

La règle des tiers

et pourquoi s'en passer

Comprendre un outil, en mesurer les limites,
composer sans filet

Sommaire

01	Origine et principe D'où vient la règle, et pourquoi elle semble fonctionner	3
02	L'appliquer correctement Six placements éprouvés et les erreurs à éviter	4
03	Les limites Quand la règle échoue, et quand le centre vaut mieux	6
04	Les alternatives Nombre d'or, diagonales, poids visuel, espace négatif	7
05	Composer sans filet Quatre questions, quatre cadrages, quelques techniques	9
06	Cas par cas Douze situations : tiers, centre ou autre chose ?	11
07	Exercices Quatre exercices pour se libérer de la grille	12
A	Arbre de décision Une page à garder dans le sac	13

Un code couleur, du début à la fin



APPLIQUER

placer, cadrer, éviter les erreurs



QUESTIONNER

limites et contre-exemples



DÉPASSER

alternatives et liberté

ASTUCE

Ce guide prolonge **Lire une image** : il en reprend le vocabulaire (poids visuel, équilibre, parcours du regard). Les chapitres 1 et 2 expliquent la règle, les chapitres 3 à 5 la discutent et la dépassent, les chapitres 6 et 7 vous font pratiquer.

01

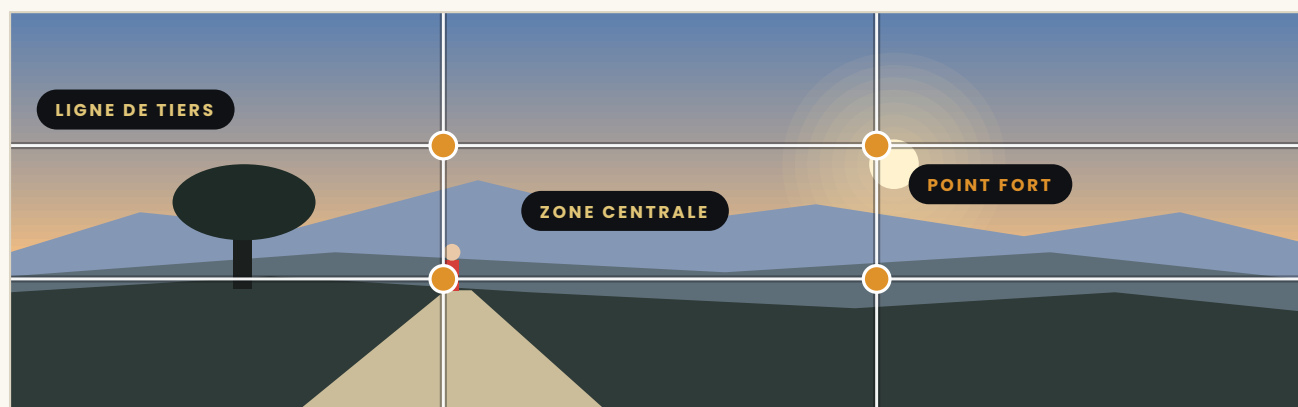
CHAPITRE 1

Origine et principe

« La règle des tiers est l'outil de composition le plus connu et le plus mal compris : une aide, pas une obligation. »

Le principe

Deux lignes horizontales et deux lignes verticales, à égale distance, divisent le cadre en neuf rectangles. Ces lignes sont les **lignes de tiers** ; leurs quatre intersections sont les **points forts**. La règle recommande de placer le sujet, ou l'élément qui compte, sur une ligne ou sur un point fort, plutôt qu'au centre du cadre.



Anatomie de la grille : quatre lignes, quatre points forts, une zone centrale que la règle invite à éviter.

D'où vient-elle ?

La règle est formulée en 1797 par le peintre et graveur britannique John Thomas Smith, dans *Remarks on Rural Scenery*. Smith l'applique d'abord au paysage peint, en s'appuyant sur une idée de Joshua Reynolds : la lumière et l'ombre gagnent à être réparties de façon inégale (environ un tiers, deux tiers). Elle passe ensuite à la photographie, où la plupart des appareils proposent aujourd'hui une grille 3x3.

Pourquoi elle semble fonctionner

- Elle évite la **symétrie statique** : un sujet décentré rompt l'immobilité d'une image centrée.
- Elle crée un **équilibre asymétrique** : un sujet sur un côté, un espace qui lui répond de l'autre.
- Elle donne un **repère simple**, utilisable en une seconde, et approche d'autres proportions réputées harmonieuses (nombre d'or, chapitre 4).

POUR ALLER PLUS LOIN

Explications plausibles, pas preuves : l'oculométrie montre surtout un biais du regard vers le **centre** (Tatler, 2007), sans établir que les points forts l'attirent. Une tradition de composition, utile mais non démontrée.

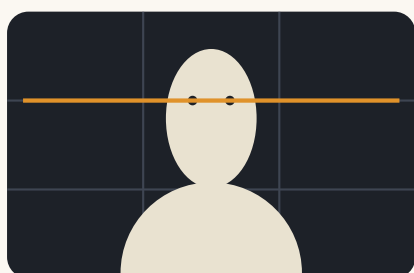
02

CHAPITRE 2

L'appliquer correctement

« Utilisée avec discernement, la règle des tiers règle une poignée de problèmes de cadrage qui reviennent sans cesse. »

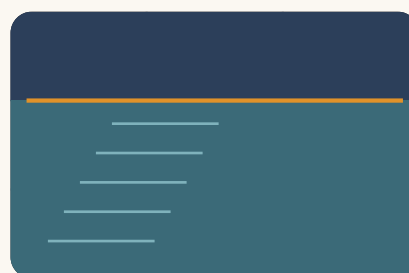
Six placements éprouvés

**PORTRAIT**

les yeux sur la ligne haute

**HORIZON BAS**

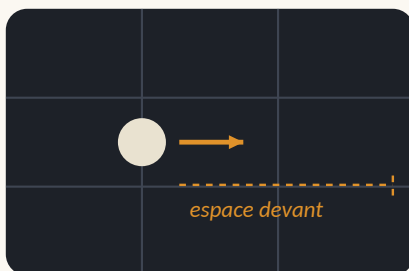
le ciel est l'intérêt

**HORIZON HAUT**

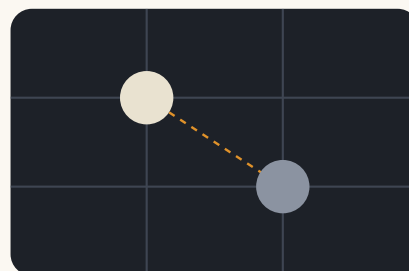
le sol ou l'eau est l'intérêt

**SUJET VERTICAL**

sur une ligne verticale

**MOUVEMENT**

de l'espace devant le sujet

**DEUX ÉLÉMENTS**

sur deux points forts opposés

Les six situations où la grille donne un bon point de départ (lignes de tiers repérées en ambre).

Situation	Où placer	Pourquoi
Portrait	yeux sur la ligne de tiers haute	le regard est le point d'ancrage du spectateur
Horizon	ligne basse si le ciel intéresse, ligne haute si c'est le sol ou l'eau	on donne les deux tiers à ce qui compte
Sujet vertical	sur une ligne verticale de tiers	arbre, phare, silhouette : on évite l'axe central
Sujet en mouvement ou qui regarde	du côté d'où il vient, de l'espace devant lui	le regard ou le mouvement a besoin de place
Deux éléments	sur deux points forts opposés	ils se répondent et s'équilibrent

Mettre la règle en pratique

- Affichez la **grille de l'appareil** ou du téléphone : elle repère les lignes sans y penser.
- Déplacez le sujet **par petits pas** (un pas, un demi-pas, un degré de cadrage) et regardez ce que devient le reste de l'image.
- En post-traitement, activez la **surcouche des tiers** de l'outil de recadrage pour corriger un cadrage trop timide.

Exemple pas à pas : un paysage

- **1 • Choisir l'intérêt.** Le ciel (nuages, lumière du soir) ou le sol (relief, eau) ? Ce choix décide de la ligne d'horizon.
- **2 • Poser l'horizon.** Sur la ligne basse si le ciel est l'intérêt, sur la haute sinon ; vérifiez qu'il est de niveau.
- **3 • Placer le sujet fort.** Arbre, rocher, silhouette : sur un point fort ou une ligne verticale de tiers, avec de l'espace autour.
- **4 • Contrôler.** Balayez les quatre bords, puis cherchez ce qui répond au sujet de l'autre côté du cadre.

Les erreurs d'application

- Placer le sujet sur un point fort mais **le couper** ou le coller au bord.
- Ignorer **le regard** : un sujet qui regarde vers le bord proche du cadre crée une gêne, même sur un point fort.
- Placer l'horizon sur une ligne de tiers mais **penché** : la règle ne corrige pas un défaut de niveau.
- Remplir l'espace vide laissé par le décentrage avec un **élément parasite**.

ASTUCE

Décentrer un sujet impose deux décisions : où le placer, et ce qui occupe le reste. Le vide doit répondre au sujet ; sinon, il ne fait que vider l'image.

03

CHAPITRE 3

Les limites

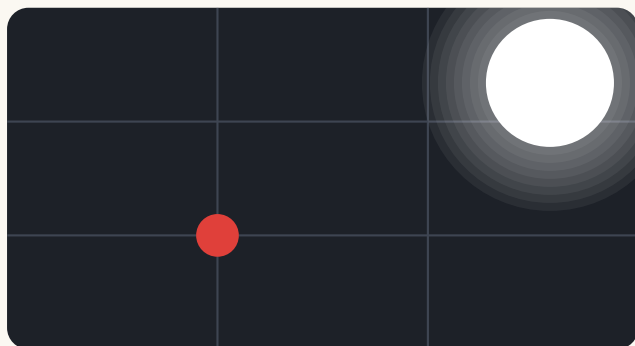
« Une règle qui prétend s'appliquer à toutes les images ne peut décrire que ce qu'elles ont de plus commun. »

Cinq limites

- Elle ne mesure pas le poids visuel. Un petit sujet sur un point fort ne compense pas un grand élément clair.
- Elle ignore le contenu. La même grille « conviendrait » à un portrait, à une façade et à une abstraction.
- Elle uniformise. Appliquée mécaniquement, elle produit des images standard, interchangeables.
- Elle ne dit rien de la direction. Regards, mouvements et lignes décident parfois du contraire.
- Elle s'adapte mal aux formats extrêmes (voir le chapitre 4).

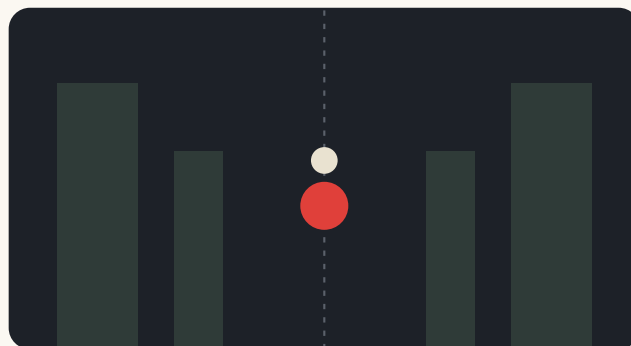
Respecter la règle ne suffit pas

Une grille affichée sur l'écran ne dit pas si l'image est bonne : elle dit seulement où se trouvent les lignes.



RÈGLE RESPECTÉE, IMAGE DÉSÉQUILBRÉE

le grand élément clair vole l'attention



RÈGLE IGNORÉE, IMAGE SOLIDE

la symétrie et l'axe central sont assumés

À gauche, le sujet est sur un point fort mais l'image penche ; à droite, aucune grille, et l'image tient.

Quand le centre est meilleur

- La symétrie : architecture, reflets, jardins à la française. Décentrer détruirait le sujet même de l'image.
- La frontalité : un portrait de face, un regard droit dans l'objectif, qui exprime la présence.
- La perspective centrale : tunnel, allée, couloir, où toutes les lignes convergent vers le milieu.
- Les motifs concentriques ou radiaux : fleur, escalier en colimaçon, vue de dessus.
- L'emblème : un sujet simple sur fond uni, affirmé comme un signe.

04

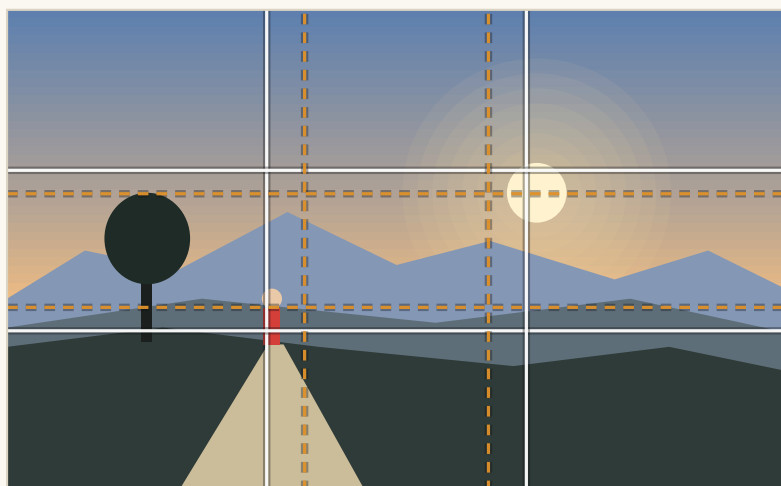
CHAPITRE 4

Les alternatives

« La règle des tiers n'est qu'un cas particulier de principes plus généraux : le poids visuel, l'équilibre et le parcours du regard. »

Tiers ou nombre d'or ?

Les lignes de la grille « phi » se placent à 38,2 % et 61,8 % de chaque dimension, celles des tiers à 33,3 % et 66,7 %. L'écart est d'environ 5 % de la largeur du cadre : à peine visible, et jamais décisif. La spirale d'or ajoute l'idée d'un parcours qui se resserre vers un point, mais elle ne change pas l'essentiel.



TIERS
lignes à 33,3 % et 66,7 %

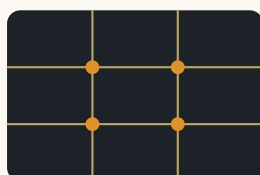
NOMBRE D'OR
lignes à 38,2 % et 61,8 %

ÉCART
environ 5 % de la largeur
du cadre : à peine visible,
et jamais décisif.

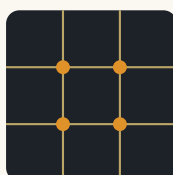
Les deux grilles superposées : les lignes blanches (tiers) et orange (nombre d'or) se confondent presque.

Adapter la grille au format

La grille s'étire avec le cadre, mais l'équilibre qu'elle suggère change : dans un carré, les quatre points forts sont à égale distance du centre ; dans un panorama, ils s'écartent vers les côtés et se rapprochent de la ligne médiane, si bien que les verticales découpent surtout trois zones. On raisonne alors en zones, en axes et en rythme.



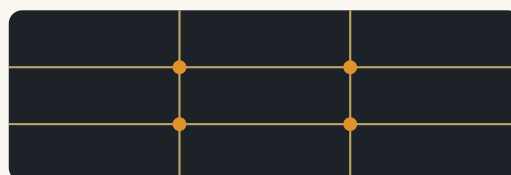
3:2
appareil 24x36



1:1
carré



16:9
écran, vidéo



3:1
panorama

Quatre formats courants, avec leur grille des tiers.

Huit outils de rechange

Outil	Principe	À préférer pour
Centre et symétrie	un axe qui partage deux moitiés semblables	architecture, reflets, portraits frontaux
Diagonales	sujet ou lignes placés sur les diagonales du cadre	action, escaliers, perspectives
Poids visuel	équilibrer des masses de tailles et de contrastes différents	scènes chargées, plusieurs éléments
Espace négatif	un grand vide qui entoure un petit sujet	minimalisme, solitude, respiration
Lignes directrices	des lignes qui conduisent au sujet	paysages, rues, architecture
Cadre dans le cadre	encadrer le sujet par un élément de l'image	profondeur, concentration du regard
Règle des impairs	un nombre impair d'éléments paraît plus naturel (tendance)	groupes, natures mortes
Rythme et rupture	une répétition, puis un élément différent	motifs, façades, foules

Combiner plutôt qu'opposer

Ces outils ne s'excluent pas. Une même image peut avoir un sujet sur un point fort, une ligne directrice en diagonale, un équilibre de masses et un grand vide. La grille n'est que la couche la plus visible : le poids visuel et le parcours du regard travaillent dessous, qu'on le veuille ou non.

POUR ALLER PLUS LOIN

Pour approfondir les notions de masse, d'équilibre et de parcours du regard, voir le guide **Lire une image** (chapitres 3 et 4).

05

CHAPITRE 5

Composer sans filet

« S'en passer ne veut pas dire improviser : c'est remplacer une grille par quatre questions. »

Quatre questions avant de déclencher

1

Quel est mon sujet, et que doit ressentir le spectateur ?

L'intention décide de tout le reste.

2

Où le regard entre-t-il, où va-t-il, où sort-il ?

Le parcours se lit : point d'entrée, relais, point d'arrivée.

3

Qu'est-ce qui pèse, et qu'est-ce qui répond ?

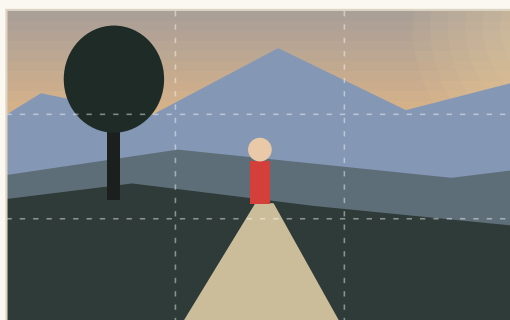
Chaque masse appelle une réponse : un vide, un contraste, un regard.

4

Qu'y a-t-il aux bords, et que puis-je retirer ?

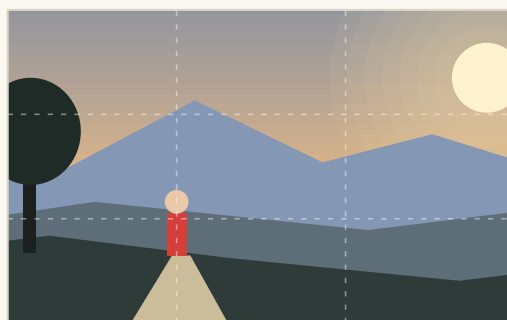
Balayez les quatre bords ; soustrayez ce qui n'aide pas.

Une même scène, quatre cadrages



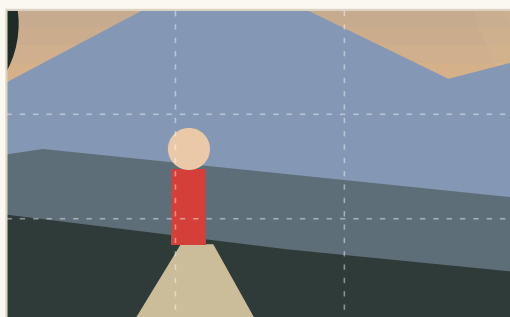
CENTRÉ

stable, frontal, immobile



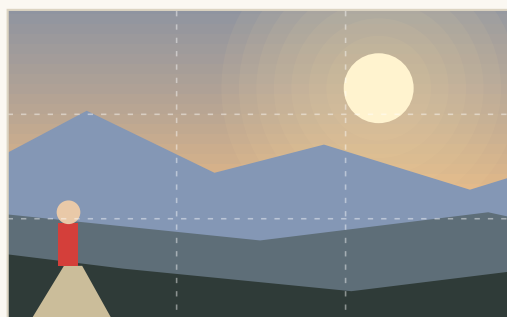
TIERS

équilibre classique



SERRÉ

on soustrait : le sujet domine



AU BORD

solitude, tension, vide

Un même sujet, quatre décisions de cadrage (la grille des tiers est rappelée en pointillés).

Centré : la scène devient posée, presque frontale. **Tiers** : l'équilibre classique, que l'on connaît tous. **Serré** : en soustrayant le décor, le sujet gagne en présence. **Au bord** : un grand vide autour d'un petit sujet raconte la solitude, mais au prix d'une tension que le photographe doit vouloir.

Quelques techniques

- **Bouger** : un pas de côté, s'accroupir, tourner autour du sujet changent plus le cadrage que n'importe quelle règle.
- **Changer de focale** : elle modifie la relation entre le sujet et l'arrière-plan.
- **Attendre le moment** : un geste, un passage, une lumière peuvent placer l'élément qui manque.
- **Vérifier** : miroir, vignette de 100 pixels, noir et blanc (voir le guide *Lire une image*).

Recadrer après coup

Le recadrage corrige un cadrage, mais coûte des pixels et fige le format : cadrez un peu large, et pensez au format final (3:2, 4:5, 1:1).

ASTUCE

La composition « sans filet » s'entraîne en lisant des images : analysez-en dix par semaine avec la fiche du guide **Lire une image**. Au bout d'un mois, vos réflexes de cadrage auront changé.

06

CHAPITRE 6

Cas par cas

« Douze situations : dans chacune, la bonne question n'est pas « où sont les tiers ? » mais « que veut dire cette image ? ». »

Situation	Verdict	Pourquoi, et quoi faire
Portrait de trois-quarts, regard hors champ	Tiers	Yeux sur la ligne haute ; de l'espace du côté du regard.
Portrait frontal, regard caméra	Centre ou tiers	Le centre affirme la présence ; le tiers l'adoucit. Choisissez l'intention.
Paysage avec horizon	Tiers	Deux tiers au ciel ou au sol selon l'intérêt. Horizon droit.
Reflet dans l'eau, flaque, vitre	Centre	La symétrie est le sujet : l'axe se place au milieu.
Façade, couloir, tunnel	Centre	Lignes parallèles ou convergentes vers un point de fuite central.
Sport, action	Mouvement d'abord	De l'espace dans le sens du mouvement ; la grille passe après.
Rue, scène de foule	Masses	La hiérarchie et le rythme décident, bien plus que la grille.
Photo de groupe	Masses	Répartir les poids ; éviter les trous et les têtes alignées.
Minimalisme	Vide, au bord ou au centre	Un petit sujet dans un grand vide : testez plusieurs positions.
Macro, détail	Libre	La forme et la lumière priment ; la diagonale aide souvent.
Format carré	Centre fort	Le carré tolère bien le centre et la symétrie ; testez aussi le décalage.
Format panoramique	Rythme	Pensez en zones et en répétitions plutôt qu'en points forts.

À RETENIR

La règle des tiers répond bien à une situation fréquente : **un sujet unique, immobile, dans un décor assez simple**. Dès que l'image devient symétrique, mobile ou chargée, d'autres outils prennent le relais.

07

CHAPITRE 7

Exercices

« Pour se passer d'une règle, il faut d'abord savoir exactement ce qu'elle fait faire. »

1 · Six cadrages d'une même scène

MATÉRIEL	Un sujet immobile, un appareil, un trépied si possible.
PROTOCOLE	Photographiez la même scène six fois : sujet centré, sujet sur le point fort bas gauche, sujet sur le point fort haut droit, sujet en diagonale, sujet au bord avec un grand vide, cadrage serré.
À OBSERVER	L'effet de chaque cadrage en une phrase, et celui qui convainc le mieux : souvent, pas celui que l'on attendait.

2 · Le test des dix images

MATÉRIEL	Vos dix photographies préférées et un outil de recadrage avec surcouche des tiers.
PROTOCOLE	Superposez la grille à chaque image et notez où se trouve le sujet : point fort, ligne de tiers, centre ou ailleurs.
À OBSERVER	Vos habitudes réelles : combien d'images suivent la règle sans que vous l'ayez décidé ? Lesquelles vous plaisent le plus, et pourquoi ?

3 · Une semaine sans grille

MATÉRIEL	Désactivez la grille de l'appareil ou du téléphone.
PROTOCOLE	Composez avec les quatre questions du chapitre 5. En fin de semaine, superposez la grille aux images retenues.
À OBSERVER	Où vous placez-vous spontanément ? Ce que la grille aurait corrigé, et ce qu'elle aurait abîmé.

4 · Briser la règle en connaissance de cause

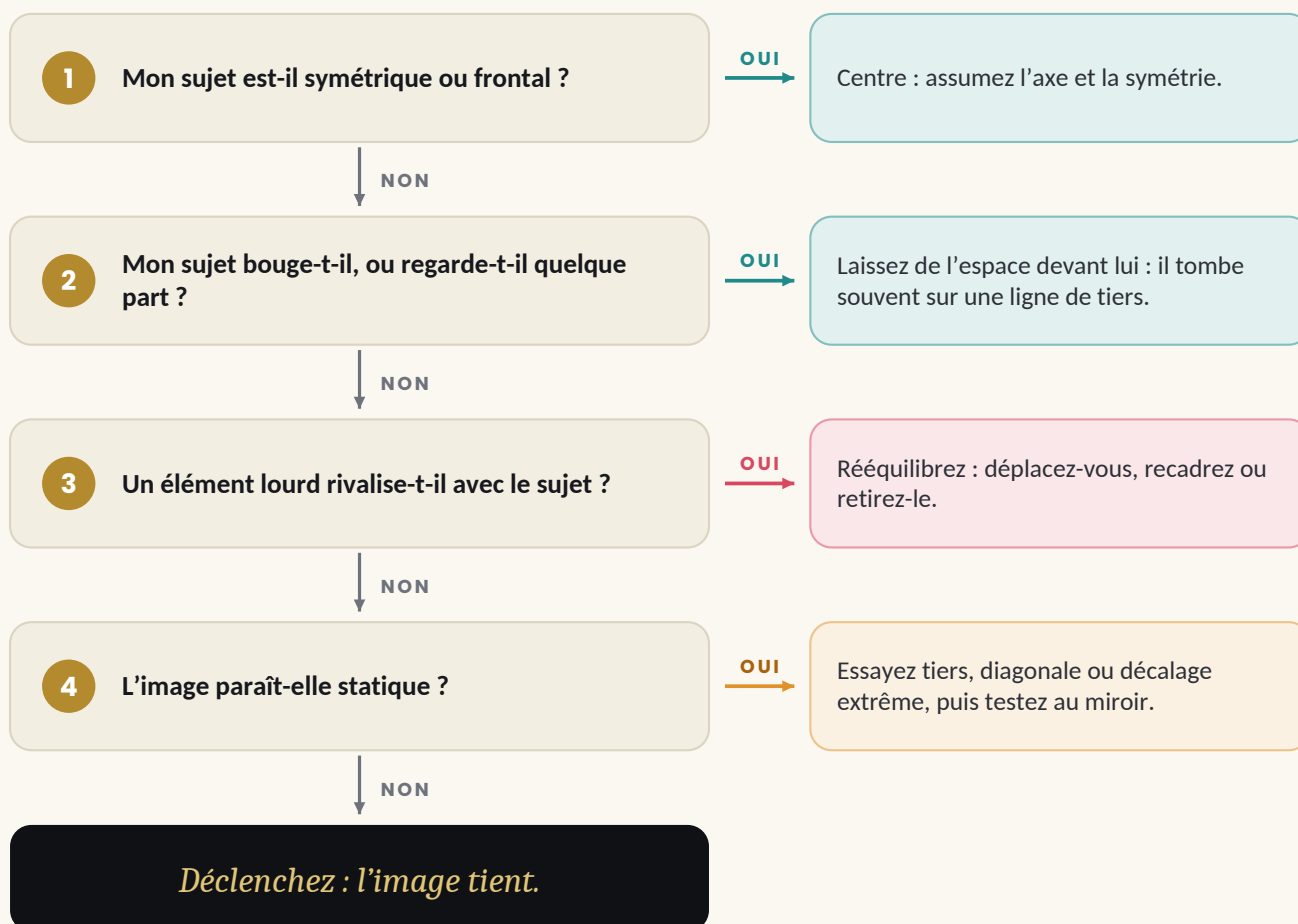
MATÉRIEL	Trois sujets différents.
PROTOCOLE	Pour chacun, réalisez une version « règle des tiers » puis une version qui l'enfreint volontairement (centre, bord, symétrie). Écrivez une phrase qui justifie ce choix.
À OBSERVER	La raison du choix, pas la grille : si la phrase est solide, l'infraction est légitime.

A

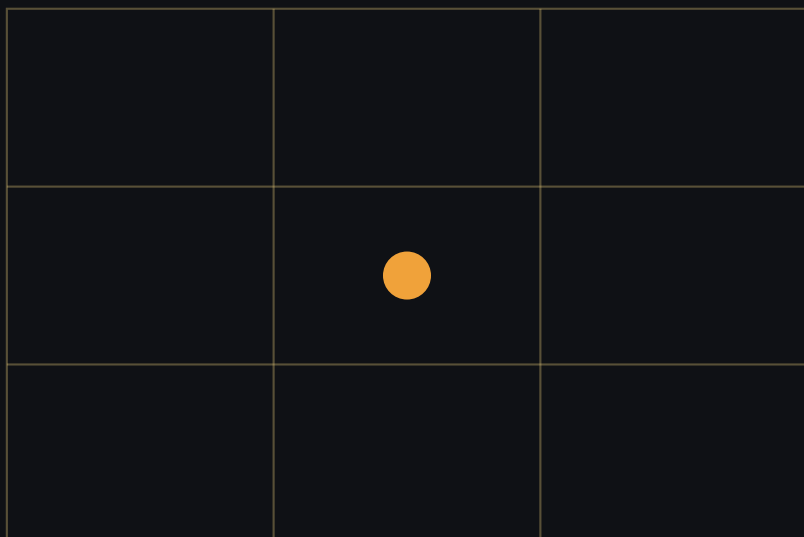
ANNEXE

Arbre de décision

« Quatre questions, dans cet ordre, avant de déclencher. »



- ☐ Mon intention est-elle claire en une phrase ?
- ☐ Ai-je regardé les quatre bords du cadre ?
- ☐ L'élément le plus lourd est-il bien mon sujet ?
- ☐ Ai-je essayé au moins un autre cadrage, un pas plus loin ?



*Connaître la règle,
c'est gagner le droit de s'en passer.*