

SHINING LIGHT ET WITHCAM PRÉSENTENT

BIRTH

UN COURT-MÉTRAGE DE
THIBAUT RELA

15min - France - 2026 - 2.39 - 5.1

DISTRIBUTION



49, allée des cerisiers - 73610 Saint Alban de Montbel
tél : 07 69 95 90 13
www.shining-light.fr

AU CINÉMA LE 5 JUILLET

RELATIONS PRESSE

Stéphanie Leclercq
72, rue Croix d'Or
73000 Chambéry
tél : 06 04 13 57 56
stephanie.rela@gmail.com

Matériel presse téléchargeable sur www.shining-light.fr



SYNOPSIS

Achille, 8 ans fête son anniversaire. Sa mère en est sûre, quelque chose ne va pas.



ENTRETIEN AVEC THIBAUT RELA

RÉALISATEUR

Ce film naît d'une expérience familiale très intime. Comment avez-vous abordé la transformation d'un deuil personnel en fiction cinématographique ?

Ce travail a demandé plusieurs mois et la contribution de nombreuses personnes. Très tôt, j'ai compris que ce sujet (des mères qui perdent un enfant) était non seulement peu représenté à l'écran, mais souvent tu, presque étouffé, comme s'il s'agissait d'un tabou dont on ne devait pas parler. Pour moi, c'est exactement l'inverse : en parler, c'est permettre à ces femmes d'avancer, de se reconstruire, de se sentir entendues.

J'ai donc travaillé avec plusieurs mères endeuillées, de générations différentes, qui avaient traversé ce drame à des âges très différents. J'ai aussi collaboré étroitement avec une romancière, Stéphanie BARA, qui est devenue co-scénariste (nous avons écrit et réécrit de nombreuses versions ensemble.) J'ai été accompagné par une psychanalyste, qui m'a aidé à comprendre la psychologie de ce deuil particulier, ce que ressent une mère qui perd un enfant, comment cette douleur se vit de l'intérieur.

Être jeune, ne pas être moi-même une mère, c'est précisément pour ça que je ne pouvais pas écrire ce film seul. Il était fondamental pour moi de ne pas m'approprier un vécu que je ne connais pas sans avoir d'abord écouté celles qui le vivent. Le scénario a été lu, relu, corrigé par toutes ces personnes, pour que l'histoire ne soit pas seulement ma vision du sujet, mais quelque chose de plus universel, dans lequel un maximum de femmes ayant traversé ce trauma puissent se retrouver.



Vous choisissez de placer le spectateur dans la subjectivité de la mère, sans l'avertir d'emblée. Pourquoi avoir fait confiance à l'hallucination plutôt qu'à la révélation frontale ?

Je voulais que le spectateur ressente avant de comprendre. Un regard frontal sur le deuil, montrer d'emblée l'absence, l'expliquer, aurait créé une distance. En adoptant le point de vue de la mère, en entrant dans son déni, on vit avec elle cette illusion. On croit ce qu'elle croit, on espère ce qu'elle espère. Et quand la réalité s'impose, elle s'impose aussi pour nous.

J'ai beaucoup échangé avec ma mère et avec la psychanalyste pour comprendre comment construire cette subjectivité sans la trahir. Le scénario a été relu encore et encore pour s'assurer que ce point de vue soit juste, pas seulement juste pour moi, mais juste pour toutes celles qui ont vécu quelque chose de semblable.

La lumière joue un rôle crucial dans la distinction entre réel et hallucination. Comment avez-vous travaillé avec votre directeur de la photographie pour traduire visuellement deux états du monde qui coexistent ?

J'ai travaillé avec Théo Di Paolo, directeur de la photographie sur le film, qui a sa société de vidéo WITHCAM, avec qui je collabore depuis mon précédent court métrage, IMMÉMOR. Ce qui est très précieux avec Théo, c'est qu'on se comprend très vite : je lui transmets des références visuelles, on échange, et très rapidement une vision commune émerge.

Pour ce film, ma référence principale était *Valeur Sentimentale* de Joachim TRIER un film avec une lumière très naturelle, presque pâle à certains endroits, avec des ombres douces et des teintes qui semblent venir de l'intérieur des scènes plutôt que d'un dispositif artificiel. On a aussi été rejoints par deux étudiants de l'ENAAI de Chambéry, Alix Peromingo et Wendy Gaillard, deux story boarders talentueux qui ont énormément contribué, notamment sur le choix des focales et la conception des plans.

Ensemble, on a établi une véritable grammaire visuelle : une échelle de plans et une palette de couleurs qui évoluent en fonction de l'état intérieur des personnages.



Y a-t-il une grammaire colorimétrique dans le film ?

Oui, totalement. Dès le début du film, tout est volontairement très pâle, presque froid, presque mort. Cette palette froide s'applique aussi aux costumes, chaque couleur de vêtement a une signification. La mère porte des tons froids, parce qu'elle est dans le gel du deuil. Achille, lui, porte des tons chauds, parce qu'il est le souvenir vivant, la chaleur que la mère garde de lui. C'est ce contraste-là qui structure visuellement toute l'émotion du film.

Le cadre change-t-il ? Est-ce que la caméra elle-même croit ce que croit la mère ?

On a tourné avec une RED Komodo et des Zeiss Contax, des optiques vintage recarossées, de vieilles lentilles adaptées à un boîtier moderne. Ce choix n'est pas anodin : ces objectifs ont des imperfections recherchées, une façon de rendre la peau très naturelle, presque organique. La caméra ne juge pas, elle accompagne. Elle croit ce que la mère croit, et c'est précisément ce qu'on a voulu retranscrire à l'image avec Théo.

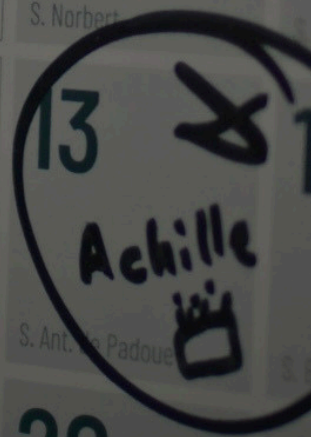
Diriger un enfant de 8 ans sur un sujet aussi lourd, comment avez-vous abordé ça ?

C'est sans doute le défi le plus délicat du tournage. Il était trop compliqué de lui expliquer la mort frontalement. Je lui ai dit qu'il était derrière une vitrine, que sa mère lui parlait, mais qu'il ne pouvait pas lui répondre parce qu'elle ne l'entendrait pas. C'est l'image que j'ai utilisée, et ça a fonctionné.

Sa mère, Myriam, qui joue justement la mère dans le film et qui est élève à La Sphère de l'Acteur à Chambéry, m'a énormément aidé. On a fait des répétitions en amont, on a organisé le tournage pour qu'il (Mayan) commence par les scènes de souvenirs (les moments joyeux, légers) pour qu'il se familiarise avec l'équipe et la caméra avant d'aborder les scènes plus difficiles. Et on a alterné intelligemment : des moments de jeu, des pauses où il pouvait lire, se reposer, et des scènes plus intenses quand il était naturellement plus fatigué et donc plus disponible émotionnellement. Prendre soin de lui, c'était une priorité absolue.

JUN | JUNE | 2026

MERCREDI WEDNESDAY		JEUDI THURSDAY		VENDREDI FRIDAY		SAMEDI SATURDAY	
03		04	05	06	07	08	09
10		11	12	13	14	15	16
17		18	19	20	21	22	23
24		25	26	27	28	29	30



L'actrice qui joue la mère devait incarner une joie sincère tout en portant un deuil que son personnage refuse de voir. Comment avez-vous travaillé cette contradiction ?

On a beaucoup discuté des deux phases dans son personnage. La première : l'euphorie du déni, ce refus total d'accepter la réalité, cette conviction que son fils est toujours là. La deuxième : un retour progressif vers la réalité, mais pas une réalité brutale, plutôt une reconstruction qui passe par les souvenirs positifs, par les beaux moments. S'accrocher à ce qui a été beau, c'est ce qui lui permet, à elle, de continuer à vivre.

Ce n'est pas un film sur l'effondrement. C'est un film sur le début du relèvement. Et ça, c'était très important que Myriam le porte dans sa façon d'être, dans les émotions qui peuvent passer par le regard.

Y a-t-il des choses que vous avez laissé venir sur le plateau ?

La scène du gâteau. Je l'avais volontairement laissée floue dans le scénario. Myriam avait le champ libre : elle pouvait le poser, le jeter, le casser, on avait prévu le nécessaire pour chaque option. Si elle voulait crier, elle pouvait. Si elle voulait s'effondrer, elle pouvait. C'était son espace, son moment.

C'était la dernière scène qu'on a tournée. L'appartement était presque vide. Théo était avec Myriam, et moi, et ma mère qui supervisait depuis une autre pièce. Théo ne cadrait pas, il accompagnait. Il évoluait avec elle, lui laissait l'espace dont elle avait besoin. Cette scène-là, c'est la sienne autant que la mienne.

Comment prépare-t-on émotionnellement une équipe à tourner une scène d'anniversaire qui est en réalité une scène de deuil ?

On prend le temps. On souffle. Cette scène, on l'a tournée juste après la pause du déjeuner, après des matinées de scènes joyeuses. Le passage a été difficile pour tout le monde, techniciens compris. Ça demandait un silence absolu, une concentration différente.

Techniquement aussi, tout changeait : là où les scènes de souvenirs baignaient dans une lumière chaude et solaire, cette scène était construite sur des contrastes marqués, des ombres sur les visages, une lumière très diffuse. On avait installé des drapeaux dehors pour contrôler la lumière naturelle. Tout ce travail de préparation technique avait aussi une fonction émotionnelle : il donnait à l'équipe le temps de basculer, de s'ancrer dans un autre état. Et ça, c'était indispensable pour que la scène soit ce qu'elle est.



**JOYEUX
ANNIVERSAIRE!**