

Les transes modernes : corps et consciences extrêmes ?

Héas S. & Bodin D.

U.F.R.A.P.S. de Rennes 2

stephane.heas@uhb.fr

Les **Relaxations** (1992-2002)

- Les trances mobiles et immobiles = comportements sociaux/humains fondamentaux (Weber, 1971 ; Lapassade, 1987, 24; Schultz, 1991, 181).
- **Héritières* des trances calmes : « besoin social », voire recette commerciale**
(Lapassade, 1990 ; Héas, 1996).

La relaxation comme “ profession à transe ”

(Lapassade, 1987, 32).

- **Nos enquêtés participent à ce rôle socioculturel particulier d'accès aux E.M.C.**
- **La réalité professionnelle semble plus fragile, plus délicate**

Héas S., (1996). La relaxation comme « médecine » de ville ?, Uté Strasbourg, ss. dir. Le Breton D..

L'E.M.C. caché

- il devient “ éveil paradoxal ”, “ sommeil artificiel du corps ” ou bien “ quatrième état (entre la veille et le repos) ”.
- Les précautions sémantiques semblent infinies...

La relaxation comme rite funéraire moderne ?!

- L 'allongement sur le modèle du gisant
- L'arrêt corporel valorisé
- Les relations à soi, aux autres, au monde reconsidérées

=> L 'acceptation de la condition de mortel ?

Hypothèse:

Une réintégration symbolique de la mort déniée dans nos sociétés modernes

Respirer pour... vivre !!!

- « *n'oubliez pas de respirer. Gardez ça tout le restant de votre vie. Au minimum essayez de respirer !* ” ” (entretien n°27).
- « réapprendre à respirer » (entretien n°43), c'est savoir vivre... avec les autres

La respiration constitue donc un moyen de rela(xa)tion

Allongement extrême de la vie

- « " *syntone* " = être sur *la même longueur d'onde affective, active et verbale* » (Cyrulnik, 1993)
- *la basse tension apparaît fortement salvatrice.*
- Son utilisation commerciale...

Relaxation "jouvencelle"...

Exemples :

“ Naître et renaître en Sophrologie ” ;

“ Association Renaître ; conseil en relaxation ” ;

“ Relaxation, amincissement, rajeunissement ” .

Le corps comme profession, la maladie comme expérience cruciale...

- créneau porteur (diversification)
- maladie directrice (recrutement par)
- don ancestral (héritage électif)

Conclusion

La transe relaxative comme
recomposition des liens

avec { *soi*
les autres
le monde

... à partir d' E.M.C. (de Conscience et de Corps)
antithèses de l'excitation moderne normale

Références (extraits)

- Bodin D. & Héas S., (2002). *Introduction à la sociologie des sports*, Paris, Chiron.
- Cyrulnik B., (1993). *Les nourritures affectives*, Paris, Jacob.
- Héas S., (1996). *La relaxation comme « médecine » de ville?*, Thèse de sociologie (ss. dir. D. Le Breton), Strasbourg.
- Lapassade G., (1987). *Les états modifiés de conscience*, Paris, P.U.F.-q.s.j.?,
- Schultz J. H., (1991). *Le Training Autogène*, Paris, P.U.F.(1958).
- Weber M., (1971). " Les voies de salut et leur influence sur la conduite de la vie ", *Economie et Société*, tome 11