Confiance, Estime, Intimité, Auto-représentation, Regard

REMERCIEMENTS

C'est à plus de 5000km de ce que j'appelais «mon chez-moi» que je finalise ce mémoire de maîtrise, non sans émotions. Aujourd'hui, mon chez-moi est dans mon cœur et dans le cœur des personnes que j'aime.

Je tiens tout d'abord à remercier Constanza Camelo, qui a agi en tant que directrice de recherche et amie. Un grand merci aux membres du jury Sophie Beuparlant et Justine Valtier, merci d'avoir accepté cette invitation qui me tient très à cœur.

Je remercie également chaleureusement les professeur.e.s et chargé.e.s de cours du module des arts pour leur bienveillance sans relâche. Un grand merci aux techniciens de l'Université pour leur aide et leur passion; Pierre, Éric, Carlos, Denis, Marc-André.

Merci à mes parents pour leur soutien et leur confiance à l'aveugle, depuis l'autre côté de l'océan.

Merci à mes collègues d'université et de travail, à toutes celles que j'ai croisé.e.s, qui m'ont écoutée, qui m'ont soutenue au travers de ces années difficiles. Merci à chaque être bienveillant qui a croisé mon chemin.

Merci à toutes pour votre confiance lorsque je n'en avais plus.

TABLE DES MATIÈRES

RÉSUMÉ.....	I
REMERCIEMENTS.....	II
TABLE DES MATIÈRES.....	III
LISTE DES FIGURES.....	V
AVANT-PROPOS.....	VI
INTRODUCTION.....	1
CHAPITRE I	
L'IMAGE AU COEUR DE L'ÊTRE.....	4
1.1. LES IMAGES DANS LES YEUX.....	4
1.1.1. Du numérique.....	4
1.1.2. À l'argentique.....	5
1.1.3. Le temps.....	6
1.1.4. L'habitat.....	7
1.2. LE CREUX DANS LE VENTRE.....	9
1.2.1. L'impact des réseaux sociaux.....	9
1.2.2. L'évolution du regard et des représentations.....	11
1.3. LA COLÈRE DANS L'ÂME.....	13
1.3.1. Redéfinir le beau.....	13
1.3.2. La colère comme énergie.....	16
1.4. DES QUESTIONS DANS LA TÊTE.....	17
1.5. LE PROCESSUS CHAOTIQUE.....	18
1.5.1. Des méthodologies pertinentes.....	18
1.5.2. Du n'importe quoi à l'errance.....	19
CHAPITRE II	
ENTRE CORPS ET REPRÉSENTATIONS.....	21
2.1. RÉCIT DU CORPS.....	21
2.1.1. Pour soi.....	21
2.1.2. Pour les autres.....	25
2.2. LE CORPS PAYSAGE.....	26
2.3. AUTO-REPRÉSENTATIONS ET REPRÉSENTATIONS.....	29

2.4. INTIMITÉ ET REGARD.....	31
CHAPITRE III	
REGARDE-MOI.....	34
3.1. DES DÉFIS.....	34
3.2. UNE CONFIANCE FRAGILE.....	35
3.2.1. Petits pas timides.....	35
3.2.2. Trop pour pas assez.....	36
3.3. TROUVER L'IMAGE.....	38
3.3.1. L'énergie relationnelle.....	38
3.3.2. L'énergie solaire.....	44
3.3.3. Confiance rayonnante.....	46
3.4. PROJET FINAL : REGARDE-TOI.....	49
3.4.1. Du petit : Rapproche-toi.....	49
3.4.2. Au moyen : Dérobe-toi.....	50
3.4.3. Au grand : Dévoile-toi.....	52
3.4.4. Au très grand : Aime-toi.....	55
3.4.5. L'ensemble : Regarde-toi.....	56
3.4.5. Et leurs regards.....	57
CONCLUSION.....	59
BIBLIOGRAPHIE.....	61
ANNEXES.....	64
Annexe 1 : Texte inclus dans la vidéo <i>Ôde à ma maison</i> , 2021, Flore THOMAS	64
Annexe 2 : Texte inclus dans la vidéo <i>Simple complexe</i> , 2021, Flore THOMAS	64
Annexe 3 : Photos et texte de l'exposition finale <i>Regarde-toi</i> , 2023, Flore THOMAS	66

LISTE DES FIGURES

Figure 1 : Extrait de <i>Soleil d'Ombre</i> , 2021. Flore Thomas.....	8
Figure 2 : <i>Corps caché</i> , 2020, diptyque photographique. Flore Thomas.....	15
Figure 3 : Capture d'écran d'une publication Instagram : The Womanhood project, (2018). Sara Hini & Cassandra Cacheiro.....	23
Figure 4 : Capture d'écran d'une publication Instagram : The Womanhood project, (2020). Sara Hini & Cassandra Cacheiro.....	24
Figure 5 : Capture d'écran d'une publication Instagram : The Womanhood project, (2020). Sara Hini & Cassandra Cacheiro.....	28
Figure 6 : Photographie (2023), Lisa Deprat.....	33
Figure 7 : Photographie (2023), Lisa Deprat.....	33
Figure 8 : <i>Danse</i> , 2021, triptyque photographique. Flore Thomas.....	36
Figure 9 : <i>EUCA 1</i> , 2022, exploration photographique. Flore Thomas.....	37
Figure 10 : Sans titre, 2022, exploration photographique. Flore Thomas.....	37
Figure 11 : Extrait de la vidéo <i>Ôde à ma maison</i> , 2021, Flore Thomas.....	40
Figure 12 : <i>Réconfort</i> , 2022, exploration photographique à l'argentine, Flore Thomas.....	42
Figure 13 : Explorations photographiques au cellulaire, 2022. Flore Thomas.....	43
Figure 14 : Installation <i>Soleil d'ombre</i> , 2021. Flore Thomas.....	45
Figure 15 : Installation <i>Soleil d'ombre</i> , 2021. Flore Thomas.....	46
Figure 16 : Photographie de l'installation <i>Simple complexe</i> , 2021. Flore Thomas.....	48
Figure 17 : Extrait de <i>Dérobe-toi</i> , 2023. Flore Thomas.....	51
Figure 18 : Extrait de <i>Dévoile-toi</i> , 2023. Flore Thomas.....	54

AVANT-PROPOS

« Je comprends l'intimité comme étant une conversation entre soi-même et son corps. »

Boris Lehman, 2006, p.52

INTRODUCTION

« La même chair est là de la naissance à la mort, et elle donne un lieu, une incarnation à l'individu mais elle traverse au fil des années bien des couches de significations dans le regard que l'individu porte sur lui-même ou dans celui des autres. » (Le Breton et al. 2013, p.9)

Le corps. Voilà quelque chose qui nous rassemble. Nos corps, nos maisons, ce qui nous fait exister là, ici, et maintenant. Ce corps est avec nous depuis toujours, avec ses défauts, ses différences et sa singularité, et nous accompagnera jusqu'à la fin. C'est pour cette même raison qu'on a tendance à ne plus se rendre compte de son existence propre. Non pas que l'on oublie sa présence, mais que l'on a tendance à négliger son importance ou que l'on s'attarde sur ses aspects négatifs. Pourtant, le corps est notre habitat.

Dans mon cas, je ne prêtais pas vraiment attention à mon image dans un sens. Et pourtant, j'en étais extrêmement consciente. Mon attention était portée sur les regards et les jugements des autres, sans pour autant vouloir faire les efforts pour y remédier. Je n'étais pas bien dans ma peau, mais j'apprenais à vivre avec. Je trouvais ridicule toutes ces injonctions (épilation, poids, apparence physique en général) sans réellement me pousser vers une réflexion féministe, jusqu'à plus tard évidemment.

En ce qui concerne mon rapport aux arts, j'ai toujours pratiqué la photographie, depuis que je suis capable de tenir un appareil photo entre les mains et d'en comprendre vaguement le fonctionnement. Sans réel objectif artistique d'abord, je photographiais tout ce qu'il paraissait intéressant de se souvenir comme des paysages de vacances, des couchers de soleils, une jolie fleur ou une rencontre entre amis. Puis ma curiosité du beau et de sa redéfinition a finalement

pris le dessus et je me suis davantage concentrée sur le sens profond des images et le potentiel émotif qu'elles pouvaient apporter. C'est pendant et surtout après des études d'architecture que mon attrait pour les arts visuels s'est révélé. Il s'agissait alors de prêter une nouvelle attention au contexte, au contenu, et à ce que voulait dire le beau autour de moi.

Entre les images, l'art, le féminisme et la volonté de lier ces éléments pour créer quelque chose de positif, je me suis ainsi dirigée vers cette recherche-crédation et cette interrogation en particulier :

Le regard que je porte sur mon corps peut-il évoluer à travers ma pratique artistique et l'auto-représentation?

Cette recherche et ce mémoire se veulent être un récit de ma pensée. À travers ce récit, j'aborde certains sujets qui ont été traités et théorisés en détails par d'autres auteurs et penseurs, mais je me permets de revisiter certaines notions et de les redéfinir, tel que le cheminement de ma pensée qui m'est propre. Je ne prétends pas apporter une nouvelle théorisation de ces sujets, simplement amener la représentation que je m'en fais à l'heure actuelle.

Dans le livre *Psychologie de la solitude* (2009), de Gérard Macqueron, la confiance en soi est une des trois valeurs qui compose l'estime de soi. Les deux autres valeurs étant l'amour de soi et la connaissance de soi. La confiance en soi est ici décrite comme un degré de confiance en nos capacités à faire quelque chose, donc liée à des actions, à quelque chose de concret. Ce que je décris comme « confiance en soi » dans ce mémoire et cette recherche, c'est plutôt la relation avec

soi-même, celle dans laquelle on se sent bien avec son corps et son regard. Une relation d'acceptation, d'assurance, de bienveillance et d'ouverture.

Le premier chapitre présente la problématique qui articule mon projet de recherche-création et son origine, notamment dans ma pratique photographique et le rapport au temps que m'apporte ce médium. J'y aborde également l'évolution des représentations des corps, l'influence des réseaux sociaux ainsi que les émotions qui en résultent.

Le deuxième chapitre présente une contextualisation à travers les œuvres de différents artistes en arts visuels et leur pertinence avec la recherche-création et les notions cl es comme l'auto-représentation ou l'esthétique de la discrétion à travers le travail de Jean-Paul Curnier (*Montrer l'invisible, écrits sur l'image, 2009*).

Dans le troisième chapitre, je présenterai les objectifs de création initiaux, puis divers projets réalisés durant cette recherche-création, ce qu'ils ont apporté et le chemin de confiance parcouru. Je présenterai également le projet final qui agit comme un retour du cheminement créatif et une conclusion de l'ensemble de la création.

Ce mémoire, cette recherche, c'est moi. Je ne peux aucunement m'en dissocier, c'est mon expérience vécue au cours de ces trois dernières années. Je fais partie de cette recherche autant qu'elle fait partie de moi.

CHAPITRE I

L'IMAGE AU COEUR DE L'ÊTRE

1.1. LES IMAGES DANS LES YEUX

1.1.1. Du numérique

Du plus loin que je me souviens, j'ai toujours eu une certaine attirance pour la photographie. La photographie représentant pour moi à ce moment là le pouvoir de figer des souvenirs, d'arrêter le temps, de le sceller, de le garder précieusement. Conserver les souvenirs, comme si j'avais une peur viscérale de l'oubli. Je me souviens, petite, pleine d'enthousiasme alors que mon père venait de me confier l'appareil photo (argentique), bien que je ne l'utilisais pas. Plus tard, c'est au tour des appareils photos jetables, les fameux kodak que l'on achetait à la dernière minute avant de partir en voyage. On s'entend que les images qui en ressortaient n'étaient pas d'un très grand intérêt ni d'une très grande qualité, elles n'en étaient pas moins que des fragments de souvenirs, aussi floues soient-elles. Puis, l'ère du numérique a pris le dessus; de petits appareils photos abordables, des cartes mémoires avec des capacités de stockage de plus en plus grandes, c'étaient des possibilités de photographies quasi illimitées. Malgré cette infinité de prises de vues, ce numérique a sonné une certaine perte de la photographie en tant que souvenir, sous sa forme physique. Le numérique, comme son nom l'indique, ce sont des données, des chiffres, un code; ça ne se touche pas, ça ne passe pas de main en main aux repas de famille. Dans l'immensité numérique, les images se multiplient et se ressemblent et manquent cruellement d'intérêt.

Ce n'est que plus tard, guidée par une maturité fraîchement acquise, que je vais commencer à m'intéresser réellement au fond et à la forme de ce que je capture. La photographie ne se réduit plus qu'au souvenir seul, mais également à sa qualité de composition, de réflexion et d'émerveillement qu'elle suscite. Tenter de trouver du sens et de la poésie dans la beauté d'un paysage, d'un rayon de soleil, d'un reflet, puis, redéfinir le beau, ou essayer du moins.

1.1.2. À l'argentique

Mis à part les appareils photos jetables lorsque j'étais petite, je n'avais exploré les images qu'à l'aide du numérique. Lors d'un exercice dans le cours de création, je me suis imposé d'utiliser l'argentique, qui n'était jusque-là qu'une curiosité que j'avais vaguement eu l'occasion de tester une année plus tôt. Un tout petit pas en dehors d'une zone de confort, pour finalement y trouver beaucoup de réconfort. J'étais là, moi, mon corps, ma confiance éventuellement, et un appareil photo argentique que je ne maîtrisais pas vraiment.

*« Je m'installe, j'ai peur qu'on puisse me voir.
Je me cache derrière le miroir, derrière les ombres.
Puis, j'aime ces ombres créées par les feuilles.
Le soleil réchauffe ma peau et chatouille mes poils.
Je m'amuse. Ça sent l'été.
Et sans m'en rendre compte, la pellicule est déjà pleine. »¹*

C'est ainsi que naît *Soleil d'ombre*, le projet qui me fera tomber en amour avec l'argentique. Tout me semble nouveau. L'argentique permet un temps que le numérique me poussait à ignorer. Le processus photographique est décomposé et étalé dans le temps, qu'on le veuille ou non. J'ai

¹ Extrait textuel de *Soleil d'ombre*, 2021. © Flore Thomas

apprécié devoir prendre mon temps et surtout lâcher prise, accepter la fragilité du processus et la mienne, prendre le temps de respirer et d'être soi, avant d'être une représentation de soi.

D'abord, il y a les réglages ; ISO, ouverture, distance focale, vitesse d'obturation, et finalement le focus. Rien n'est automatique, il faut penser chaque réglage avec l'aide du posemètre, entre autres. Puis c'est le mystère jusqu'au bout. Peut-être ai-je réussi ma photo, mais peut être que je vais faire une erreur plus tard et toute la pellicule sera ratée. La fragilité dans l'ensemble de ce processus faillible. Quand vient le moment du développement de la pellicule, c'est l'excitation qui prend le dessus. La procédure avance, environ une heure plus tard, c'est la révélation, ce moment hors du temps où la pellicule sort du boîtier pour que mes yeux pleins d'émerveillement puissent venir s'y fixer. Je porte un regard attentionné, mais rapide, à la pellicule avant de la laisser sécher. Ce n'est que quelques heures plus tard ou le lendemain que je pourrais commencer le développement sur papier. Encore là, le processus est long et minutieux marqué d'essais, d'échecs et de réussites. Rien n'est linéaire, rien n'est automatique, mais tout est authentique et passionnant.

1.1.3. Le temps

Tout ce processus a un impact assez important sur le regard que je porte aux images que je crée. Dans l'instantané du numérique, le jugement peut être immédiat alors que la lenteur du processus argentique permet de lâcher prise entre le déclenchement et le dévoilement de la photographie. Prendre le temps de réfléchir, prendre le temps d'avoir hâte, prendre le temps de respirer, prendre le temps d'exister et d'être soi. Être soi avant de se confronter à la représentation de soi. En fait, c'est la perte du contrôle sur l'image. Certes, je contrôle les réglages,

le cadrage, la position, etc, mais plus rien par la suite. Il y a une autre notion qui impacte l'adoucissement du jugement en argentique; la quantité d'effort à produire pour une quantité d'images moindre. Contrairement au numérique, qui, dans mon cas, demandait moins d'efforts logistiques, les images étaient plus simples et pouvaient devenir illimitées. Moins d'images en argentique, ou en tous cas plus d'efforts, qui me poussent à bien mieux apprécier ce que j'ai, comme la rareté d'un objet augmente souvent sa valeur.

1.1.4. L'habitat

Le corps comme habitat et dans son habitat, dans le quotidien et l'intimité d'un chez-soi. La grande majorité de ma création et de mes réflexions se base sur cette intimité liée à la vulnérabilité. Il n'y a pas de mise en scène théâtrale ou de création dans un studio sans lumière naturelle. Le tout relève quasiment de l'instinct et du moment présent. Ma formation en architecture m'a apporté une certaine rigueur, dans la composition en l'occurrence, où j'aime capturer les formes, les symétries, les jeux de lumière.

Mon chez-moi, ma maison, ma fragilité et mon corps.

« Où est votre corps de vérité? Vous êtes le seul à ne pouvoir vous voir qu'en image, vous ne voyez jamais vos yeux, sinon abêtis par le regard qu'ils posent sur le miroir ou sur l'objectif (il m'intéresserait seulement de voir mes yeux quand ils te regardent) : même et surtout pour votre corps, vous êtes condamné à l'imaginaire. » (Barthes, 1975, p.40)

Corps de vérité et corps de représentation sont deux choses différentes. On ne peut se voir qu'à travers son propre regard, qui constitue lui-même une représentation de soi. Notre

regard dans un miroir est une représentation. Une photographie est une représentation. Celles-ci ne sont pas entièrement opposées à la vérité, elles forment seulement une vérité partielle. J'aurai beau me regarder sous tous les angles avec une caméra, il existera toujours une part d'imaginaire, d'invisible dans le visible.



Figure 1 : Extrait de *Soleil d'Ombre*, 2021. © Flore Thomas

1.2. LE CREUX DANS LE VENTRE

1.2.1. L'impact des réseaux sociaux

« Il nous faut donc faire l'hypothèse que c'est au cœur de cette banalisation des images qui nous entourent et qui se sont rendues à ce point familières et indispensables, que se tient le secret de leur pouvoir sur nous, de leur mode d'existence et peut-être aussi de leur véritable nature. »

(Curnier, 2009, p. 9)

Du contenu sans limites, c'est ce qui se produit notamment avec les médias sociaux (je parle ici essentiellement des réseaux sociaux comme Instagram, TikTok, Twitter et Facebook). L'accès facilité aujourd'hui à la technologie numérique et à Internet a fait grandir les médias sociaux de manière exponentielle.

La crise sanitaire du Covid-19, arrivée en 2020, a eu un impact non négligeable sur les réseaux sociaux. Et pour cause, les confinements partout dans le monde ont poussé les personnes à se tourner vers les réseaux sociaux pour avoir de l'interaction sociale. Je ne ferai pas une étude complète de ce que représentent les réseaux sociaux et du type de contenus qu'ils produisent ou transmettent, mais, dans le cas de ce mémoire, je parlerai seulement d'une petite partie : Les contenus qui abordent l'apparence physique des femmes en société occidentale. Il y a du positif bien évidemment avec ce qui est appelé le "body positivism" (positivité corporelle si l'on devait le traduire). Je ne néglige en aucun cas l'existence de ces contenus bienveillants, mais il y a une forte tendance à ne retenir que ce qui nous fait du mal.

Les yeux vissés sur l'écran de mon téléphone, une santé mentale qui se dégrade au fur et à mesure de la pandémie, je me noie dans l'immensité d'Internet et de ses déboires. Entre les vidéos

sexualisant à outrance des femmes et filles de plus en plus jeunes, les contenus soit disant humoristiques comparant les femmes non épilés à des monstres de saleté ou encore des vidéos tutorielles de comment rester mince et belle pendant le confinement etc. Sous chacun de ces contenus, il y a évidemment une section “commentaires”, et ça fait froid dans le dos. Sous couvert d’anonymat ou pas, les critiques, les insultes sont d’une violence effrayante. Un bout d’humanité qui déverse gratuitement sa haine, parfois envers des personnes qui ne font qu’essayer de vivre en paix. Je parle d’humanité, mais tout cela me fait perdre espoir et me met en colère. La méchanceté me paraît invraisemblable, je ne la comprends pas, je ne peux concevoir que de tels modes de pensée existent. Mon incompréhension devient ma colère et d’un coup, je rêve de pouvoir agir, petit à petit, pour faire disparaître la haine de ce monde. En attendant, j’exprime mon ressenti aux personnes qui m’entourent. J’aimerais pouvoir faire plus que ça, mais je reste moi-même; la fille timide et anxieuse qui manque d’estime d’elle-même.

J’en veux à ce monde numérique, qui a basé une partie de son développement sur le mal-être de certaines personnes. Quelles sont les solutions? S’en détacher n’est pas si évident et peut demander un travail sur soi-même très conséquent. On ne peut pas non plus vouloir et demander un contrôle des contenus et commentaires. Ce qui constituerait une forme de censure, qui existe certes déjà, mais qui est très limitée et qui n’a l’air de viser que les contenus qui ne correspondent pas “au standards d’Internet”. Les contenus de militantisme féministe sont particulièrement touchés. Quoi qu’il en soit, je continue d’espérer à un monde meilleur par les petites et grandes actions bienveillantes.

1.2.2. L'évolution du regard et des représentations

« Pour passer d'un regard positif, du moins relativement, à la condamnation, il a donc fallu que, dans les sociétés développées et ceci à l'échelle de la société toute entière, un certain nombre d'individus réussissent à persuader les autres que cette situation était vraiment problématique. L'obésité posée comme "anormale", comme "déviance" par rapport à la norme est donc, dans cette perspective, une construction sociale dont il convient de suivre les étapes. » (Le Breton et al. 2013, p.9)

Ce que l'on appelle les normes de beauté, ce sont les injonctions à la beauté qui agissent comme des règles non-écrites, mais qui sont intégrées inconsciemment dans l'éducation et la culture, et ce avant même notre naissance. Et si l'on naît fille, notre entourage aura déjà projeté en nous des attentes de féminité, de douceur et de beauté. Ces normes ont bel et bien été créées, petit à petit par les sociétés, et ce, de façon plus ou moins consciente. Si ces règles ont été décidées par un ensemble d'individus, on peut se demander ce qui les rend plus légitimes? C'est l'effet de masse qui finit par créer une pression sur les autres individus, qui s'y conforment pour faire partie de la société en question.

De plus, ces normes sont en perpétuel changement et évoluent sans cesse (sans parler des divergences selon les pays, régions et cultures). On pourrait remonter très loin et faire tout un inventaire des changements majeurs qui ont eu lieu, mais bien que ce soit très intéressant, je me concentrerai sur des propos résumés

Dans l'ouvrage *Corps en formes* (Le Breton et al. 2013), il est question de faire des liens entre différents aspects de la sociologie, et l'évolution du rapport au corps. Entre théorie,

sociologie et représentations, cet ouvrage fait l'éventail d'une vue d'ensemble aux détails du "pourquoi du comment" les corps et leur représentations évoluent.

Dans l'architecture et le design d'espace d'abord ; la salle de bain, la salle de douche, ou quelque soit le nom qu'on lui donne, a bien plus d'importance dans le rapport à soi que je ne le pensais. Cette pièce a beaucoup évolué, n'existant même pas sous sa forme individuelle auparavant. Puis, son arrivée progressive dans tous les logements individuels amène une certaine forme d'intimité. C'est la pièce où l'on se retrouve seul, ou le regard d'autrui ne fait pas partie des préoccupations. D'un espace commun à un espace de plus en plus privé et intime, l'attention s'ouvre sur des questionnements qui étaient moins présents auparavant. Le miroir vient aussi à évoluer, en passant du seul miroir au-dessus du lavabo au miroir plein pied, et une nouvelle attention et un nouveau regard au corps est alors porté (Le Breton *et al.* 2013). Ce que l'on ne voyait pas ou peu est désormais visible. Rendre visible donc rendre réel certains aspects du corps que la société nous dicte alors de contrôler.

Bien-sûr, les représentations ont évolué selon beaucoup d'aspects différents. On pourrait parler de l'impact considérable qu'a eu l'arrivée de la publicité, d'abord au format papier, puis la révolution numérique et la multiplication des représentations des corps à travers les écrans. J'ai pu le constater même à mon échelle, entre mon enfance aux tout débuts d'Internet et l'arrivée des téléphones cellulaires et des réseaux sociaux. En grandissant, la pression de se conformer aux normes a drastiquement augmenté, et décider de les remettre en question n'est pas apparu de façon si évidente.

1.3. LA COLÈRE DANS L'ÂME

1.3.1. Redéfinir le beau

Il faut entre 1 et 3 mois pour se défaire d'une habitude, c'est ce qu'on me disait quand je me rongais les ongles. Mais combien de temps faut-il pour se défaire d'une ou de plusieurs idées préconçues qu'on a intégrées depuis qu'on est capables de respirer? Si on ne décide pas de réfléchir aux mots, on ne se pose jamais la question de ce qu'ils veulent dire. On a appris depuis longtemps à différencier ce qui est beau de ce qui ne l'est pas. Mais au fait, qu'est ce que le beau? Pourquoi un coucher de soleil sur un lac, dans un paysage scénique idyllique le serait-il davantage qu'une tâche de graisse qui dégouline sur le bord d'un trottoir? En ce qui concerne les corps, la définition du beau a beaucoup évolué au fil du temps, elle évolue encore. C'est difficile de se détacher d'une définition, quel que soit le mot. On ne peut redéfinir les choses que pour soi, dans un premier temps en tout cas, puis le partager autour de nous.

Je vous partage donc ma réappropriation de ce que serait le beau :

Le beau, ce serait aussi la belle, ça n'aurait pas de genre, ça ne s'écrirait même pas. Ce serait les étoiles dans les yeux, qui brillent pour quelqu'un, ce serait le pincement dans l'estomac, ce serait un son, ce serait une odeur, ce serait la froideur d'une main sur la hanche, ce serait la douleur et le bonheur. Ce serait le rire et le malheur, ce serait chaque couleur, ce serait le néant. En fait, ce serait tout et rien en même temps, ce ne serait pas quelque chose qu'on définirait, mais quelque chose qu'on ressentirait, ce serait ce qu'on veut.

C'est notamment ce que j'ai voulu montrer dans ce diptyque photographique : *Corps caché*. C'est en partant d'une photographie supposée être ratée que sont nées ces images. Pas facile de se photographier de si proche, sans retour de ce que l'objectif capture. Une main floue au premier plan, mince, je recommence. Finalement plus tard, c'est bien celle-là même que je trouve la plus intéressante, la plus expressive. Elle raconte la pudeur, la vulnérabilité... la vérité.

En plan rapproché, on peut deviner des plis de peaux (cruement appelés des bourrelets), ainsi que des vergetures au niveau des cuisses. On peut les deviner, mais la représentation n'est pas particulièrement évidente, surtout quand la photographie est en grand format, bien plus grande que l'échelle réelle. C'est ce que j'ai particulièrement aimé de ce projet, retrouver la beauté dans ces détails que j'avais appris à cacher et même à détester. Redéfinir la beauté sur mon propre corps, détail par détail, poil par poil.



Figure 2 : *Corps caché*, 2020, diptyque photographique. © Flore Thomas

1.3.2. La colère comme énergie

Entre colère et volonté, la photographie et le désir de déconstruction des injonctions, de pair avec la redéfinition de ce que serait le beau, je ne pouvais rester indifférente à ces événements et ces émotions.

Le hasard a fait que tous ces événements aient lieu en même temps que le début d'une maîtrise en arts. J'ignorais encore de quelle manière et sous quelle forme, mais j'avais la volonté d'utiliser cette colère, de la transcender afin de la rendre utile et créatrice. Je le sentais jusqu'au creux de mes os, je voulais aborder le sujet du corps, de sa ou ses représentations et des émotions qui les entourent.

Ne sachant pas comment exprimer mes émotions, de la colère à la confiance en passant par la fragilité et la fierté, cette recherche-crédation est apparue comme une sorte de solution. Non pas comme de l'art thérapie uniquement, plutôt comme moyen d'expression pour moi, certes, mais aussi pour les autres, ou plutôt comme façon de pouvoir m'exprimer aux autres. Comme dans un objectif idéaliste de changer le monde, à mon échelle tout du moins, ou comme ma manière de militer contre l'absurdité de la haine envers le corps. Résister pour moi, ici et maintenant, c'est comme un militantisme féministe à mon échelle individuelle, pour ensuite le partager avec mon entourage immédiat. Je n'ai, à l'heure actuelle, pas encore ni la volonté, ni le courage d'ouvrir mes réflexions et mon travail féministe à la sphère publique élargie (via les réseaux sociaux par exemple). Redéfinir les normes, les déconstruire et partager, inviter les personnes qui m'entourent à se questionner également. J'ai longtemps refusé le terme d'art thérapie en pensant que thérapie ne rimait qu'avec quelque chose de positif et heureux. J'ai compris plus tard que cela évoquait plutôt de grandir, en passant par différentes étapes, de

souffrance ou non. Comme si j'avais seulement entamé ce processus thérapeutique, qui prendra beaucoup de temps.

1.4. DES QUESTIONS DANS LA TÊTE

Au cours de ces dernières années, j'ai eu beaucoup d'occasions de redéfinir le beau vis-à-vis de mon corps. Ça commence par de l'indulgence et du lâcher prise, puis éventuellement, arrive un sourire qui accompagne la bienveillance du regard. C'est de cette volonté de redéfinir le beau et de réappropriation de mon corps que naît cette recherche dont le questionnement directeur est le suivant :

Le regard que je porte sur mon corps peut-il évoluer à travers ma pratique artistique et l'auto-représentation ?

Les médiums visuels agissent-ils de manière différente dans ma pratique artistique et quelle est leur influence sur mon estime? Quelle est la place de l'esthétique de la discrétion dans ma création? La confiance en soi peut-elle influencer l'auto-représentation et la pratique photographique et inversement?

Mes intentions dans ce projet de recherche-crédation sont d'abord de contextualiser ces questionnements à travers la place et le rôle de l'auto-représentation sur l'estime de soi et le regard. Il va ensuite être question de mettre en relation ces questionnements avec des références artistiques pertinentes et le rôle de l'esthétique discrète dans le processus de création.

1.5. LE PROCESSUS CHAOTIQUE

1.5.1. Des méthodologies pertinentes

En débutant cette recherche, je me suis évidemment penchée sur des approches méthodologiques précises qui pourraient faire sens avec mes intentions. Notamment la poïétique, comme décrite par Étienne Souriau ou encore le processus d'instauration, en suivant les travaux de Danielle Boutet, en l'occurrence.

Ma recherche-crédation s'est également articulée initialement autour de l'automédialité, dans le sens où je cherche à me présenter et me représenter, à exprimer mes expériences à travers plusieurs médiums en arts visuels. On peut considérer que le « concept d'automédialité tient dans la reconnaissance à laquelle il invite de la spécificité et de la dimension constitutive du médium dans les processus de subjectivation et les pratiques de soi » (Delory-Momberger et Bourguignon, 2019, p.36).

Ces méthodologies et processus se basent sur l'expérience vécue, le ressenti pendant la recherche et la création ; C'est la création de soi par soi et pour soi. L'artiste chercheur est invité à avoir un retour réflexif sur sa pratique.

« Ainsi, par nos agirs créateurs sur la matière et le réel, comme par les opérations réflexives et cognitives de recherches sur ces mêmes agirs, nous nous « instaurons » existentiellement (...) Cette recherche réflexive agit autant sur la création que sur l'artiste, aussi sûrement que la création elle-même agit sur l'être de l'artiste. » (Danielle Boutet, 2018)

L'approche heuristique me paraissait également pertinente puisqu'elle semble quasi-indissociable de la recherche-création, dans le cadre de la Maîtrise en Arts tout du moins. En ce qui concerne mon sujet de recherche qui part d'un constat, d'un vécu personnel, il était inévitable de l'aborder avec la méthode heuristique, qui me place moi en tant qu'individu et artiste au cœur de la recherche. Cette approche méthodologique fonctionne par cycles, entre création et retour réflexif après création. Elle permet de faire des liens entre les divers médiums, la création et la ou les symboliques des  uvres. Celà implique de respecter une certaine rigueur dans le temps pour ne pas arrêter le cycle de travail.

1.5.2. Du n'importe quoi   l'errance

Si je parle de ces diverses méthodologies au passé, c'est que malgré une volonté de s'y identifier et de s'y accrocher, j'ai bien constaté que cel  n'apportait finalement que des angoisses et des périodes de stress. Je me suis résolue, sans réellement faire de choix, à me laisser guider par le quotidien. Ce que j'aime appeler la méthodologie de n'importe quoi, c'est en fait de se laisser orienter par les  v nements de l'ordinaire, d'ouvrir le regard sur ce qui m'entoure, comme une libre circulation de la curiosité. Bien que j'utilise les mots "chaotique" et "n'importe quoi", ils n'en sont pas moins positifs et constructifs. Je ne mets pas complètement de côté les méthodologies décrites précédemment, seulement je ne peux prétendre être capable de m'y tenir de manière consciencieuse. Je ne me rattache pas à une ou à plusieurs méthodologies précises, mais plutôt à une approche méthodologique qui rassemble un peu de tout et un peu de rien à la fois.

J'ai longtemps pensé que je ne suivais aucune méthodologie, tellement le processus tant de création que d'écriture me semblait chaotique, dans le sens où tout pouvait changer du jour au lendemain. J'ai compris plus tard que mon processus suivait finalement une méthodologie de l'errance. L'idée de l'errance, contrairement à l'idée de la flânerie évoque quelque chose qui est d'avantage involontaire et subi, que l'on vient accepter avant de réellement se l'approprier. S'approprier l'errance au travers de l'écriture automatique (et de la création spontanée), ce qui peut se traduire par une sorte de journal de bord. Un journal de bord n'a pas vraiment de règles et il est propre à chacun. Les idées s'y déposent de quelque manière que ce soit, en ordre ou en désordre, lisible ou non, sous forme de croquis, d'une ligne. Dans mon cas, l'errance se traduit notamment par des phrases, ici et là dans plusieurs carnets, sur le bord d'une feuille qui traîne. C'est une pensée qui passe et qui disparaît éventuellement. C'est un récit sous une forme très personnelle et anecdotique de mon parcours créatif et émotif.

CHAPITRE II

ENTRE CORPS ET REPRÉSENTATIONS

Autant ma colère est née en naviguant à travers la haine des réseaux sociaux, autant mes yeux se sont illuminés d'inspiration et d'émerveillement au même endroit. Ces sources constituent la plus grande partie de mon contexte artistique. Bien que cela puisse apparaître comme controversé, ou moins sérieux selon les préjugés existants vis-à-vis des médias sociaux, mon sujet de recherche est un sujet très actuel et j'aime qu'il prenne son inspiration au même endroit, pour ne pas retenir que la haine, mais aussi être en recherche de bienveillance et d'espoir.

2.1. RÉCIT DU CORPS

2.1.1. Pour soi

Le récit a une grande importance dans la quête de déconstruction des injonctions. Dans *The Womanhood project*, de Sara Hini et Cassandra Cacheiro, le récit accompagne la photographie. Les deux artistes montréalaises lancent la seconde édition de ce projet en Novembre 2017. Entre photographies argentiques pleines de vérité, de douceur et d'émotions et des récits poignants de douleur parfois ou de confiance retrouvée, les deux artistes nous plongent dans une intimité de corps. Sous la forme de récits d'entretiens, la personne photographiée se livre sur un événement, un vécu, un détail ou un sentiment en particulier, toujours lié au rapport au corps et au regard. Les images et les récits de chaque personne sont très différents, mettant en valeur la diversité des

corps, des expériences, des genres et des sexualités. Parfois le tout est très brut, parfois c'est plus en délicatesse et vulnérabilité. Le récit se veut être une sorte de dialogue avec soi-même, de communication entre le corps et le regard.

Ce projet est vraiment intéressant et inspirant, tant pour les photographies que pour les récits. L'esthétique dégagée par le médium argentique apporte vérité et réconfort, qui sont des éléments que j'ai aimé explorer dans ma propre pratique créative. Le processus argentique m'apparaît plus authentique par la technique et le temps qu'il est nécessaire de prendre entre la pensée photographique et le résultat. Aussi, j'apprécie particulièrement les contrastes et le grain naturel que permet la photographie argentique. J'ai également pu travailler le récit, pour moi dans un premier temps, pour mettre des mots sur mon intimité avec mon corps, tenter de comprendre d'où viennent certaines émotions et les accepter. Comme si je voulais d'abord établir l'existence de mes idées préconçues avant de les déconstruire.

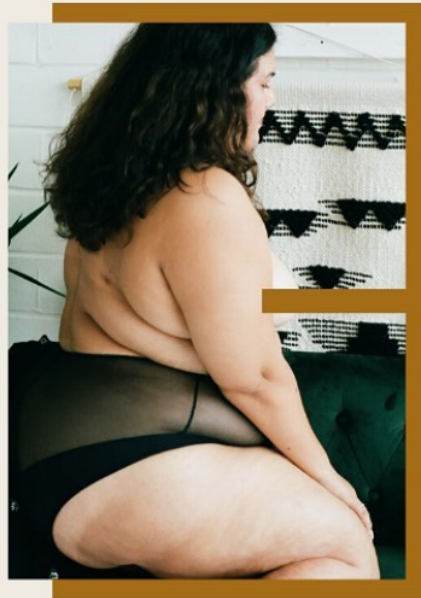


Figure 3 : Capture d'écran d'une publication Instagram : The Womanhood project, (2018).

© Sara Hini & Cassandra Cacheiro. https://www.instagram.com/the_womanhood_project/

"Avant mon opération, je me privais de faire des millions de choses, de porter les vêtements que je voulais. J'me privais même d'aller dans certains endroits parce que le regard des autres pesaient lourd sur moi. Aujourd'hui, 90 livres en moins. Je subis encore cette pression là. C'est juste que la pression est différente."

Amélie pour *The Womanhood project*



"Pouvoir déconstruire ces traumas, ces idéaux, cette pression sociale, couche par couche, pouvoir finalement me dissocier de l'image qu'un autre pourrait avoir de mon corps, finalement l'accepter et l'aimer mais surtout l'écouter et lui faire confiance, est pour moi l'une de plus belles réussites de ma vie. C'est énorme."

- Sandra



Figure 4 : Capture d'écran d'une publication Instagram : *The Womanhood project*, (2020),
© Sara Hini & Cassandra Cacheiro. https://www.instagram.com/the_womanhood_project/

2.1.2. Pour les autres

Le récit pour les autres, ce serait le partage de celui-ci dans la sphère publique. Le projet *The Womanhood project* évoqué juste au dessus pourrait également s'inclure ici, dans le sens où les récits sont partagés publiquement sur les réseaux sociaux. Le partage permet pour d'autres d'accéder à ces témoignages, de s'en rapprocher, de s'y identifier ou d'y ajouter le sien en quelque sorte. Le récit, le témoignage du corps, de ses événements, de son histoire et de ses émotions, c'est une façon de résister face aux idées préconçues et aux injonctions liées au corps que dicte la société (patriarcale). C'est aussi une façon de rendre compte du corps pour redéfinir les normes et faire exister ce qui est considéré en dehors de celles-ci. Je parle essentiellement des réseaux sociaux comme outil de partage car c'est par ce biais que j'ai moi-même eu accès à cette résistance et que c'est aujourd'hui un des outils qui offre le plus de visibilité, surtout parmi les jeunes.

« FLATULENCES

Il reste un mystère général et absolu en ce qui concerne notre rapport au corps : le nombre de phénomènes naturels et bénins qui sont de si grands tabous. Le tabou est-il le mystère? Ou le mystère persistant crée-t-il le tabou? » (Voyer-Léger, 2018)

Dans cette citation, on comprend grâce au titre de quoi il s'agit, mais le tabou de manière générale peut s'appliquer à beaucoup d'aspects du corps et de son apparence. On peut également noter les tabous liés aux menstruations, à la transpiration, aux poils, et autres détails. Le tabou, c'est une forme de gêne vis-à-vis d'un sujet dont on ne devrait pas parler en société. Garder sous silence ces sujets c'est en nier l'existence. Cela mène à une désinformation et au sentiment de ne pas être "dans la norme". D'où l'importance aujourd'hui du récit qui sert également d'information. C'est toute cette partie bienveillante des réseaux sociaux qui me tient à cœur car plus il existera

d'informations et de contenus remettant en question les injonctions, plus les tabous viendront à disparaître avec le temps.

Bien-sûr, il existe un certain risque et même un danger avec ces outils que sont les réseaux sociaux. Comme toute résistance, quelle qu'elle soit, il y aura des personnes pour s'y opposer et défendre les idéaux déjà en place (et être du côté de ce qui existe en refusant tout changement possible). Je l'ai évoqué précédemment, mais l'anonymat confère à ces partisans de la société patriarcale un pouvoir de violence, dans leurs mots en l'occurrence. Il y a d'un côté cette violence venant de certains utilisateurs des réseaux sociaux mais il y a aussi, d'un autre côté, la censure qui peut exister, venant elle, de la plateforme du réseau elle-même. Enfin, des personnes qui en sont responsables et qui décident des règles concernant la censure. On peut citer en exemple la différence de traitement entre un téton féminin et un téton masculin ou entre les formes nues d'une personne correspondant aux standards de beauté et les formes nues d'une personne qui n'y correspond pas.

2.2. LE CORPS PAYSAGE

Trouvé par le plus grand hasard en ouvrant aléatoirement une revue qui trainait par là, je découvre une photographie qui m'interpelle. Il s'agit d'une photographie de Brassai (1899-1984), Gyula Halász de son nom de naissance. Photographe, écrivain et artiste pluri-disciplinaire du 20e siècle.

Le diptyque *Ciel postiche* (entre 1932 et 1934) représente le flanc de deux silhouettes de corps nus de femmes. Le tout semble former un paysage, on peut y voir les dunes d'un désert de sable ou des collines lointaines. Le corps devient plus que le corps, il se transforme par ses textures, ses courbes et ses ombres. Quand le corps devient abstrait, on peut presque ne plus le reconnaître, sans qu'il soit pour autant modifié par de la retouche, mais simplement avec des jeux de composition et de forme.

Le corps paysage, ce sont des lignes, des courbes, des formes qui créent une beauté du corps d'une manière différente. J'aime l'idée de voir un paysage. puis, en me rapprochant, me rendre compte qu'il s'agit d'un corps; ça le rend beau autrement et ça peut permettre de maintenir une esthétique discrète et intime. C'est ce que j'apprécie particulièrement dans le travail de la photographe Lucie Rimey-Meille, photographe française qui partage ses images sur Instagram notamment. Entre textures de peau, courbes du ou des corps, et lumière, l'image se transforme et invite à une lecture tant verticale qu'horizontale. L'artiste a souvent été confrontée à la censure *injustifiée* de la plateforme pour avoir montré par exemple les formes d'une fesse ou un téton.



Figure 5 : Capture d'écran d'une publication Instagram : *The Womanhood project*, (2020),
© Sara Hini & Cassandra Cacheiro. https://www.instagram.com/the_womanhood_project/

2.3. AUTO-REPRÉSENTATIONS ET REPRÉSENTATIONS

Il existe autant de types d'auto-représentations qu'il existe de pratiques artistiques. C'est un sujet qui a été énormément traité en photographie, depuis l'existence même de celle-ci. L'auto-représentation, c'est comme la représentation, mais de soi-même. Le photographe est le photographié, il décide de la forme, de la composition et se raconte. L'autoportrait et le portrait impliquent une notion d'identité qui est moins évidente avec l'auto-représentation et la représentation. On estime que le premier autoportrait aurait été réalisé par Robert Cornelius en 1839, peu de temps après la mise au point du daguerréotype par Louis Daguerre la même année. Le daguerréotype n'est pas le premier "appareil" photographique, mais le premier à vraiment s'imposer. Bien-sûr avec l'évolution technologique, la photographie n'est plus seulement réservée aux artistes professionnels, mais peut être accessible avec un téléphone cellulaire ou de petits appareils photos peu dispendieux. À l'autoportrait vient alors s'ajouter le selfie, qui est une forme d'autoportrait numérique réalisé avec un téléphone et souvent dans un contexte social.

Le corps est un sujet très représenté en photographie et j'aimerais noter les approches esthétiques de Imogen Cunningham, Cristina Nuñez, Diane Arbus, John Coplans, Richard Avedon, Robert Mapplethorpe ou encore Anne Nobels qui ont beaucoup travaillé le corps. Le corps nature, le corps intime, en toute vérité et brutalité, le corps tel qu'il est. Dans une esthétique crue parfois, certains peuvent y voir de la provocation dans le sens où la visibilité du sujet est également la visibilité du tabou.

Le travail de Nan Goldin se rattache également à cette esthétique crue. L'artiste photographe américaine née en 1953 traite des sujets comme la violence, la drogue ou le sexe, de manière à représenter ces tabous tels qu'ils sont. Elle se photographie notamment juste après s'être fait battre par son compagnon de l'époque. La photographie fait partie de sa série *All by myself* (1993-1996), qui retrace différents sujets d'une période assez sombre de sa vie. La photographie peut choquer, on y voit son visage abîmé par les coups, la peau est jaune, les contours des yeux sont noirs, verts, bleus, mauves.

Le travail de l'artiste française Sophie Calle est aussi intéressant puisqu'elle aborde les liens entre l'intime et le public, à travers l'art du récit, de la mise en scène, de la photographie ou de la performance. Ses oeuvres reflètent une invitation pour le spectateur d'entrer dans sa sphère privée et intime, mais aussi parfois, elle semble s'inviter elle-même dans la sphère privée d'une ou plusieurs personnes.

Si je ne me rattache pas à ces esthétiques plus dures dans mon travail actuel, c'est parce que je me concentre sur la discrétion pour évoquer l'intimité. Si je me dévoile trop dans une image, si je montre trop mon corps, alors je ne me sens plus moi-même. Pour me préserver, peut-être, mais aussi parce que ce sont ces esthétiques qui me font le plus vibrer dans ma création,

2.4. INTIMITÉ ET REGARD

Lorsque je parle d'esthétique de discrétion, je décris une esthétique du "caché", du hors-cadre et de ce qui ne se voit pas. Cette esthétique me permet essentiellement d'exprimer la vulnérabilité et l'intimité du corps, qui me sont très importantes.

« Et c'est sans doute parce que l'image photographique réussit à mêler aussi étroitement l'étrangeté de ce qu'elle montre avec l'intimité de notre mémoire qu'elle suscite en nous cette impression étrange de familiarité de l'inconnu. Et chaque photographie, parce qu'elle se compose pour partie de notre mémoire, est pour partie aussi un souvenir personnel. » (Curnier, 2009, p.21)

D'après le travail de Jean-Paul Curnier, chaque image existe de façon différente en chaque personne, au regard du pouvoir du hors-cadre de l'image et de l'imaginaire questionné par la partie laissée invisible au spectateur. Le corps étant un élément que nous avons en commun, il est aisé de faire appel à la mémoire de la personne qui regarde, pour laisser l'imaginaire créer tout ce qui pourrait se trouver à côté du cadre défini par la photographie.

C'est d'ailleurs une des raisons pour lesquelles je décide de ne pas photographier le visage ou le corps dans son entièreté. Je veux laisser au spectateur la possibilité de s'identifier à ce qu'il voit, d'imaginer sa peau, ses mains, ses textures. Le visage dévoile une identité, et il peut être plus difficile de se rattacher à une image quand on y voit clairement la représentation d'une autre personne, qui est identifiée très distinctement. L'utilisation de l'esthétique de discrétion me sert alors à exprimer la vulnérabilité assumée du corps, et me permet également de laisser un pouvoir d'évocation et d'imagination au spectateur. On peut envisager qu'en observant une photographie d'une main par exemple, le spectateur y voit sa propre main ou un souvenir relié à celle-ci.

Lisa Deprat est une photographe française qui se définit comme photographe *self-love*. Son travail est une invitation à l'amour du corps, avec des images pleines de douceur, de vérité et de beauté. Elle réalise des portraits et auto-portraits dans divers environnements, allant de la vivacité d'une rivière à l'intimité d'un chez-soi, et c'est ce dernier qui m'intéresse particulièrement.

C'est la représentation de l'intimité. Des lumières douces, un environnement chaleureux et un corps dans toute sa nature qui vient s'y dévoiler. Se retrouver avec son corps, prendre le temps de l'observer, apprendre à le connaître dans tous ses détails, ouvrir son regard pour davantage de bienveillance envers soi-même et accepter son corps pour ce qu'il est, et non pour ce que la société voudrait qu'il soit. Les photographies font appel à cette bienveillance et ce changement de regard critique envers soi-même,

L'habitat, que ce soit la chambre, la salle de bain ou une toute autre pièce, il y a peut-être chez nous, dans nos habitations, un lieu où l'on se sent bien. À l'abri des regards, l'intimité se lie à la confiance et au regard. C'est à travers ces notions d'habitat, d'esthétique de la discrétion, et d'intimité que j'explore et développe ma pratique artistique, à l'aide de différentes approches.

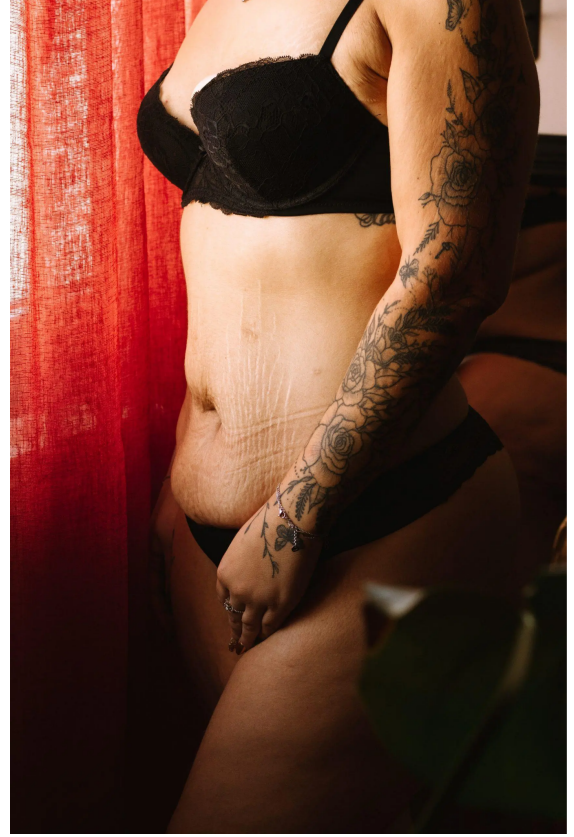


Figure 6 et 7 : © Lisa Deprat. <https://www.lesdetailsdelisa.fr/>

CHAPITRE III

REGARDE-MOI

3.1. DES DÉFIS

C'est avec beaucoup d'idées, de projets et d'objectifs de création que j'ai débuté cette maîtrise. Pleine d'enthousiasme à l'idée de prouver ce dont je suis capable malgré un parcours universitaire un peu différent de celui de mes collègues. Il est vrai que, finalement, je débutais dans les études en art. Les études d'architecture que j'ai dans mon bagage m'ont certes appris et introduit les arts visuels, la photographie, le dessin, la composition ou autres disciplines artistiques, mais je n'ai pas eu l'occasion d'approfondir les réflexions et intentions de la création (mis à part des réflexions de mise en forme, d'espace et de sociologie de l'habitat en architecture).

J'avais pour objectif notamment la mise en place de différents exercices photographiques personnels, réalisés à intervalles réguliers ; de façon hebdomadaire, par exemple. Des prises photographiques en auto-représentation en expérimentant différents lieux, différentes lumières, etc. Je souhaitais également créer des exercices collaboratifs tant en création photographique qu'en création textuelle. Se rassembler pour des séances d'introspection et d'écriture vis-à-vis du corps.

Cependant, comme vu précédemment, plusieurs facteurs ont compromis ces objectifs pour plutôt se diriger vers un processus chaotique. Malgré une grande volonté de suivre les méthodologies de recherche, et les objectifs de création, rien ne s'est réellement passé comme

prévu. D'abord la pandémie de Covid-19 s'est révélée être difficile sur le long terme ; le moral et la motivation ont du mal à se frayer un chemin parmi la cascade d'émotions et d'énergies négatives qui m'entouraient. Entre angoisse et dépression, il n'est pas évident de se tenir à certaines choses qui manquent de sens à ce moment-là. Je ne cherche pas à trouver des excuses, mais je ne peux ignorer l'impact qu'a eu la santé mentale sur ce projet et cette recherche.

3.2. UNE CONFIANCE FRAGILE

3.2.1. Petits pas timides

Commencer une recherche-crédation en pleine crise sanitaire mondiale n'apporte pas des conditions de travail très idéales mais nous avons tous dû s'y adapter. Cachée et discrète, la volonté d'agir tente de se débattre face à la paralysie. Les débuts de créations furent difficiles, j'étais comme perdue dans ce nouvel univers. Oser et ne pas oser en même temps, ou alors le vouloir mais ne pas savoir comment. Je finis par me lancer, timidement, dans une exploration de mon corps en photographie. Je ne l'ai jamais vraiment fait, mis à part pour le projet *Corps caché*. Je me demande si je dois me dévoiler davantage, essayer des esthétiques plus provocantes et abruptes. Ça ne me ressemble pas, et ça me met dans une situation inconfortable.

Comme un défi, je me lance dans ce projet photographique en duo, je suis curieuse de mon ressenti. Cet essai en duo, ce fut le seul. Deux corps, des lignes, de la couleur : j'aime assez le résultat de ce triptyque, mais ce n'est pas moi. C'est peut-être ma confiance, mais celle d'autrui également. Je me rends compte à ce moment là, que la création se fera seule, dans mon intimité propre, et quels que soient les défis techniques que ça impliquera.

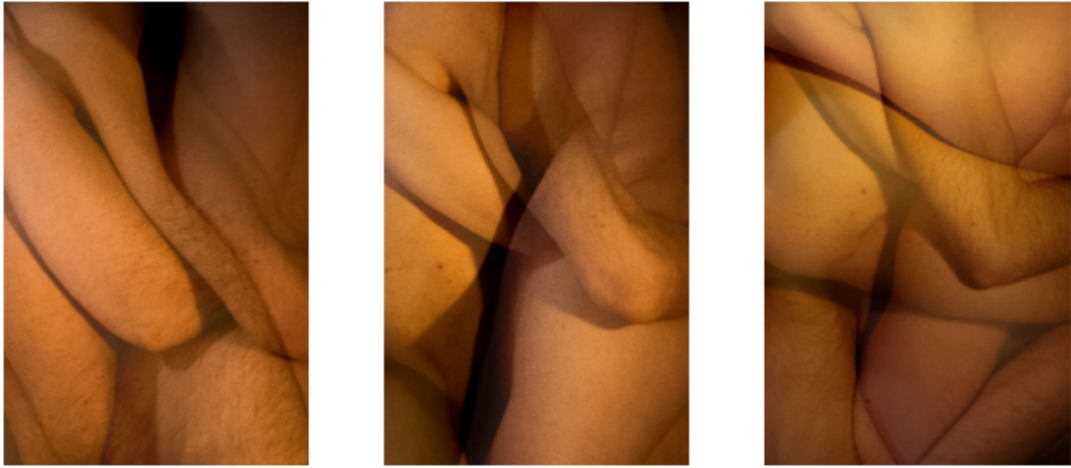


Figure 8 : *Danse*, 2021, triptyque photographique. © Flore Thomas

3.2.2. Trop pour pas assez

D'un côté se trouve la difficulté de trouver quelque chose dans laquelle je peux réellement m'épanouir, quelque chose qui me ressemble, qui me fait vibrer et qui se ressent. D'un autre côté se trouve une volonté presque chaotique de tout essayer. Du noir et blanc, de la couleur, tous les médiums, des effets de couleurs, telle ou telle lumière, etc. Souvent à la nuit tombée, quand le calme s'installe, j'ouvre un logiciel de retouche et je me perds à essayer, à explorer des effets de couleurs et lumières surtout. Parfois j'aime beaucoup ce que j'y découvre, parfois ce n'est pas du tout. Dans tous les cas, j'ai évidemment dû me résigner à faire des choix, je ne peux pas tout aborder, je ne peux pas tout montrer. Je ne jette évidemment pas ces explorations à la poubelle, elles trouveront une place dans de futurs projets.

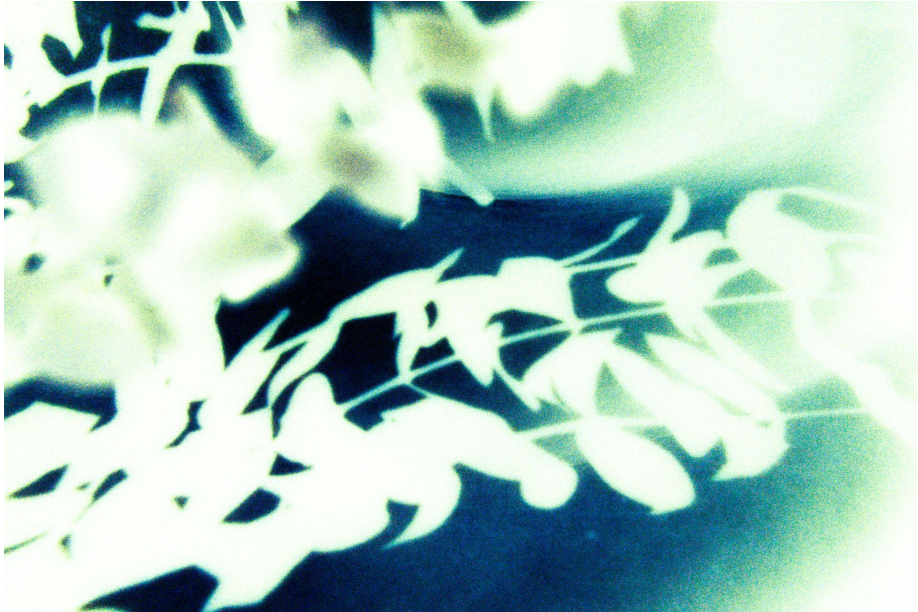


Figure 9 : *EUCA 1*, 2022, exploration photographique. © Flore Thomas

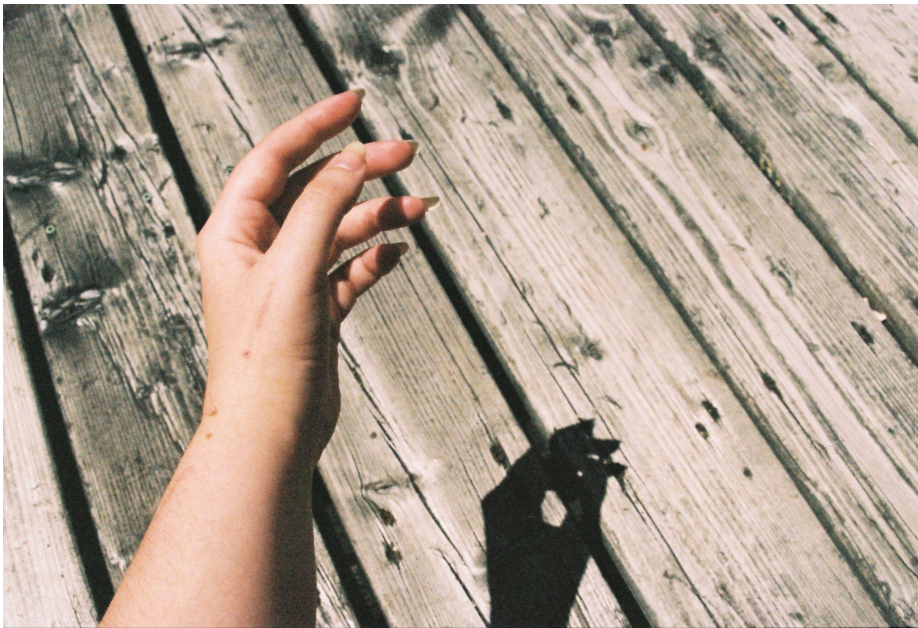


Figure 10 : *Sans titre*, 2022, exploration photographique. © Flore Thomas

3.3. TROUVER L'IMAGE

Bien que ce n'était pas forcé d'arriver, et grâce au soutien des mes collègues et professeurs, j'ai finalement réussi à sortir de ma zone de confort créatrice. C'est notamment le projet que j'ai réalisé à l'argentique qui m'a fait comprendre ce que je voulais réellement, et m'a ouvert la voie des possibles. Comme si les images avaient débloqué quelque chose. Mon manque d'estime s'était-il soudainement transformé en énergie créatrice ? Cette dynamique s'est révélée à travers des sources comme les relations sociales, qu'elles soient positives ou non, ou encore l'énergie de la lumière, l'énergie solaire. Rien que ça.

3.3.1. L'énergie relationnelle

Et si la confiance n'existait que par les autres et pour les autres? Je me suis posé cette question un jour, assise sur le bord de mon lit en regardant un polaroid collé sur le mur. Il y a en premier plan les bras tendus de la personne qui prend la photographie, puis nos cinq têtes souriantes. Un groupe d'amis. Chacun a l'air heureux de manière individuelle et commune à la fois. La confiance, c'est aussi à travers les autres. La bienveillance, le sentiment de sécurité et l'absence de jugement nous font nous sentir bien.

Même si je me doutais déjà du pouvoir dynamique des relations sociales en commençant la recherche, je ne me doutais pas qu'il était aussi important. J'ai connu au cours de ces trois années différentes phases relationnelles et si l'on devait tracer une courbe qui les symboliserait, mon estime suivrait plus ou moins le même tracé. Du très bas au très haut qui se traduirait tantôt

d'une haine d'une quelconque image de moi-même, tantôt d'une confiance rayonnante que rien ne semble pouvoir effacer.

Été 2021. Le monde semble se délecter d'un renouveau suite à l'année "covidienne" qui vient de s'écouler et j'en profite également. Je suis prise d'une énergie et d'une confiance, apparue de nulle part où presque. Quoi qu'il en soit, mon téléphone et mon appareil photo se remplissent d'auto-portraits à une vitesse que je ne n'avais jamais connue. Je danse devant chaque miroir que je croise, je joue avec le soleil et la pluie, c'est si agréable et libérateur. Je me sens bien seule, et je me sens bien avec les autres.

J'observe mon corps, sa silhouette, ses textures, ses plis. Avec un appareil photo numérique et une lentille macro (100mm) qui permet de capturer les détails en plan très rapproché et avec précision, je crée la vidéo *Ôde à ma maison* (2021) dans le cadre d'un cours et la projette sur un grand mur d'environ 10m par 3,5m. C'est impressionnant de voir un poil, entre autres, d'aussi proche et projeté à cette échelle. C'est le projet qui me fera dire « waouh » et ça se ressent autour de moi. Ma maison, ici, c'est mon corps, je veux lui rendre hommage, le remercier d'exister mais aussi m'excuser de la haine que j'ai eu et que je peux avoir envers lui.

Je me sens si vivante.



Figure 11 : Extrait de la vidéo *Ôde à ma maison*, 2021, Flore Thomas
Le texte (audio) accompagnant la vidéo se trouve en *annexe 1*.

Puis, quelques semaines plus tard, et bien que les bons souvenirs ne fassent pas vraiment partie de cette phase, il est intéressant de noter la puissance de la haine que j'ai pu ressentir envers moi-même à ce moment. Je ne pouvais plus me voir, ni en photo, ni en reflet. Du jour au lendemain, j'ai supprimé toutes les photos sur mon téléphone ou j'apparaissais, même de loin, même qu'en silhouette. Plus de jeux de lumière dans le miroir, plus de représentations, plus d'images, plus de danses. Comme si je voulais que mon apparence cesse d'exister. C'est violent et douloureux, mais incontrôlable. Je sème la haine dans mon regard à chaque fois qu'il croise mon reflet.

Je ne me sens plus exister.

Après plusieurs mois, petit à petit je remonte à la surface, comme si j'avais été noyée auparavant. Mon visage semble encore être difficile à dévoiler dans la photographie, mais à travers ma peau et mes mains surtout, je reprends peu à peu possession de mon corps. J'accepte avec douceur leurs cicatrices. Je mets de côté le numérique pour un petit moment et me concentre avec l'argentique, qui m'apporte plus de réconfort et de satisfaction. Petit à petit, mon regard se reconstruit et je réapparais.

C'est encore l'hiver, mais un élément va venir prendre une place très importante dans ma création et j'ignorais encore la puissance de son énergie : Le soleil.



Figure 12 : *Réconfort*, 2022, exploration photographique à l'argentique, © Flore Thomas



Figure 13 : Explorations photographiques au cellulaire, 2022. © Flore Thomas

3.3.2. L'énergie solaire

La chaleur des rayons de soleil qui se promènent sur ma peau, la lumière orangée et éclatante qui se reflète sur le miroir et sur les murs. Ça réchauffe mon corps, mon coeur et ma confiance aussi. Cette période sera la plus riche en création. J'y ai pris énormément de plaisir, j'ai gagné en connaissances du médium argentique, et surtout, je suis fière de ce travail.

Chaque jour, j'attends la lumière du coucher de soleil qui traverse toute la pièce. C'était un bel hiver, souvent ensoleillé et jamais je n'ai utilisé autant de pellicules argentique en si peu de temps. Et pourtant je ne me précipitais pas, la création allait au rythme de ma confiance, pas à pas je me dévoile, je me dévoile, je danse avec cette lumière qui m'émerveille chaque jour. Le soleil bas révèle les textures de ma peau et ses cicatrices, dans un jeu d'ombre et de contraste naturel. Mon corps et ma confiance abîmée en chemin de guérison. Je me sens chez moi, tant dans cette pièce que dans mon corps. Mon habitat finalement.

Je me sens revivre.

Je joue énormément avec les ombres de mes mains et de mes avant-bras, comme une danse. J'observe les cicatrices qui s'y baladent et capture les souvenirs qui s'en dégagent. Le soleil les illumine et semble faire disparaître leur douleur comme un voile d'apaisement. Les mains ont cette place importante dans le rapport au corps selon moi car elles sont le toucher, elles sont la douceur sur la peau, elles sont la texture ressentie, elles sont l'acceptation.

La photographie argentique ne me permettant pas de prendre de photos lorsque la lumière n'était pas suffisante. Je n'avais en ma possession que des pellicules de 400 ISO, c'est à dire avec une sensibilité à la lumière qui n'est pas si élevée et qui est plus adaptée pour des photographies de jour et en extérieur. Je profitais donc de cette lumière vive du soleil pour créer à l'argentique, alors que par temps plus nuageux, je me dirigeais plutôt vers le numérique et même des lumières artificielles. J'ai souvent essayé différents éclairages artificiels, je n'ai à ce jour pas réussi à retrouver la même énergie, la même atmosphère qu'avec le soleil. De plus, la lumière artificielle impliquait pour moi une certaine mise en scène, avec laquelle je me sentais moins à l'aise, je n'étais alors plus dans l'impulsivité.



Figure 14 : Installation *Soleil d'ombre*, 2021. © Flore Thomas



Figure 15 : Installation *Soleil d'ombre*, 2021. © Flore Thomas

3.3.3. Confiance rayonnante

Que faire de toutes ces énergies créatrices? Dois-je les garder pour moi-même? Ou en ai-je suffisamment pour me lancer dans une quête de partage à plus grande échelle?

Partager les représentations que je fais du corps, montrer au monde que les poils ne sont pas dégoûtants, que les cicatrices sont notre histoire, que ce qu'on appelle les défauts n'en sont pas, mais qu'ils constituent notre singularité. Je veux crier au monde que rien ni personne ne doit forcer quelqu'un à changer son apparence physique.

Simple complexe, c'est le résultat de ma première exposition collective au Centre National d'exposition (CNE) lors de la 14^e édition du Symposium en arts numériques en Octobre 2021. Le défi est de taille ; je n'ai jamais partagé mon travail publiquement. Le symposium s'étale sur un peu plus de deux semaines : 10 jours consacrées à la création sur place et une semaine

d'exposition. Je n'ai pas pu réaliser la totalité de la création sur place, j'effectuais les prises vidéos chez moi, dans mon intimité et confort. J'ai tout de même eu l'occasion de rencontrer du public, des amateurs d'art de la région ou des groupes scolaires. Au début, je ne me sentais pas à ma place; c'était un symposium en arts numériques, et la simplicité de mon processus, du dispositif et de ma création ne me semblaient pas à la hauteur. Mais rassurée par mes collègues, je réussis finalement à y trouver ma place, toute en discrétion. Outre ce sentiment d'imposteur qui a donc fini par se dissiper, ce fut impressionnant mais enrichissant de présenter son travail ainsi.

L'exposition fut particulièrement riche. L'installation finale se compose de la vidéo projetée sur le mur, d'un casque d'écoute permettant d'entendre le texte audio que j'avais enregistré ainsi qu'un petit carnet posé sur un socle juste devant, comme un pupitre. Ce carnet invitait le spectateur à écrire une pensée sur son rapport au corps et j'ai été très agréablement surprise de ce qu'il contenait à la fin de l'exposition : Quelques mots doux adressés au corps, des messages de soutien, des questionnements sur le regard etc.

En voici quelques exemples retranscrits :

« J'apprends à m'aimer comme je suis de la même manière que j'aime les autres et que je t'aime toi. »

« J'avoue avoir peur que mon corps change en vieillissant, les rides me dérangent. »

« J'aimerais être capable de m'aimer comme je suis. »

« Être capable de se regarder dans le miroir sans se juger sans arrêt. »

« Petit à petit je te vois. »

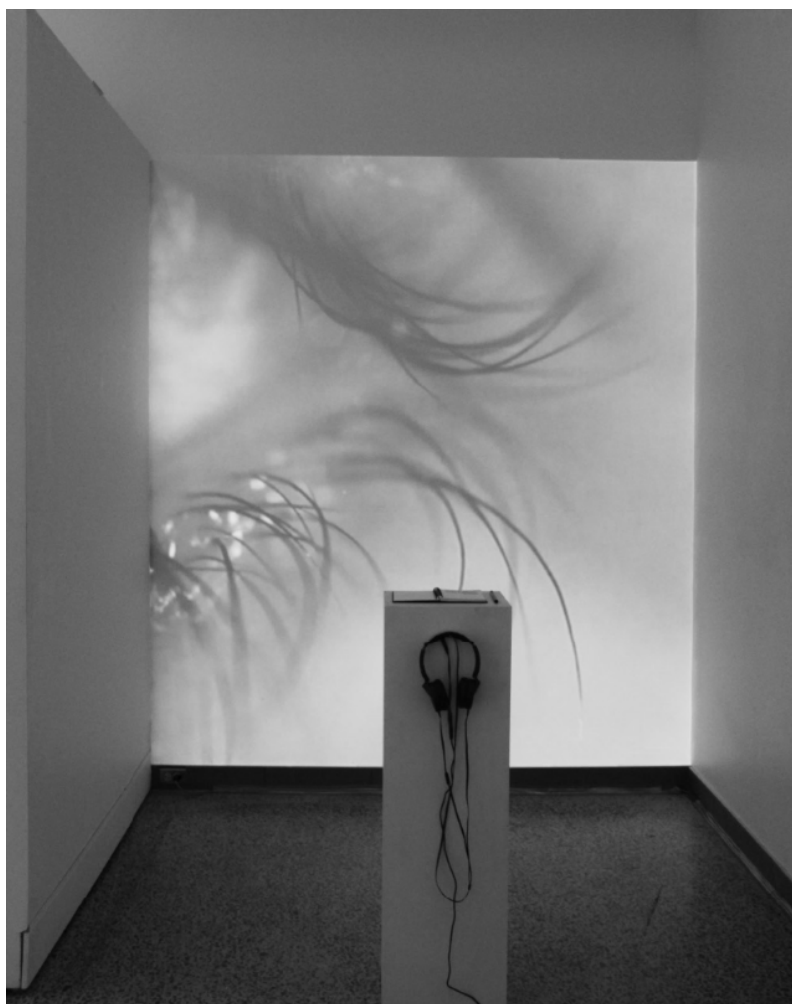


Figure 16 : Photographie de l'installation *Simple complexe* 2021. © Flore Thomas.
Lors de l'exposition du Symposium d'art numérique du CNE (centre d'exposition national) à Jonquières.
Le texte (audio) accompagnant la vidéo se trouve en *annexe 2*.

3.4. PROJET FINAL : *REGARDE-TOI*

Ce projet final présenté au SCAN de l'UQAC du 15 au 20 juin 2023 est le résultat des différentes réflexions et expérimentations visuelles de cette recherche-création. Il se veut être une sorte de balade, le parcours sensible d'une confiance fragile à travers divers médiums comme la photographie principalement (tant numérique qu'analogique), la vidéographie (numérique), ainsi que l'installation et la création textuelle. La création textuelle, dans l'exposition, se retrouve par un texte imprimé et accroché au début du parcours. Initialement, il devait se trouver sous forme de texte audio enregistré et incorporé dans la vidéographie *Aime-toi*.

3.4.1. Du petit : *Rapproche-toi*

Cette œuvre est composée de multiples photographies de détails de corps en petit format (5 × 5 pouces). Suspendues à différentes hauteurs à l'aide d'un fil transparent, et espacées de sorte à ce que le spectateur puisse se promener autour en l'invitant à se rapprocher. L'ensemble est composé de 52 images totales, mises dos à dos pour former 26 suspensions. Ce nombre peut paraître bien aléatoire, mais il représente mes 26 ans. Vingt-six années d'émotions et de sentiments variables. Vingt-six années de complexes liés à mon corps et mes représentations. Cette petite veine dans l'oeil droit, ce grain de beauté un peu sombre, cette marque, cette petite bosse, cette cicatrice. En fait, ces petites choses minuscules que l'on remarque à chaque passage devant le miroir, ces détails que nous seuls voyons et qui nous complexent tant. Ces images, c'est retrouver la beauté dans ce qui ne l'était pas auparavant, et c'est aussi la photographie et ma pratique qui influencent ma confiance.

Cette constellation occupe l'espace central du lieu de l'exposition et s'étale le long du parcours photographique.

Les images de cette composition ont principalement été prises à l'appareil photo numérique avec une lentille macro, qui me permet d'aller capturer des détails presque invisibles à l'oeil nu. J'ai moi même été surprise par la netteté et la définition de certains détails.

3.4.2. Au moyen : *Dérobe-toi*

Cette œuvre de format moyen (16 × 24 pouces) se compose de 5 photographies argentiques (mais imprimées numériquement pour des questions de facilité). Ces photographies représentent la confiance cachée, l'esthétique discrète de l'ombre. Ce ne sont que des ombres, des reflets, des textures. Il est laissé à l'imagination du spectateur ce qui se cacherait en dehors du cadre. Cette œuvre est également le reflet d'un jeu de confiance avec le soleil. Les différentes photographies ont été prises à divers moments de cette recherche-création, tant dans des instants où mon estime me semblait être au plus bas que dans des instants de confiance libérée. J'ai beaucoup aimé jouer avec les ombres de mon corps projetées sur le mur. Comme si je me situais entre le caché et le dévoilement.

L'ordre des images n'est pas non plus laissé au hasard. Dans le sens d'arrivée, il y a d'abord la texture et l'ombre de la peau seule, puis vient une main, qui symbolise un début de réappropriation de mon corps à travers le toucher. Viens ensuite, toujours avec la main, le début d'un jeu de danse d'ombre avec le soleil qui se poursuit avec la silhouette de mon visage et la silhouette de mon mouvement et mon geste photographique. Un chemin discret de mon intimité.



Figure 17 : Extrait de *Dérobe-toi*, 2023. © Flore Thomas

3.4.3. Au grand : *Dévoile-toi*

Cette œuvre de grand format (32 × 49 pouces) se compose de deux photographies numériques. Elles représentent un certain cap passé dans cette quête de confiance qui ne se termine jamais. Tout en restant dans une certaine esthétique discrète grâce à des effets de clair obscur qui me permettent de rester cachée, elles sont le dévoilement dans son ensemble, elles sont la fragilité et la force, elles sont ma confiance pleine d'espoir. Dans ce cas présent, le clair obscur, ce sont des contrastes importants entre la lumière et l'ombre, où les variations de lumières situées entre sont moins présentes. Comme si l'image n'était presque qu'en tons de noirs et blancs, sans vraiment de nuances grises entre deux.

Bien qu'elle ne soit pas une référence directe, cette œuvre peut faire penser aux représentations des Vénus dans l'histoire de l'art. Le regard vers le miroir, le corps nu mais l'intimité préservée se retrouvent dans les représentations en sculpture ou en peinture notamment. Loin de moi l'idée de me comparer à Vénus, déesse de la mythologie, symbole de l'amour, de la beauté, de la fertilité et de la renaissance. Cependant on peut y voir quelques liens intéressants et pertinents, notamment cette question de renaissance qui dans mon cas ferait référence à la renaissance de ma confiance et de mon rapport au corps. Les représentations visuelles de Vénus se sont beaucoup renouvelées et ont évolué avec le temps, et avec les normes de beauté de chaque époque. L'auto-représentation que je crée ici symbolise ma mythologie individuelle, mon intimité et mon rapport au corps en temps que femme.

Cette œuvre a été la plus difficile à réaliser, pas dans un sens technique particulièrement, mais dans le fait de dévoiler mon corps dans son ensemble ainsi qu'une partie de mon visage.

Décider de le présenter dans le projet final me demande un courage que je n'aurais pas pensé avoir, mais il marque l'évolution de la confiance. Celle-ci reste non linéaire et instable certes, mais elle n'est pas vouée à rester au plus bas. Même si ces deux images représentent le dévoilement, je reste dans une certaine esthétique de la discrétion ; par un jeu de position, de reflet, de contraste et de lumière, je décide de montrer une forme de vulnérabilité et d'hésitation avec ma représentation. Avec une apparence de clair obscur, la peau et ses formes se dévoilent dans un voile intime. Cette oeuvre, c'est mon intimité qui évolue à un autre niveau, où je me sens capable de la partager et d'y dévoiler mon identité. C'est l'influence de ma confiance dans la photographie. Celle-ci étant restée cachée, plus ou moins, depuis le début de la création. Cependant, le corps reste fragmenté, le visage et le regard de côté symbolisent la vulnérabilité, qui est présente malgré le dévoilement. L'auto-représentation devient une forme d'autoportrait sensible et dédoublé grâce au miroir.

Lors de l'exposition, ces deux images se retrouvent cachées au premier abord, on ne les voit pas immédiatement, mais en poursuivant le parcours photographique. En prenant du recul sur l'ensemble de l'exposition, ces deux grandes images auraient mérité d'être d'avantage mises en valeur, elles se retrouvaient finalement dans un espace trop exigu et on ne pouvait pas prendre suffisamment de recul pour les observer.



Figure 18 : Extrait de *Dévoile-toi*, 2023. © Flore Thomas

3.4.4. Au très grand : *Aime-toi*

Cette dernière œuvre a une place importante dans le projet final. Œuvre vidéographique projetée en grand format sur un mur d'environ 9 × 3.5m. La vidéo contient aussi un accompagnement audio qui vient ponctuer le montage des images. Ce projet ajoute un élément qui se ressent moins dans les photographies : le mouvement. La vidéo se compose de différents types d'images et de plans ; des gros plans sur des détails de corps (comme *Rapproche-toi*), des détails plus élargis (comme *Dérobe-toi*), et des ombres dansantes de corps dans son ensemble (qui rappelle *Dévoile-toi*).

Toutes les vidéos qui composent ce montage sont auto-réalisées, non sans difficultés. Entre le focus automatique ou manuel, les mouvements naturels de la respiration qui rendent l'image instable, ce fut pour le moins un beau défi technique. Il n'est en effet pas si simple de s'auto-filmer en plan très rapproché et sans retour d'image direct sinon la pose d'un miroir derrière l'écran de l'appareil photo.

La vidéo et la photographie dévoilent le corps d'une manière différente. Lorsque l'image immobile peut parfois laisser davantage de place à l'interprétation du hors cadre, l'image en mouvement semble laisser légèrement moins de liberté. Avec une image fixe, on a un meilleur contrôle de ce que l'on souhaite garder dans le cadre. Avec le mouvement, surtout en plan très rapproché, j'ai beaucoup plus de difficulté à contrôler ce qui apparaît. Bien qu'elle soit petite, cette perte de contrôle implique une certaine vulnérabilité, et ma confiance peut s'en retrouver influencée. La photographie me met plus à l'aise par le contrôle que je peux garder sur le cadre et la lumière.

En ce qui concerne l'accompagnement audio de la vidéo, j'ai d'abord pensé à créer quelque chose moi-même au piano, ce qui n'a pas eu de résultat très pertinent. Finalement, j'ai décidé d'utiliser une musique libre de droit trouvée sur Internet, qui correspondait le mieux à ce que je recherchais. Une mélodie de piano, lente et calme, qui accompagne le montage des images.

Le son de la vidéo était projeté vers l'écran à l'aide de deux hauts parleurs, ce qui avait pour cause d'altérer l'autre partie de l'exposition consacrée aux photographies uniquement. Comme si le mouvement du son venait déranger l'immobilité et la permanence de la photographie. Il aurait pû être préférable d'implémenter le son de la vidéo via un ou plusieurs casques audio à disposition au niveau de l'assise.

3.4.5. L'ensemble : *Regarde-toi*

Ce corpus d'œuvres, mis en espace du petit au grand, invite le spectateur à se promener d'abord dans l'entremêlement des petites images, puis à se diriger vers le moyen et grand format avant de découvrir la projection vidéo séparée du reste par un rideau. Un banc invite le spectateur à rester, à prendre son temps et contempler. L'ambiance lumineuse est discrète et délicate, comme pour créer une atmosphère de confiance et de paix. Le titre *Regarde-toi* est une invitation directe pour le spectateur à s'observer, s'interroger et ouvrir son regard sur son propre corps d'abord, puis de questionner ses a priori.

Cette mise en espace est importante et il ne s'agit pas seulement d'afficher quelques photographies sur des murs. L'installation est un récit et raconte une histoire intime, celle de la

vulnérabilité, de l'indulgence et de l'acceptation. Une histoire dont le personnage principal serait le regard, le mien d'abord, mais aussi celui des autres. J'invite le spectateur à venir se promener entre les images, comme si elles étaient les mots de ce récit. Des mots qui laissent la liberté d'interpréter ce qu'ils disent. Bien qu'il y ait un sens de lecture conseillé, le spectateur reste libre de ses mouvements.

Cette histoire, c'est moi, mon corps, mon intimité et ma confiance, et je l'exprime à travers les ombres et la lumière, les courbes et les textures.

Le titre *Regarde-toi*, était choisi dans la volonté de d'interpeler le spectateur, dans le sens où, ce corps que l'on voit, il peut être le mien, mais il peut être un autre également. Mon corps, ton corps, nos corps, leur corps. *Regarde-nous*, ou *Regarde-le*, ce corps qui est vivant et qui s'exprime.

La mise en espace globale serait à reconsidérer si un futur accrochage devait avoir lieu. Bien que j'ai beaucoup aimé que l'espace soit petit, intime et sombre, mais il serait intéressant d'occuper d'avantage de place et d'utiliser un éclairage plus clair et éclatant.

3.4.6. Et leurs regards

De manière générale, l'appréciation du public a été très bonne et j'ai pu avoir rapidement de bons retours sur l'exposition. J'ai pu entendre notamment que l'exposition me ressemblait, en délicatesse et timidité, que les images étaient douces et qu'elles faisaient du bien.

Dès les premiers retours, le noeud que j'avais dans le ventre s'est petit à petit dissipé jusqu'à disparaître et laisser place à la fierté. En particulier la peur de dévoiler les deux images grand format que j'ai même réussi à oublier, sans m'en rendre compte.

“Enfin des vrais corps de femme”

Cette remarque m'a beaucoup touchée, j'ai eu le sentiment d'avoir fait quelque chose de bien et de positif, et d'avoir été comprise. J'étais fière de ce travail accompli, de la qualité esthétique de la création. J'ai aimé observer discrètement certains spectateurs se laisser aller à leurs émotions en parcourant les images et en s'attardant devant la projection vidéo.

CONCLUSION

En suivant le parcours sensible d'une confiance fragile, ce mémoire fait état de comment est né ce projet de recherche-crédation et de comment il a été façonné au travers de ma pratique artistique, de contextes sociaux, de représentations et surtout de la volonté intrinsèque de redéfinir le beau. J'ai contextualisé et abordé des notions clé de cette recherche comme l'esthétique de la discrétion (Jean-Paul Curnier, *Montrer l'invisible*, 2002) ou l'auto-représentation à travers la pratique et les oeuvres de divers artistes. J'ai passé en revue les différentes explorations visuelles, ainsi que les difficultés rencontrées, m'amenant à présenter le projet final de création qui compose l'exposition *Regarde-toi*.

C'est finalement sans grande hésitation que je peux affirmer qu' à travers cette recherche-crédation, le regard que je porte sur mon corps a en effet évolué à travers l'auto-représentation et la photographie, à travers ma pratique artistique. De différentes manières, mais surtout de façon non linéaire. L'estime de soi n'est pas quelque chose qui s'acquiert définitivement, mais un travail avec soi-même qui s'entretient et où l'on accepte d'échouer, parfois. Mon regard a su passer par différentes étapes d'acceptation ou de rejet, et moi, j'ai appris et j'apprends encore à accepter ce regard, mon propre regard.

Ma confiance en moi a sans aucun doute évoluée, je n'en reste pour autant toujours vulnérable aux différentes énergies autour de moi. La haine de certaines personnes qui ne cesse d'exister envers le corps des autres ne me laisse pas indifférente. Cependant, j'ai gagné en courage

afin affirmer mes choix et de me confronter à certaines critiques. J'ose me faire entendre quand une injustice, un discours négatif ou une idée reçue à tendance négative apparaît. Je continuerai toujours de prôner la diversité des corps, pour changer, petit à petit, les normes et redéfinir la beauté sous toutes ses formes. Inverser la tendance sociétale et sociale à représenter toujours plus de corps modifiés. Prôner le rapport à soi d'abord, la connaissance de soi et de son corps.

En débutant cette recherche, je ne souhaitais pas que ce projet prenne un aspect thérapeutique, mais je ne peux pas nier l'incidence positive qu'à eu ce travail sur ma confiance et donc sur mon bien-être. La création m'a permis de me dépasser, de grandir et surtout de faire grandir le regard et la perception que j'ai de moi-même. L'art s'est révélé être un véritable vecteur d'exploration personnelle au travers des expérimentations créatives et esthétiques.

Le regard et la perception des autres ont toujours une place dans mon esprit, ce n'est pas quelque chose dont on peut se détacher facilement, mais j'apprends petit à petit, à y accorder moins d'importance.

Malgré les difficultés, je suis fière du chemin parcouru, tant dans ma pratique artistique que dans ce parcours chaotique de confiance. La photographie argentique a déjà pris une place très importante dans mon rapport au monde et le vieil appareil photo de mes parents m'accompagne désormais partout, où que j'aile. On n'est jamais à l'abri d'une belle lumière.

BIBLIOGRAPHIE

- Angelino, L. (2008). L'a priori du corps chez Merleau-Ponty. *Revue internationale de philosophie*, 2(2), 167-187. <https://doi.org/10.3917/rip.244.0167>
- Barthes, R. (1975). Roland barthes (Ser. Microcosme. écrivains de toujours, 96). Eds du Seuil.
- Beaudoin-Masse L. (2020). *Rentrer son ventre et sourire*. Montréal : Ed. de la Bagnole
- Borhan P. (1994, mars). Brassai, paysages de femmes. *Beaux Arts*, 121, 80-85.
- Boutet, D. (2018). La création de soi par soi dans la recherche-crédation : comment la réflexivité augmente la conscience et l'expérience de soi. *Approches inductives*, 5 (1), 289-310. <https://doi.org/10.7202/1045161ar>
- Bright, S. (2005). *La photographie contemporaine*. Ed. Textuel.
- Bright, S. (2010). *Auto Focus: L'autoportrait dans la photographie contemporaine*. Ed. Thames & Hudson
- Bruneau, M., Villeneuve André, & Burns, S. L. (2007). Traiter de recherche création en art : entre la quête d'un territoire et la singularité des parcours. Presses de l'Université du Québec.
- Calle, S., & Centre Georges Pompidou. (2003). Sophie calle : m'as-tu vue. Centre Pompidou.
- Conte, R. (2017). La poétique d'Étienne Souriau: Étienne Souriau's poietic. *Nouvelle revue d'esthétique*, 1(1), 13-21. <https://doi.org/10.3917/nre.019.0013>
- Cupa, D. (2006). Une topologie de la sensualité : le Moi-peau. *Revue française de psychosomatique*, 1(1), 83-100. <https://doi.org/10.3917/rfps.029.0083>
- Curnier, J-P. (2009). *Montrer l'invisible. Écrits sur l'image*. France : Ed. Actes Sud.
- Delory-Momberger, C. & Bourguignon, J. (2019). Automédialité. Dans : Christine Delory-Momberger éd., *Vocabulaire des histoires de vie et de la recherche biographique* (pp. 36-39). Toulouse, France: Érès. <https://doi.org/10.3917/eres.delor.2019.01.0036>
- Hamelin, M. (2021). *11 Brefs essais sur la beauté : pour échapper à la tyrannie des idées reçues* (Ser. Brefs essais). Éditions Somme toute.

- Hollis, R., Fox, C., Dibb, M., Blomberg, S., & Berger, J. (1976). Voir le voir : a partir d'une serie d'emissions de television de la bbc realisees avec la collab. de john berger (et al.) trad. de monique triomphe (Ser. Textualite). Moreau.
- Kawamoto, H. (2011). L'autopoïèse et l'« individu » en train de se faire. *Revue philosophique de la France et de l'étranger*, 3, 347-363. <https://doi.org/10.3917/rphi.113.0347>
- Le Bot, M. (1986). Images du corps. Présence contemporaine.
- Le Breton, D., Pomarède Nadine, Vigarello, G., Andrieu, B., Boetsch, G., & Observatoire NIVEA (France). (2013). *Corps en formes*. CNRS éditions.
- Macqueron Gérard. (2013). Psychologie de la solitude (Ser. Poches odile jacob, 340). Odile Jacob.
- Mary, F. (2013). La déconstruction et le problème de la vérité. *Les Études philosophiques*, 2(2), 221-238. <https://doi.org/10.3917/leph.132.0221>
- Potel Baranes, C. (2008). Intimité du corps. Espace intime. Secret de soi. *Enfances & Psy*, 2(2), 106-118. <https://doi.org/10.3917/ep.039.0106>
- Lehman, B. (2006). *Tentatives de se décrire*. Éditions Yellow Now
- Voyer-Léger, C. (2018). *Prendre corps*. Éditions La Peuplade.
- Worms, F. (2003). L'art et le temps chez Bergson. Un problème philosophique au cœur d'un moment historique. *Mil neuf cent. Revue d'histoire intellectuelle*, 1, 153-166. <https://doi.org/10.3917/mnc.021.0153>
- (2006). S'inquiéter devant chaque image: Entretien avec Georges Didi-Huberman. *Vacarme*, 4(4), 4-12. <https://doi.org/10.3917/vaca.037.0004>

RESSOURCES EN LIGNE

- Centre national de ressources textuelles et lexicales. (n.d.). *Portail lexical, lexicographie*. <https://www.cnrtl.fr/definition/>
- Hammoum S. (2020, 12 mars). *Célébrer la diversité des corps*. https://www.lafabriqueculturelle.tv/capsules/12552/celebrer-la-diversite-des-corps-the-womanho-od-projet?fbclid=IwARo6Gig7XKBIG6MQ68frZ31VPfkV-vz6P6HRm7JtyX3x3VzzAL4tf_G5i4g
- Les détails de Lisa. Lisa Deprat / Photographe SelfLove. (n.d.). <https://www.lesdetailsdelisa.fr/>

- Lisa Deprat | Photographe SelfLove en Dordogne. (n.d.). Instagram. https://www.instagram.com/lesdetailsde_lisa/
- Lucie Rimey Meille. (2023, 16 mars), *Shanty shanty*. [photographie d'une personne de côté]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/Cp2Ft-oAQoJ/>
- The Womanhood Project. (2018, 6 mars), [photographie d'une personne de côté]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CItgvSJHq62/>
- The Womanhood Project. (2018, 6 mars), [photographie d'une personne de dos]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/Bf-533GBNu1/>
- The Womanhood Project. (2020, 11 février), [photographie et citation de récit]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/B8bjLeTHpYV/>

ANNEXES

Annexe 1 : Texte inclus dans la vidéo *Ôde à ma maison*, 2021, Flore THOMAS

« J'avais 13 ans.
J'avais des poils.
Le monde entier me disait qu'il fallait les enlever.
Personne ne me disait comment et pourquoi.

J'avais 18 ans.
Je rentrais dans la norme.
Le monde entier me disait qu'il fallait souffrir pour être belle.
Personne ne se posait de questions.

J'ai eu 20 ans.
J'en ai eu marre de souffrir.
Le monde entier m'a dit de faire des efforts.
Personne ne s'est rendu compte qu'il était temps d'arrêter.

J'ai 24 ans.
J'ai les traces de cette solitude sur la peau.
Le monde entier me dit encore ce que je devrais faire.
Mais personne ne devrait l'écouter.

Laissons la trace de nos bonheurs dans nos regards.»

Annexe 2 : Texte inclus dans la vidéo *Simple complexe*, 2021, Flore THOMAS

« Moi,
mon corps,
ma confiance.

Mes pensées,
mes perceptions.

Un miroir,
mon reflet,
mon image,
et mon regard.

Mes poils,
mes cicatrices,
mes marques,
mes complexes,

ma vulnérabilité.

Une multitude de textures qui dansent sur nos corps.

Des vibrations qui nous animent.

Pourquoi ces poils dérangent?

Est ce qu'ils te gênent toi?

Et ce bouton?

Et ce pli?

Ces imperfections,

ces complexes.

Parfois, j'aimerais les voir disparaître.

Partiellement,

ou complètement.

Et si, au lieu d'effacer ces petites choses,

on questionnait notre regard,

pour mieux réapprendre à s'aimer.

Déconstruire pour mieux rebâtir.

Pour nous,

pour les autres.

L'imparfait est unique.

Ce n'est qu'un simple complexe.

Ce ne sont que de simples complexes.

Chaque jour est une nouvelle occasion de voir le beau.

Il suffit juste parfois d'y être attentif.

Ça, c'est moi,

mon corps,

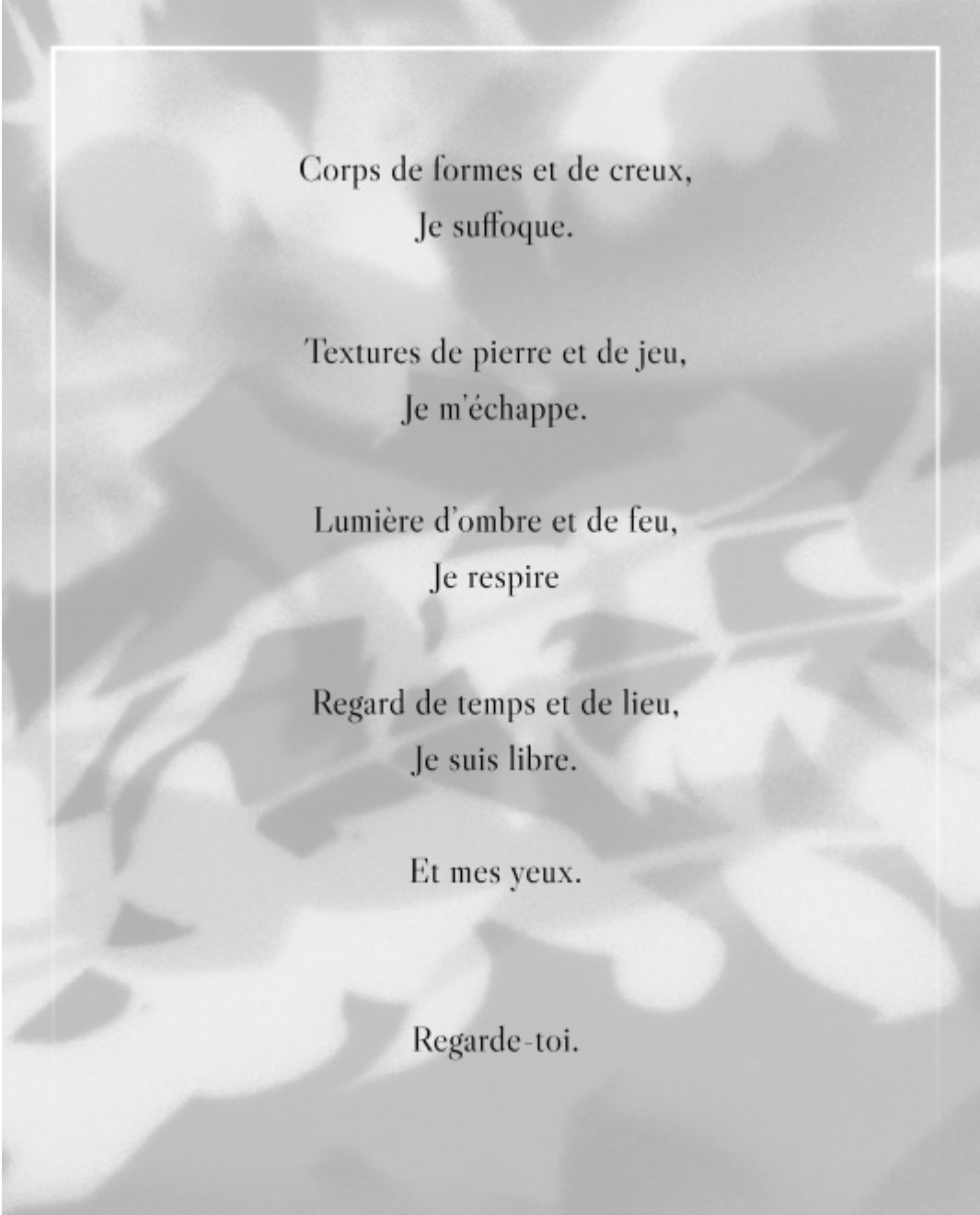
et ma confiance.

Et toi? »

Annexe 3 : Photos et texte de l'exposition *Regarde-toi*, 2023, Flore THOMAS







Corps de formes et de creux,
Je suffoque.

Textures de pierre et de jeu,
Je m'échappe.

Lumière d'ombre et de feu,
Je respire

Regard de temps et de lieu,
Je suis libre.

Et mes yeux.

Regarde-toi.

