



# Poser nue pour un photographe ?

Thèmes : [Art Artistique](#) [Confiance](#) [Conseil](#) [Glamour](#) [Lingerie](#) [Modèle](#) [Nu](#) [Photo Pinup](#) [Poser](#)

Si vous lisez cette page, c'est parce que **vous avez l'envie ou la curiosité de poser nue** : voici **un guide pour votre réflexion**.

Pour certaines d'entre-vous, poser pour des photos relève déjà de l'aventure, alors pensez-vous, une [séance de nu artistique](#) ?

Et pourtant, vous pouvez le prendre comme un **challenge**, une **aventure peu banale**. Et je peux vous l'assurer, [cela n'a rien d'extraordinaire](#) une fois que l'on est en **confiance**.



(□) Jarek Tuszyński

Surmontez vos peurs, lancez-vous ! - "Cliff diving near the big cave at La Jolla Cove"

**C'est comme sauter dans l'eau de 15m de haut** : la première fois on *hésite* longuement, et puis finalement... **C'est le premier pas qui compte** ! On se prend même au jeu, et on finit par y trouver du **plaisir** (y compris pour le photographe !)

## ■ La nudité se heurte aux préjugés

**La photographie de nu artistique subit les préjugés** : dans notre société, **être nu est tabou**. L'exposition de ses attributs renvoie à la **sexualité**.



© Canal+

La parodie de Doc et Difool par De Caunes et Garcia : ''ce n'est pas sale !''

Mais **tout dépend comment on le prend** ! J'insiste sur le mot **artistique** associé au « nu », car en photographie on trouve de tout, du plus sage au plus déluré.

Pensez aux [photos glamour](#) : des poses plus ou moins provocantes, avec plus ou moins de peau dénudée... Les **pinups** ne sont pas en reste non plus d'ailleurs, cela peut aller jusqu'au nu intégral.

Et pourtant, ces photos sont « **acceptables** » par la majorité des gens, car elles suggèrent plus qu'elles ne montrent vraiment, et **c'est la clé du succès**. Des **artistes** se sont **taillé une réputation mondiale**, que ce soit en dessin, peinture ou photographie, justement **parce qu'ils ne dépassaient pas la limite**.

Pour ma part, la **beauté des courbes féminines** a été (et l'est toujours) un **moteur** puissant dans la décision de me lancer dans ce type de séance.

## ■ La **limite** à ne pas dépasser



Source : inconnue

Musée de l'érotisme, Paris

L'**érotisme** cherche à **provoquer une réaction sexuelle** pour la personne qui regarde, on se retrouve **voyeur**.

La **pornographie** c'est « montrer », **sans aucune pudeur**, promouvoir l'**acte sexuel**.

La personne qui regarde se retrouve dans une position de **participation par procuration**.

Pour moi, voici **la limite à ne pas dépasser** : **le nu artistique ne doit pas provoquer de réaction sexuelle**, mais plutôt **montrer la beauté d'un corps**, d'une personne. Une réaction sexuelle a tendance à faire passer la beauté au *second plan*, car c'est une pulsion primaire, quasi-reptilienne.

## ■ Une photo de nu artistique, c'est beau

**La beauté est le but recherché par le photographe de nu artistique.** Celui-ci cherche à **mettre en valeur** la personne qui pose, et non la dégrader.



© AbsurdePhoton

Aucune arrière-pensée pour une photo de nu artistique, seule compte la beauté - "Antigravité"

Le **spectateur** qui regardera une belle photo de nu ne pensera **pas** à ce qu'il y a *entre les jambes du modèle*, ou à ce qui *dépasse du corps*. Il pensera plutôt aux **courbes**, à l'**ambiance**, à la **beauté** dans le sens pur. Il admirera l'**éclairage**, les **ombres**, l'**expression** du visage du modèle.

**Une photo de nu réussie peut être exposée dans un salon, sans honte** pour la personne qui a posé, car **ceux qui la contempleront ne verront pas seulement un corps nu**.

## ■ Les motivations pour poser nue

Les **motivations** amenant à poser nue sont diverses, retenons juste les principales :

- **Améliorer l'image de soi** : certaines femmes ont une **piètre opinion d'elles-mêmes**, malgré tous les compliments qu'elles peuvent recevoir. Certaines veulent juste « vérifier » que ce qu'on leur dit est justifié... Il est surtout question dans ce cas de **s'accepter**, de **comprendre son corps** --- cet effort est louable !

- Le **narcissisme** ou même l'**exhibitionnisme** : allez comprendre pourquoi, ces deux cas sont l'**extrême inverse du précédent**. L'un vient du fait de **trop aimer sa propre image**, et l'autre le plaisir de **se montrer gratuitement**, ou même de *provoquer*
- **Le défi** : l'envie de **se dépasser**, de **faire quelque chose de « fou »**
- **Conserver un souvenir de son apparence** : sans vouloir non plus montrer ses photos de nu à ses petits-enfants, une femme peut avoir envie d'**immortaliser son corps** avant que la maternité ou l'âge ne le transforme trop



(□) Laura Benvenuti

Une femme peut vouloir immortaliser son corps pour un heureux événement...

- **Se faire photographier enceinte** : c'est un grand classique, avec **ce corps qui change radicalement** pendant la grossesse, une future mère peut vouloir **immortaliser ce moment important** dans sa vie de femme
- **Faire plaisir à son chéri** : en lui offrant un **cadeau** bien particulier et **très personnel**, le grand classique étant sous forme de **calendrier** par exemple
- **Financière** : **se faire payer** pour poser nue peut être un bon moyen de mettre « **un peu de beurre dans les épinards** ». Certaines **étudiantes** choisissent ce job peu commun par exemple
- Un **désir de création artistique** : beaucoup moins courant, celui-ci s'exprime à travers **le corps et sa représentation**

## ■ Toutes les **mauvaises raisons pour ne pas se lancer**

**Ce qui arrête une femme** qui *aimerait* poser nue devant un photographe, c'est souvent **un mélange de** :



Source : inconnue

La pudeur personnifiée par la Vénus capitoline, d'après Praxitèle - Musei Capitolini

- **Pudeur** : **se montrer nue**, se dévoiler devant un homme ou une femme n'est **pas habituel**, tous **les à priori** sociaux et religieux crient « ne le fais pas ! »
- **Peur du ridicule** : trop grosse, une ride là, trop petite, trop grande, **cela va se voir** et les gens qui regarderont se *focaliseront* dessus **à coup sûr**
- **Peur de l'inconnu** : se retrouver nue devant un(e) inconnu(e), ce serait **comme sortir nue dans la rue**, non ?
- **Et s'il cherchait à me tripoter ?**
- **Je ne veux pas que des photos de moi soient publiées** n'importe comment !

## ■ Les **bonnes raisons pour poser nue pour un photographe**

Je vais maintenant **démonter les arguments précédents** un par un :

- Le but du photographe est de prendre de belles photos :



© Helmut Newton

Le photographe doit rester concentré sur son travail ! Autoportrait

- Croyez-moi, il y a **tellement de paramètres techniques à maîtriser** que l'**on a bien souvent du mal à voir une personne nue devant soi** : la troisième lumière du fond à droite est-elle bien positionnée, un objet incongru n'est-il pas dans le champs, ai-je bien réglé la balance des blancs, le cadrage est-il correct, la position du modèle est-elle avantageuse ?

- Le **seul danger**, comme dit mon ami Didier (lui aussi photographe), est de **sortir l'œil de l'appareil photo** et **se laisser envoûter** par le modèle. Car oui, **on a bien une femme nue devant soi**, et il est facile de se laisser aller car **on est humain après tout !** Mais **un photographe, même amateur, se doit de rester professionnel**
- La pudeur et la peur de se retrouver devant l'inconnu se surmontent :

- Cela commence par la **relation de confiance** qui s'établit **entre le photographe et le modèle**



© AbsurdePhoton

Laisser le temps au modèle de s'habituer, en toute confiance - "Au coin !"

- **Ne pas commencer « trop fort »** : il faut laisser au modèle **le temps de s'habituer**, se **détendre**. **Une séance de nu commence souvent... [habillée](#) !** Avec la **prise de confiance**, le modèle **défait** au bout d'un moment un bouton, **dénude** une épaule, se retrouve en **lingerie**, puis **le reste** vient presque naturellement. **Les femmes qui posent nues s'étonnent souvent à un moment de la séance d'en être arrivées là, à se prendre au jeu**, car tout a été **progressif**. Le photographe doit **guider, accompagner** cette détente
  - **Les [photos de nu artistique](#) doivent rester dans certaines limites** : le photographe ne vous demandera pas des poses **incongrues, suggestives**, des jambes écartées par exemple. Votre **intégrité physique et morale** sera **respectée par le photographe** qui connaît son affaire
- Vous ne serez pas ridicule :



© AbsurdePhoton

Vous mettre en valeur avec vos atouts et vos défauts, et améliorer la photo par le traitement en post-production - "Sisyphé"

- **Le photographe expérimenté sait** comment vous éclairer pour **vous mettre en valeur**, vous fait prendre des **poses avantageuses selon vos atouts**, tout en **gommant vos défauts**
  - Le **travail en post-production** contribuera aussi à « améliorer » les clichés : comme je l'ai dit ailleurs, [les photographes sont des tricheurs](#) ! Ils **composent avec la réalité** et livrent **leur vision**. **Ce sera vous sur les photos**, et **ce ne sera pas non plus complètement vous** en même temps, car **le photographe y aura mis un peu de lui**
  - **Vous êtes maîtresse de votre corps, de vos attitudes, de vos expressions corporelles et du visage**. Bien **détendue**, vous **poserez naturellement**, et **vous vous surprendrez même à sourire**, à vouloir légèrement « **courtiser** » le photographe dans le bon sens du terme, car vous saurez qu'il est là pour souligner votre beauté, et **vous finirez par en jouer** !
- Vos photos ne doivent pas être diffusées sans votre consentement :

- **La confidentialité des photos** : il existe des **lois** qui régissent le droit d'auteur mais aussi le **droit à l'image**. Même si le photographe est le propriétaire des clichés qu'il a pris, il ne peut pas en faire n'importe quoi ! On pense tout de suite à **internet**, mais il y a aussi les publicités, les publications au format « papier ». Sachez qu'**une autorisation de votre part est nécessaire pour toute forme de publication**, qu'elle soit lucrative ou non



(□) Energiepic

Protégez-vous par un contrat !

- Pour **clarifier** la situation et **vos droits**, [exigez un contrat](#), même si vous posez gratuitement, dans lequel les **dispositions concernant d'éventuelles publications seront indiquées noir sur blanc**

- Le **stockage informatique** est nécessaire, aussi **le photographe doit protéger ses fichiers**, incluant les photos vous représentant. Un **vol** à travers internet est toujours possible, mais **peu probable** si vous n'êtes pas une célébrité. Ce principe est aussi valable pour les **tirages papier** des photographies

## ■ Témoignages

Pour parfaire mon exposé, j'apprécie particulièrement [le témoignage d'une illustre inconnue](#) sur son expérience de poser nue.

Un autre témoignage d'une jeune femme qui s'appelle [Stacy Andrea](#), et que je trouve très bien car elle assume pleinement et dit combien ça lui a fait du bien !

Un dernier récit d'une jeune femme [qui a posé nue sur un coup de tête](#) (vraiment ?) --- elle parle même de **liberté** !

## ■ Le mot final d'*AbsurdePhoton*

**Nombreuses sont celles qui sont « bluffées » par le résultat final d'une séance photo de nu artistique** : vous vous verrez **belle, mise en valeur**, et vous pourrez même en **retirer une certaine fierté**, vous dire « **je l'ai fait** » !

J'espère vous avoir **convaincue**. Si vous le désirez, [vous pouvez tenter l'expérience de poser pour](#) *AbsurdePhoton*.

Je peux même **accentuer le côté artistique** en vous **métamorphosant en œuvre d'art**, à travers la [peinture virtuelle](#). Cela devrait **vous tenter encore plus maintenant** !

Nom :

e-mail :

Objet :

Message :



**Cliquez pour sélectionner les styles de photos envisagés**

Cochez les styles en vous référant à [cet article](#)

- Portrait
- Glamour
- Lingerie
- Nu artistique
- Anonyme (visage caché en style lingerie ou nu)
- Autres (indiquer dans le message)

**Votre localisation :**

- Paris et région parisienne
- Ailleurs

Envoyez le message