

Université de Rennes 2

UFR STAPS

Avenue Charles Tillon,  
35 044 RENNES Cedex 1

Des pratiques psychocorporelles aux  
sports *Outsiders* : d'une sociologie à  
une autre...

Synthèse réalisée pour l'Habilitation à Diriger des Recherches (HDR)

présentée par

**Stéphane HEAS**

Directeurs :

*Mr. le Pr. A. HUET*

*Mr. Le MCF HDR D. BODIN*

décembre 2005

## **Sommaire**

*Des pratiques psychocorporelles aux sports Outsiders : d'une sociologie à une autre...*

### INTRODUCTION

.....CHAPITRE 1 : Analyse à partir d'un domaine de la santé hétérodoxe des Etats Modifiés de Conscience et de Corps entendus comme des révélateurs socioculturels, et plus encore anthropologiques ?

- A) D'une transe à l'autre
- B) Corps et vertiges modernes
- C) Les usages (corporels) font-ils autre chose que d'évoluer... par paire ? Le couple risque-sécurité

CHAPITRE 2 : Corps *Established versus Outsiders* : des oppositions plurielles.

- A) Des objets en marge pour des résultats marginaux ?
- B) Vers une « démarginalisation » ?
- C) Des symboles et des réalités : *coincidentia oppositorum* ?

CONCLUSION : Eléments pour une synthèse théorique

## *Avant Propos*

Je vais adopter uniquement dans ce préliminaire et dans l'entame de l'introduction la première personne du singulier (« je »), ensuite, le « nous » caractérisera à la fois les résultats d'une pratique davantage collective, à la fois ceux d'une pratique sociologique davantage instituée, si ce n'est reconnue.

Ce passage n'est pas uniquement formel, il souligne l'exigence universitaire de confrontation de sa propre pensée avec celles d'autres chercheurs. Il permet de préciser les avancées de chacun par rapport aux autres. Les avancées des uns étant également en lien avec les controverses engagées et les débats avec les autres chercheurs. L'approche des sciences en termes de « découvertes », *a fortiori* de découvertes personnelles, relève, en effet, largement et essentiellement d'une simplification. Réduction outrancière à la fois des processus qui ont permis la mise en œuvre des protocoles, des questionnements et finalement des interventions modifiant telle (approche d'une) population, tel concept ou tel matériau par un collectif d'individus, parfois rassemblés au sein d'un même groupe de travail/recherche, parfois fort éloignés les uns des autres (Latour, 1995). L'utilisation du « nous », cependant, dans le cadre de cette Habilitation à Diriger des Recherches (HDR) m'engage plus particulièrement et exclusivement, ce qui n'est pas le cas pour l'ensemble des écrits réalisés avec mes collègues (ouvrages, chapitres et articles déjà publiés ou en cours d'expertise)...

H.S., sociologue spécialisé, aujourd'hui, dans les questions de « l'analyse des corps » -- expression raccourcie qui sera explicitée *infra* --- après l'arrêt brutal de mes activités sportives fédérales. Ancien athlète assidu pendant près de vingt ans, pratiquant d'une manière ascétique et laborieuse, reconnu au niveau local et départemental pour sa polyvalence technique et corporelle. J'ai pratiqué allègrement et en même temps le plus souvent des courses (du 400 mètres haies au 3000 mètres steeple), de la marche athlétique (jusqu'à un niveau interrégional), mais aussi du saut en hauteur ou bien du lancer de javelot. Devenu juge des sauts, j'ai progressivement adopté une position extérieure, encadrante, notamment à travers la figure de l'entraîneur auprès des plus jeunes de « mon » club rural de Loire Atlantique (44). La

décision d'arrêter la pratique sportive fédérale était corrélative, à l'époque, de mon engagement universitaire nantais éloigné de mes lieux de pratiques habituels, par conséquent m'écartant inéluctablement des réseaux de sociabilité afférents. A Nantes, je n'étais plus suffisamment sur le terrain sportif qui m'était familier, les entraînements se déroulaient désormais sans moi au cours de la semaine. De retour à Avessac<sup>1</sup>, progressivement, je suis devenu celui qui habitait Nantes et finalement vivait dans cette ville qui constituait, en quelque sorte, le *retro satanas* du club rural dont j'étais issu. Nantes monopolisait, en effet, à l'époque comme aujourd'hui encore, les clubs disposant des plus gros moyens financiers, des installations les plus adaptées, des cadres et entraîneurs *ad hoc*, etc. Mon club rural d'abord strictement local s'est organisé progressivement en Entente Nord Loire, il disposait toujours d'une solidarité forte mobilisée par des distances géographiques importantes entre chacune des composantes cantonales, qui constituaient anciennement autant de clubs locaux distincts<sup>2</sup>. Ce club sportif d'appartenance disposait également d'effectifs jeunes importants avec des pratiquants et des pratiquantes qui se distinguaient régulièrement au niveau inter régional, ce qui en course à pied notamment (dans sa version *cross country*) était le gage d'un niveau national puisque les Pays de Loire et la Bretagne étaient deux régions particulièrement dominatrices à cette époque...

Pour le dire brutalement, j'ai embrassé la « carrière » sociologique en abandonnant la « carrière » sportive. Cette rupture de ma trajectoire personnelle est présentée rituellement en cours de sociologies comme le moyen – sans doute radical et personnel - de prendre de la distance avec mes objets de l'époque, *a fortiori* envers ceux qui ont été abordés après la soutenance de thèse. J'ai, ainsi, rayé en quelques mois les relations nées des deux décennies de pratiques sportives scolaires et surtout civiles. Je me suis récemment et après la publication de l'ouvrage d'initiation à la sociologie des sports réinscrit dans une logique fédérale pour réactiver ma connaissance intime des pratiques sportives compétitives. Je demeure, néanmoins largement un adepte de l'activité corporelle hors cadre formalisé que ce soit par une fédération ou bien un groupe de praticiens orthodoxes. Toujours aujourd'hui, je préfère les rencontres sportives inattendues, mises en œuvre dans l'instant aux

---

<sup>1</sup> Nom de ma commune de résidence à l'époque.

rencontres planifiées avec les modalités d'encadrement avalisées. Cette marque de fabrique de mon « regard sociologique » est interrogée *infra* (Hughes, 1996).

Je m'intéresse depuis cette entrée en sociologie aux bouillonnements sociétaux. Entendre, tout phénomène se développant en marge d'une institution de tutelle tels le Ministère de l'Emploi, de l'Education Nationale, une Fédération sportive, l'Ordre médical, etc., voire tout phénomène se développant contre une telle institution. La réalité en mouvement – « l'instituant » plutôt que « l'institué » (Le Breton, 2004, 6) - - constitue mon pain béni sociologique parce qu'elle révèle tout à la fois les rapports de force (de pouvoir et de puissance) sociale en présence, les résistances aux impositions normatives, enfin, le plus souvent, la mise en place de nouvelles contraintes ou autocontraintes sociale, professionnelle, familiale, ludique, sexuelle, etc. Tel est, sans doute, le cas de la plupart de mes terrains d'enquête. De l'eutonie parmi les pratiques psychomotriciennes, de l'ensemble des pratiques de relaxations « face » à la médecine orthodoxe ; plus récemment, des sports de traditions masculines comme le football et le rugby lorsque des femmes « s'entêtent » à le pratiquer... et à le fêter, des différentes modalités de tourisme sportif en marge du tourisme de masse, des violences sportives symboliques et/ou insidieuses au regard des violences manifestes, des addictions comportementales au regard des formes de dépendance du dopage médicamenteux, des jeux de réseau par rapport aux consoles de jeu vidéo, du *base jump* par rapport à la chute libre au parachutisme, de la spéléologie urbaine par rapport à la spéléologie en « boyaux » naturels, etc.

Ces dynamiques sociales et culturelles m'interpellent partant d'un postulat de plus en plus explicite au fil de mon expérience sociologique que les situations sont toujours comme leur appellation l'indique des processus en cours... J'ai pris au sérieux l'intérêt des sociologues pour le suffixe « ion » accolé à bon nombre de leurs concepts. Ce faisant, le point fixe et stable, et peut-être même la permanence des relations, nous apparaissent aujourd'hui comme des simplifications réductrices, si ce n'est, outrancières... en tous les cas, au mieux, des points d'appuis temporaires pour les analyses en sciences humaines et sociales, et non leurs résultats *ad vitam aeternam*. C'est à ce niveau déjà et dans un premier temps au moins, me semble-t-il,

---

<sup>2</sup> Notons que les clubs locaux étaient eux-mêmes affiliés, chacun, à une rivière (le Don, l'Isac, etc.) ; soit, un trait d'union particulièrement dynamique par essence...

qu'il faut comprendre la séduction opérée, par exemple, par les approches structuralistes. Cette séduction perdure, tant il est plus aisé, notamment en situation d'enseignement – y compris d'enseignement de la pratique scientifique - de présenter des points de repères stables, constants, récurrents justement. Les œuvres de Van Gennep - à sa suite, les analyses de L.V. Thomas concernant les rituels funéraires en particulier et les rituels sociaux en général - et de Bourdieu occupent à ce titre une place particulière dans mon panthéon scientifique. La première m'apparaît pionnière d'une approche structuraliste lorsqu'elle concerne les rites de passages : une œuvre largement comparative avec une portée universaliste puisqu'elle a permis l'analyse des rites de passage à l'âge adulte pour les hommes essentiellement, mais aussi pour les femmes (Dutrige, 1994 ; Héas, 1992, Héas, Bodin, 2003). Soit, une approche rassurante de ce point de vue... lorsque l'on débute une réflexion scientifique. La seconde par son « évidence nantaise » me permet d'avancer davantage sereinement sur les rives sociologiques encadrées par les concepts d'habitus, de champ et de reproduction sociale. Ma tentative depuis de m'extraire, si ce n'est dépasser, ces leviers théoriques constitue un travail de longue haleine, toujours à reprendre, toujours à justifier. Mes avancées pourront paraître modestes en regard de telles œuvres confirmées : elles constituent le levier d'une démarche qui veut préserver son caractère heuristique.

Quel bilan effectuer, alors, relatif au travail réalisé depuis plusieurs années maintenant ? Le laps de temps concerné s'échelonne de 1985 à 2005 dans une optique large embrassant le début de mes études en Sciences Humaines et Sociales jusqu'à aujourd'hui, et de 1996 à 2005 dans une optique courte (soit, à partir de la soutenance de ma thèse et mon début de carrière universitaire en tant qu'attaché temporaire puis comme maître de conférence). J'ai pris le parti, ici, d'engager une réflexion sur, au minimum, l'ensemble de mon parcours universitaire plutôt que seulement sur mon parcours depuis le travail de thèse. En ce sens, je tente de synthétiser mes intérêts qui traversent cette longue période à l'échelle de ma vie universitaire plutôt que de souligner seulement la période la plus récente. Ce souci s'inscrit en cohérence avec mon intérêt de plus en plus affirmé pour articuler les approches au long cours et celles qui privilégient l'instantané, le quotidien...

Il me semble, en restant fidèle à ce premier propos, qu'une démarche intellectuelle en sciences (humaines et sociales tout au moins) recouvre rarement, si l'on est honnête

avec soi-même, une continuité et une cohérence flagrante du premier coup d'œil, y compris pour son auteur. C'est pourquoi, un tel bilan peut paraître délicat à préciser sauf à appliquer servilement et continuer pendant de nombreuses années à expliquer ou comprendre le social par une théorie validée par un ou plusieurs auteurs sur des objets très proches des études princeps, et surtout sans rechercher davantage que cette confirmation théorique circonscrite. Cette fermeture théorique et méthodologique m'a toujours rebutée... au point d'avoir tenté de changer radicalement d'orientation paradigmatique pour contrer les effets de domination théorique quasi structurelle de mon premier lieu de formation intellectuelle supérieure. De Nantes à Nanterre, puis Strasbourg et aujourd'hui Rennes, l'itinéraire académique a louvoyé entre des lieux, des réseaux de chercheurs, très différents tant par leurs caractéristiques disciplinaires, leurs manières de travailler, et plus fondamentalement, peut-être, par les paradigmes employés. Le « grand écart » sociologique est l'expression souvent entendue lorsque j'exposais/j'expose ma trajectoire académique naissante à mes jeunes, ou moins jeunes collègues, lors de colloques, de journées d'étude, de rencontres fortuites, etc.

Par conséquent, l'exercice, tenté ici, m'a personnellement semblé, pendant quelques années, difficile à réaliser puisqu'il m'a fallu rapidement – dans le temps d'une réflexion théorique d'une carrière étudiante, puis d'un début de vie d'enseignant-chercheur, et plus largement d'une vie humaine - articuler différentes approches théoriques, différentes manières d'analyser sociologiquement le monde.

Progressivement, pourtant, j'ai ressenti le besoin impérieux de préciser les démarches poursuivies et les terrains appréhendés afin de clarifier d'abord à mes propres yeux, et surtout à celui des collègues, et plus largement des autres chercheurs, les apports obtenus à la suite de ce début de parcours universitaire, si ce n'est l'originalité des analyses déployées...

La cohérence intellectuelle n'est pas évidente, tout d'abord, parce que l'être humain paraît largement ambivalent. Nous tenterons d'analyser sociologiquement dans ce travail cette conception de l'humanité, après d'autres (Simmel, Le Breton, par exemple), mais aussi la conception qu'il est possible d'avoir du chercheur, orienté et focalisé à un moment donné sur l'analyse d'une pratique sociale spécifique. La spécialisation académique a toujours constitué une difficulté, voire un écueil pour

moi. Ce danger de fixation est souligné, souvent, par des auteurs qui par leur trajectoire ont navigué entre des disciplines parfois institutionnellement peu compatibles, si ce n'est étrangères (Cyrulnik, 2001 ; Elias, 1993 ; Morin, 1990). C'est d'ailleurs pour cette raison que j'avais décidé de pointer ma focale sur les analyses de l'identité professionnelle en construction, spécialisée ou non, des praticiens psychocorporels (des spécialistes de l'eutonnie dans un premier temps puis de ceux, plus polyvalents, *a priori*, des praticiens de relaxation). L'analyse d'une profession en cours de construction constituait, me semblait-il, un moyen intéressant de ne pas trop risquer de figer mes analyses...

Ensuite, et surtout lorsqu'il est plus jeune (?) un chercheur n'anticipe pas à ce point sa vie professionnelle autant à l'avance : les cinq, dix ou quinze années qui le séparent de ce premier bilan académique ne sont pas toujours facilement concevables. Même un chercheur peut avoir du mal à prévoir, *a fortiori* comprendre, son propre parcours surtout lorsqu'il met un point d'honneur à préserver une marge de manœuvre, si ce n'est une « marge de décision individuelle » importante relativement à ses « sujets » d'étude devenus « objets » (Elias, 1991, 94). Les rapports entre l'objectivité demandée à tout travail scientifique et les multiples subjectivités rencontrées sur les terrains m'ont toujours fortement interpellé. *Ex post*, mon cheminement intellectuel m'apparaît révélateur d'une tentative de prise en compte à la fois des exigences scientifiques, mais aussi des réalités mouvantes, en espérant cette démarche un tant soit peu heuristique. Dans ce cadre, difficile d'opter toujours pour les mêmes choix, les mêmes solutions théoriques ou méthodologiques... sauf à se scléroser prématurément et par conséquent à ne plus adopter réellement une posture de recherche.

Enfin, les sciences constituent toujours un exercice collectif et contextualisé... même pour un sociologue qui se déclarait volontiers, à ses débuts, solitaire, et préférait largement aborder seul un terrain. L'individu *lambda* est susceptible par ses rencontres multiples et variées de modifier, sensiblement ou non, ses manières de voir le monde et de l'appréhender en tant que chercheur, mais également d'évoluer fortement ou non dans les manières de s'y inscrire. Lorsque l'individu « fait profession » de sociologue la distance aux objets qu'il choisit ou bien qu'il doit suivre à un moment donné (suite à une commande par exemple mais aussi sous l'influence d'un ou de plusieurs collègues) est susceptible de varier, par conséquent

d'influer ses manières de faire. Tel est également mon cas, c'est pourquoi je tiens à remercier en premier lieu mon tuteur sociologique essentiel et déterminant David Le Breton qui m'a soutenu à distance durant de longues années, et continue de le faire avec un tact tout particulier malgré mes erreurs et mon bavardage intempestif. La simplicité et la qualité humaine de nos relations entretenues depuis me laissent toujours pantois. Merci à Bernard Andrieu de m'avoir proposé de publier, récemment, mes analyses sur les méthodes de relaxation sans exigence de transformation du contenu ou de forme et de m'avoir invité à partager ses réflexions en épistémologie du corps au sein d'un groupe de recherche spécialisé, dont G. Boëtsch est un membre éminent. Je remercie mes collègues Eliane Perrin, Véronique Poutrain, Bertille Patin, Luc Robène, pour leurs soutiens amicaux répétés et/ou ponctuels au cours de ce parcours universitaire débutant. Leurs critiques, leurs encouragements, mais aussi la qualité des relations entre nous m'ont été d'un grand secours. Ils ont largement contribué à l'amélioration de mes réflexions, mais aussi de mes autres tâches professionnelles comme l'enseignement, l'administration ou la gestion des ressources humaines puisque j'ai été de nombreuses années en charge d'une Maîtrise management du sport dont les liens avec l'extérieur obligeaient à des acrobaties et des compromis relationnels. L'ensemble de mes collègues a, bien sûr, participé, parfois sans s'en rendre compte, à ma maturation intellectuelle. Je remercie plus particulièrement Yvon Léziart et Ali Aït Abdelmalek pour m'avoir fait confiance et Armel Huet, Raymonde Feillet, Peggy Roussel, Malika El Ali et Charles Roncin pour leur bonne humeur communicative, leur soutien et leur simplicité au quotidien.

Un merci tout particulier à Dominique Bodin en qui j'ai trouvé un partenaire plus qu'un simple collègue, un collaborateur efficace, un ami et un soutien sans faille... presque un grand frère.

Merci à tous et chacun.

## **INTRODUCTION**

« Elle (ma passion pour la liberté) m'a toujours été, et jusqu'à présent, salutaire ; elle m'a protégé des adhésions qui entravent par la discipline ; elle m'a empêché d'être initiateur de systèmes intellectuels bouclés à mon propre profit, et davantage encore d'épouser la dogmatique des autres sous l'effet de l'engouement ou de l'opportunisme accordés aux modes. La posture intellectuelle commande de prendre parti, mais elle requiert tout autant de maintenir le jeu dans toutes les conceptions du terme, de la disponibilité propice à l'entreprise personnelle »  
(Balandier, 2003, 27).

Depuis le travail de thèse sur les méthodes de relaxation et, plus encore, depuis le début de ma formation spécialisée en histoire et sociologie, l'éventail des populations abordées, des travaux et des recherches réalisés à ce jour et, pour la plupart, toujours activés, peut paraître vaste.

En outre, depuis mon entrée comme étudiant en Deug 1, j'ai mis un point d'honneur personnel<sup>3</sup> à m'inscrire chaque année dans au moins deux UFR ou institutions supérieures de formation (CNAM, CNED), et à suivre les cours qui m'intéressaient dans l'UFR que je considérais comme « satellite » à savoir respectivement et parfois de manière concomitante ceux d'Economie, de Psychologie, de Philosophie, d'Ergonomie, de Gestion des Ressources Humaines et/ou d'Histoire. Ce, quel que soit le niveau d'étude considéré puisque je participais au cours de Maîtrise de Psychologie<sup>4</sup> par exemple alors que j'étais inscrit en priorité en deuxième année de sociologie. L'accès aux autres cursus et disciplines lorsqu'un étudiant est Licencié m'apparaissait à l'époque comme un sésame dont il fallait profiter le plus possible... même si je ressentais clairement sur le moment le dérangement occasionné par une trajectoire aussi peu orthodoxe et « chevauchante ». Pour mes collègues étudiants, j'étais toujours là où ils ne m'attendaient pas : quelque rare fois sortant avant la fin de certains cours, pour être sûr de ne pas rater le commencement d'un autre, multipliant les réseaux estudiantins comme les charges inhérentes à chaque cursus, me confrontant aux modalités variées d'enseignements suivant les disciplines, aux

---

<sup>3</sup> Après un revers (un redoublement) en Deug 1 d'Economie.

<sup>4</sup> Par l'entremise de ma future épouse qui poursuivait avec deux années d'avance sur moi son propre cursus universitaire...

rencontres avec les enseignants, parfois aux discordes avec certains ! Les gains m'apparaissent substantiellement supérieurs aux contraintes en terme d'emplois du temps ou de supposés fractionnements des savoirs, mais aussi des pratiques... puisque je continuais à être sportif assidu dans un milieu, celui des études de sociologie, où l'activité sportive n'était pas valorisée, loin s'en faut. Cet écart à la norme estudiantine m'est toujours apparu salutaire, et pour tout dire oxygénant.

Cette « marque de fabrique universitaire » est essentielle à relater pour mieux saisir la démarche plurielle souvent adoptée et les analyses anthropologiques esquissées depuis. Les publications ou les textes en cours de réalisation, d'expertise et de publication attestent cette ouverture aux autres disciplines académiques. J'espère, d'ailleurs, à l'avenir aller beaucoup plus loin dans cet exercice transdisciplinaire. Mes contacts professionnels continus avec les professions soignantes (infirmiers, cadres de la santé notamment, médecins engagés dans des formations continuées) relèvent de ce souci...

En ce sens, je remplis allègrement l'exigence d'ouverture à d'autres objets sous tendue, selon moi, par les fourches Caudines de ce premier bilan académique nommé HDR. La distance à mes terrains princeps est grande, les questionnements sont pourtant récurrents ce qui va être progressivement précisé ici.

Cette variété même révèle un souci constant de ne pas se réduire (être réduit par les Autres ? !) à un seul terrain, une seule approche de ce ou de ces terrains, de ne pas restreindre les manières d'aborder les questions sociologiques comme les corps, les sports, les professions, les minorités, les violences, etc. Je pourrais presque parler d'une phobie de l'étiquette théorique trop étroite qu'autrui serait susceptible de m'accoler suite à une communication orale ou bien à un texte publié. J'ai très tôt dans mon parcours scolaire, puis académique, souffert des cadres théoriques plus ou moins explicitement imposés. Au final, mon refus, parfois ma résistance et mon souci constants de chercher ce qui m'intéressait comme il me convenait de le faire en accord, parfois, explicite avec les populations étudiées dans l'instant, ont été, me semble-t-il, et au final, payants. Les analyses qui suivent portent sans doute cette marque et cette souffrance induites et, toutes les deux, récurrentes tant les pressions conformistes sont fortes dans chaque milieu professionnel, sportif ou ludique. Cette « marque de fabrique » hétérodoxe m'était, sans doute, nécessaire pour maintenir une posture vigilante de recherche, et j'espère un tant soit peu heuristique. Elle m'a

permis aussi de prolonger l'enthousiasme du chercheur tant la difficulté d'accès aux terrains et aux populations peut sembler parfois rédhibitoire, et son dépassement, une pleine satisfaction devant la possibilité qui s'offre alors d'appréhender une « nouveauté sociologique ». J'essaie aujourd'hui de transmettre cet enthousiasme lorsque des étudiants abordent qui la spéléologie urbaine, le base jump, l'ultra endurance, la capoeira, des modalités de pratiques traditionnelles d'arts martiaux, etc.

Comme toute recherche, une question centrale doit être établie *ex ante*, précisée de nouveau au cours du travail de recherche, mais aussi reformulée *ex post*. Je suis largement spécialisé dans l'analyse sociologique des corps. Corps entendu non simplement comme l'enveloppe charnelle, matérielle, des êtres humains, mais bien dans une optique plus complète, moins réductrice, caractérisée récemment d'approche plurielle de l'être humain ou de l'identité humaine (Lahire, 2004 ; Kaufmann, 2004, 2005). Ce corps n'est pas seulement un objet d'étude morphologique, ni même uniquement phénoménologique, mais davantage un angle d'approche du lien social puisqu'il constitue à la fois la matrice des sensations, si ce n'est des sentiments, des images particulièrement sous l'aspect visuel dans notre société moderne, mais aussi et plus fondamentalement sans doute le corps participe amplement à la construction identitaire individuelle mais aussi collective (Le Breton, 2002, 2005 ; Kaufmann, 2005 ; Bromberger, 2005). En effet, l'approche identitaire *via* les usages et comportements corporels permet de dépasser la caractéristique objectale du corps humain (particularité occidentale, par exemple, selon Le Breton, 1993), et surtout d'appréhender les individus et les situations de ces mises en jeu corporelles. Le sens individuel et collectif des actions *in vivo* et *in situ*, mais également *a posteriori* à travers l'analyse des représentations corporelles, des sensations, des échecs et des réussites professionnels ou ludiques, etc. est ainsi souligné et constitue la trame paradigmatique de la sociologie présentée ici.

Pour la clarté dans l'exposé de ce travail particulier de synthèse, je veux préciser et approfondir ici deux questions sociologiques principales. Le passage de l'une à l'autre a été largement induit par un événement « institutionnel », en tous les cas instituant : la prise de fonction de Maître de conférences à l'université de Rennes 2

au sein du département et plus spécifiquement du laboratoire STAPS en Sciences Humaines et Sociales (Didactique et Expertise en APS, sous la direction du Pr. Y. Léziart). L'aspect santé des APS était et reste toujours aujourd'hui largement l'apanage du deuxième laboratoire STAPS organisé autour de la physiologie et de la biomécanique des APS (dirigé par le Pr. P. Delamarche) même si le cursus dit Activités physiques Adaptés (APA) tente de faire coexister, si ce n'est de faire collaborer, optique psychosociologique et physiobiomécanique notamment du handicap. Les deux laboratoires ne travaillant pas de concert, l'approche santéiste a été temporairement mise de côté dans mes préoccupations même s'il elle demeure en filigrane dans la plupart de mes contributions depuis.

La première question concerne les analyses princeps des représentations du corps développées, explicitées, et finalement mis en œuvre par les professionnels de santé hétérodoxe en soulignant plus particulièrement les questions de la place de la transe et de la dépendance, toutes deux contrôlées, et entendu ici comme des principes anthropologiques de « gestion » de la santé. J'ai abordé cette place des Etats Modifiés de Conscience (EMC) d'une manière récurrente depuis vingt ans : hier d'une manière plus explicite, aujourd'hui d'une manière davantage sous-jacente avec les « passions » pour certains sports et les « transports » provoqués par eux. La question de la conscience humaine est complexe, elle n'est toujours pas unifiée<sup>5</sup>. Nous n'aborderons ici que les situations limites où la conscience est troublée qui par les situations kinesthésiques (bruit, mouvement ou au contraire silence et immobilité) qui, parfois au même moment, par des soutiens collectifs indéniables (suggestions à la prise de risque, encouragements divers, chants, etc.).

La seconde question, de la même manière, semble transversale à l'ensemble de mes recherches : elle tente de mieux comprendre les situations et circonstances sportives et corporelles *Outsiders*. Reprenant à la fois les acquis de la sociologie éliassienne de l'exclusion et celles de l'interactionnisme symbolique notamment de Goffman et Becker (Elias, Scotson, 1997 ; Goffman, 1973 ; Becker, 1985). Les appréhensions différentielles des corps sont toujours l'objet d'analyse principale, la santé n'est plus autant l'axe central des populations étudiées, mais plutôt le rapport plus ou moins délicat des individus et des groupes d'individus *Outsiders* avec l'instance sportive

---

<sup>5</sup> Voir par exemple les rencontres francophones sur l'approche scientifique de la conscience, CNAM/ CEDRIC, 14-15 mai 1998.

dominante (dite *a contrario Established*) : le sport spectacle de compétition (Bodin, Robène, Héas, 2004 ; Bodin, Héas, 2002 ; Duret, 2004).

L'objet sociologique « corps » dans sa triptyque sensation-identification-image parcourt l'ensemble des réflexions exposées ici. Il m'apparaît plus aisé de l'indiquer de cette manière aujourd'hui depuis la publication de la théorie de l'identité de J.C. Kaufmann, et en nous appuyant toujours avec profit sur les ouvrages de Le Breton, notamment *Signes d'identité*. Auparavant, les questions de l'identité et du corps étaient moins systématiquement abordées de concert par les sociologues, me semble-t-il.

Ces deux interrogations principales concernent toujours des usages et des populations marginalisées, dominées, si ce n'est démonisées. Si j'ai abordé ces questions principalement sous l'angle de la sociologie, je suis, néanmoins, resté toujours sensible à l'ouverture aux connaissances produites par, et dans, d'autres domaines scientifiques : la psychologie, la psychiatrie, l'histoire, l'anthropologie, l'éthologie, mais aussi quelquefois la paléontologie<sup>6</sup>. Cette dernière, par exemple, a été modestement « convoquée » lors de l'analyse de la fête sportive (Gould, 2002, 417 ; Héas, Bodin, 2003).

Tout semble se passer comme si les joueuses, lors des troisièmes mi-temps de football et de rugby féminin, balançaient entre une logique allopatrique (« dans un autre endroit »), voire une spéciation allopatrique, et une logique sympatrique (« dans le même endroit »). Les caractéristiques, ici sociales et corporelles, des joueuses se développent dans une situation d'isolement reproductif important<sup>7</sup> puisque le football et le rugby sont des pratiques masculines dominantes. Si, en effet, sur le terrain sportif, les joueurs et les joueuses se distinguent aujourd'hui encore

---

<sup>6</sup> Je me suis toujours particulièrement amusé à étonner les étudiants en ayant recours à des exemples concernant des populations très différentes de leurs habitudes mentales et universitaires. Mes interventions variées dans d'autres institutions que l'université et devant d'autres étudiants que des étudiants en sports ou en sociologie m'ont toujours apportés extrêmement de plaisirs. Les va-et-vient entre les auditoires forcent l'enseignant chercheur à avoir recours à des procédés pédagogiques toujours renouvelés sous peine de ne pouvoir transmettre efficacement son ou ses apports scientifiques, voire ses messages.

<sup>7</sup> Même s'il demeure relatif dans la mesure où les joueuses ne sont pas cantonnées au cercle sportif dans leur vie de tous les jours.

assez fortement<sup>8</sup>, l'ancienneté dans la pratique et l'expérience aidant, les joueuses se rapprochent tendanciellement des comportements masculins. Par contre, en dehors des espaces strictement sportifs, les fêtes féminines paraissent développer dans un premier temps une spécificité allopatrique. Les joueuses se mettent en scène dans des espaces restreints permettant un entre soi féminin : les cars, les arrières salles des bars ou des boîtes de nuit sont largement investis. Ils deviennent des espaces féminins majeurs, des enclos identitaires dans un monde sportif, et un monde de la fête, masculin. La fête est, alors, largement du type « célébration ». Au fur et à mesure de l'assurance du groupe féminin sportif le changement s'opère vers une « fête transgression ». L'isolement s'effrite et les échanges avec l'autre « espèce sportive » (les joueurs) deviennent des confrontations symboliques porteuses de sens. Lorsque la fête bat son plein, les joueuses soulignent davantage une logique sympatrique, étonnante et vivace.

Pour autant, mes emprunts aux autres domaines et disciplines sont toujours circonscrits et somme toute modestes. Ils m'ont permis et me permettent toujours d'ouvrir mon approche de tel ou tel objet ou problématique, de montrer les complémentarités entre les acquis de la physiologie, la psychologie et la sociologie par exemple. Cette complémentarité, si ce n'est ce décloisonnement disciplinaire, me semble de plus en plus nécessaire suivant en cela d'autres initiatives et « méthodes » autrement plus « complexes » (Morin, 1990, 1977). Ainsi, lorsqu'il s'agit d'aborder la question des addictions sportives d'une manière moins exclusivement médicale, *a fortiori* psychologique (Bodin, Robène, Héas, 2004). Ainsi, aussi, lorsqu'il s'est agi d'analyser les accidents sportifs ou bien la question de la sédentarité physique en Europe. Ils me valent, bien sûr également de la part des collègues les plus orthodoxes, des reproches implicites ou davantage exprimés confinant mes approches à des commentaires de non spécialiste. Ces condamnations, indolores pour reprendre la boutade de Becker (Becker, 2004, 72) stigmatisent des analyses extérieures qui sont considérées comme plus ou moins mal venues, des regards croisés qui peuvent déranger les chercheurs qui désirent, consciemment ou non, préserver leurs prérequis...

---

<sup>8</sup> Plus le niveau sportif est élevé, plus les comportements sont susceptibles de se rapprocher notamment en termes d'agressivité. Des analyses

### **A) La santé hétérodoxe : des professions en construction et du vertige comme point d'ancrage technique de ces praticiens corporels ?**

La première interrogation va, donc, concerner les pratiques psychocorporelles hétérodoxes, soit celles qui se développent depuis de nombreuses décennies en marge de la médecine moderne allopathique (orthodoxe), dite parfois biomédicale puisqu'elle insiste sur les caractéristiques biologiques de la maladie et des remèdes (Le Breton, 1993 ; Chertok, 1989, 1992 ; Stengers, 1995). Chaque époque semble souligner des recours thérapeutiques privilégiés, les autres l'étant moins. Les groupes sociaux s'évertuent à défendre les pratiques qui leur semblent bénéfiques et/ou qui défendent leurs intérêts, leur vision du corps, si ce n'est leur vision du monde (Vigarello, 2005). De véritables « modes médicales » alternent complexifiant, ainsi, ce paysage plus ou moins conflictuel entre des principes thérapeutiques qui deviennent concurrents (Clapier-Vallandon, 1990).

Plus précisément, j'ai voulu montrer que les sensations de vertige, d'état modifié de conscience, constituaient un véritable point de repère malgré un paradoxe apparent. En effet, difficile au premier abord de considérer le vertige comme un point sur lequel s'appuyer. Et pourtant...

Cette question concerne directement ma manière d'être au monde. Sans doute en dehors des normes d'écriture académique, j'aimerais préciser ici les prolégomènes à ma pratique de sociologue. Ils proviennent classiquement de réminiscences infantiles tout autant que de mes périodes princeps de socialisation. A la fois donc des instants contraints et les souvenirs/reconstructions des sensations et des sentiments éprouvés lors de ces moments. Ces indications loin d'être anecdotiques constituent des éléments mêmes de la construction des réflexions sociologiques *infra* : elles en révèlent les éléments moins directement avouables et pourtant essentiels, car opérationnels, à la compréhension de ce qui peut caractériser, *a posteriori*, « ma sociologie » (Kaufmann, 2004b). La posture de sociologue n'est pas construite uniquement sur les bancs de l'université, loin s'en faut en ce qui me concerne.

---

psychologiques portant sur d'autres activités (football et handball) précisent les équivalences versus les distinctions sexuelles (Coulomb, Rasclé, 1998).

Indiquer ces manières premières d'aborder le monde social ne devrait pas constituer une gageure méthodologique, ou même théorique. Cette indication est réalisée récemment par Le Breton à propos de l'œuvre de Goffman (Le Breton, 2004). Selon moi, ces expériences personnelles renforcent la manière dont j'entends « faire de la sociologie », mais plus largement et d'une façon heureusement moins égocentrique, celle dont j'aimerais continuer à transmettre le métier de sociologue. Cette présentation personnelle fortement distanciée et continûment « travaillée », seule, permet me semble-t-il d'approcher les terrains d'une manière moins construite, « anémique et incolore », et modestement, « d'ajouter du réalisme à la science (... même si cette démarche est parfois perçue) comme une menace envers la vocation de la science, comme une manière de minimiser son engagement pour la vérité et leurs prétentions à la certitude » (Latour, 2001, 9). Alors, la transparence de l'enquêteur sur sa pratique (ses vécus, ses sentiments, voire ses ressentiments, etc.) est une condition *sine qua non* de l'avancée de toute recherche en sciences humaines et sociales.

#### *1) De l'expérience personnelle à la méthode scientifique de distanciation*

En effet, très tôt, j'ai été confronté dans mon milieu d'origine (un milieu populaire rural) à des comportements vertigineux valorisés, notamment dans le cadre festif et ludique (Nahoum-Grappe, 2002). Les fêtes locales, qu'elles soient sportives ou non, étaient l'occasion d'excès de consommation notamment de « produits du terroir » ou considérés tels (cidre, bière et autre chouchenn), de comportements et de gestuelles extraordinaires, non conformes aux usages communs (hurler sa joie ou son mécontentement, porter le plus lourd de ses camarades sur le dos, etc.)...

Ce débridement des comportements et des langages n'a cessé de me surprendre, et parfois de me « répugner ». Plus précisément, j'ai très tôt eu conscience d'un décalage profond avec ce type de débridement des émotions, ou ce « *controlling-decontrolling* » pour reprendre une expression traditionnelle de la sociologie éliásienne que nous avons utilisée pour mieux comprendre les méthodes de relaxation (Héas et al., 2002). Par exemple, être homme ou jeune homme semblait exiger une consommation excessive d'alcool dans certaines occasions, à certaines périodes de l'année. Très tôt, je me suis étonné d'un tel abandon (défoulement ?) de

la part de certains de mes camarades ou de certains de mes proches. Très tôt, j'ai eu conscience des relations humaines renforcées et des véritables réseaux qui se construisaient, en se dynamisant, au fil des fêtes et de ces « transports spiritueux » efficaces, car exercés. Ces transports (« avoir la tête qui tourne » tout en préservant son équilibre pour marcher, conduire, etc.) étaient renforcés par l'honneur de résister à la fatigue, *a fortiori* au sommeil. « Tenir la toile », « faire une nuit blanche » constituaient des valeurs extrêmes, parfois des valeurs professionnelles intéressantes lorsque l'activité est nocturne<sup>9</sup>. Ces engagements corporels vertigineux exigés m'ont exclu rapidement de nombreuses pratiques sociales valorisées au sein de ma culture d'origine, ils m'ont permis, *a contrario*, d'aborder d'autres pratiques culturelles vertigineuses comme la lecture par exemple<sup>10</sup>. Cette indication souligne l'écart qui s'institue progressivement entre des pratiques exigeant le mouvement et d'autres l'immobilité, ou bien le bruit *versus* le silence, etc.

Cette valorisation de la « perte de conscience », plus ou moins contrôlée par le groupe de pairs, m'apparaissait superfétatoire, presque infantile... même si depuis je peux l'explicitier, en partie, à partir de la grille de Van Gennep<sup>11</sup>, ce dont je ne me lasse pas de faire que ce soit dans les enseignements concernant le risque, la maternité, la mort ou sur des terrains davantage circonscrits comme l'apprentissage en France de l'eutonie ou encore le football et le rugby féminins (Héas, 1992 ; Héas, Bodin, 2004). Quelquefois, j'ai été confronté aux dangers de tels comportements (agressions, accidents, coma éthylique, etc.), mais aussi à la perte de la « face » au sens goffmanien du terme : « se mettre minable », ne plus être maître des ses actes et paroles, etc. (Goffman, 1974). Les comportements vertigineux valorisés prêtent alors parfois à sourire. D'autres fois les épreuves sont beaucoup moins anodines : les

---

<sup>9</sup> Mon père a gagné sa vie et complété ses revenus (et notamment a accédé à la propriété grâce à ces compléments) pendant de longues années sur ce modèle en animant des bals populaires... mon destin était de le suivre. Je pris un parfait contre-pied...

<sup>10</sup> Je me souviens très bien les efforts importants que j'ai consentis pendant mon adolescence pour ne plus m'endormir en... lisant. Se tenir éveillé en lisant pendant des heures exige une posture qui est largement apprise et valorisée dans certains milieux et fortement stigmatisée dans d'autres !

<sup>11</sup> Auteur dont la « grille » du rite de passage lors des cérémonies initiatiques d'autres aires culturelles a été largement popularisée en France à propos de l'analyse de la mort, mais aussi de l'accouchement, de l'épisiotomie, de la

hommes peuvent être engagés dans des situations autrement périlleuses à partir de l'absorption ou de l'ingestion d'une plante hallucinogène autochtone par exemple comme une étude récente le montre très bien (Prado, 2004).

Ces épisodes vertigineux à partir de la consommation d'alcool notamment gravitait autour, essentiellement, d'une seule pratique sportive dans ma localité de résidence : le football fédéral, i.e. orthodoxe. Cette pratique, fortement encadrée et contrôlée dans les espaces et les temps d'entraînement et de compétition, engageait les joueurs dans d'autres moments vertigineux induit par la pratique elle-même... ce que je ne percevais pas clairement à l'époque en tous les cas pas d'une manière aussi distanciée qu'aujourd'hui (Bodin, Robène, Héas, 2004). J'étais effaré de rencontrer ces pratiques vertigineuses « hors stade », justement, chez les joueurs les plus aguerris, les plus reconnus. Tout se passait comme si redoublant le vertige provoqué par l'exaltation de la pratique elle-même (Elias, Dunning, 1994) puisqu'ils étaient les joueurs les plus valorisés et les plus efficaces, ils ajoutaient un abandon (un exploit ?) supplémentaire. Des analyses soulignent, alors, le caractère compensatoire de ces pratiques ; ces rites dionysiaques, conventionnels et/ou spontanés, utilisés par les sportifs de tous niveaux devenant un exutoire des tensions inhérentes aux confrontations sportives, voire aux dangers, aux incertitudes liées aux résultats, etc. (Jeu, 1977, 1993 ; Saouter, 2000).

Ma distance profane envers de tels comportements m'a rapidement fait emprunter personnellement d'autres pratiques où ces « débordements » n'étaient pas présents sous cette forme exacerbée, mais bien davantage intériorisés par le sportif lors de sa pratique elle-même. J'ai vécu très tôt ce phénomène d'exclusion sociosportive qui m'a conduit vers l'athlétisme et la course à pied notamment. Paraphrasant Elias et Scotson (1965), « *Les logiques d'exclusion* » des pratiques, nous sont apparues très subtiles et renvoyant à des principes du fonctionnement même du groupe d'adolescents et de jeunes adultes. Les déterminants sociaux extérieurs à la pratique sportive frappaient par leur puissance d'attraction. Etre reconnu comme un sportif ne suffisait pas semblait-il ! Encore fallait-il est reconnu par le groupe de pairs (la classe d'âge notamment) en dehors des terrains sportifs comme pouvant « tenir » l'alcool, la fatigue des stages intensifs, les enchaînements

---

circocision (Gennep (1901) 1981 ; Thomas, 1985 ; Dutruge, 1994 ; Jeu, 1977).

de matchs ou de courses, etc. par voie de conséquence acquérir et ainsi « défendre » son rang au sein du groupe sportif mais aussi, et surtout, plus largement, du groupe social.

Individu *versus* groupe ? Qu'en est-il de cette soi-disante opposition ? Cette antienne sociologique effleurait progressivement ma conscience d'apprenti sportif, puis d'apprenti sociologue. Le changement de pratique sportive (de vertige ? !) impliquait fondamentalement, sans que j'en ai une conscience affirmée à l'époque, un changement d'implication dans un groupe sportif, et plus globalement dans un groupe de pairs. Je « choisis » et/ou j'ai été guidé d'une manière concomitante par mes proches vers une pratique davantage encadrée par des adultes, et moins livrée aux exercices de reconnaissance des seuls joueurs/jeunes entre eux. En somme, un processus de socialisation davantage vertical qu'horizontal, ou pour être plus précis, moins strictement horizontal (Duret, Augustini, 1993). Le club rural de course à pied regroupait toutes ces qualités : une large zone géographique permettant de rencontrer d'autres personnes que les amis, voisins ou proches connaissances (par conséquent, une certaine ouverture socioculturelle), l'encadrement par des adultes qui laissaient rapidement aux athlètes davantage impliqués la possibilité de prendre en charge leurs propres entraînements en autonomie importante, mais aussi de superviser les entraînements des plus jeunes, des déplacements plus lointains, par conséquent davantage professionnels/organisés, i.e. adultocontrôlés, etc. Ce changement m'a fait « basculer » vers une pratique vertigineuse en elle-même, davantage introspective qu'exubérante ou festive, davantage individuelle sur le moment de l'effort : un vertige à contrôler pour soi avant de le contrôler pour ou avec les autres. Le coureur malgré la foule parfois doit gérer le plus souvent seul le vertige procuré par l'hyperoxygénation, la fatigue qui l'étreint progressivement. Une étude en cours tente de préciser ce point à partir de l'analyse de la division du travail athlétique en course de demi-fond (Héas, Bodin, Robène, 2005).

Brutalement lors de mon cursus universitaire, les réflexions sur les états modifiés de conscience entraînés, voire entretenus, ont été poursuivies sur un terrain radicalement différent : la religion catholique intégriste. Ce faisant, je participais à ma séparation conscientisée, définitive et intellectualisée de mon héritage religieux local/parental. Au-delà de ma résistance problématique aux rituels catholiques pendant toute mon

adolescence (notamment le passage obligé, alors, à la messe du samedi soir, mais aussi aux rites d'intégration comme la Communion et la Confirmation solennelle !), l'exercice de la sociologie religieuse (dans le cadre des cours du Pr. C. Suaud) m'a permis d'aller plus loin encore, de me confronter au noyau dur de ce que je tentais progressivement d'extraire de ma conscience de jeune adulte, de mon *ethos* pour reprendre l'acception bourdieusienne ; position paradigmatique en sociologie dominant, justement, le département nantais de sociologie à l'époque. L'analyse des fidèles de la Fraternité Sacerdotale Saint Pie X lors des recollections (ou retraites) et des nombreux rituels relevant du calendrier catholique (processions, messes hebdomadaires et quotidiennes en latin, etc.) m'a permis de vérifier l'importance des sensations de vertige lors des stations agenouillées prolongées par exemple, des silences imposés pendant les nombreuses prières quotidiennes tôt le matin, des repas, des marches dans le cloître, et bien d'autres situations (Héas, Lasnier, 1988<sup>12</sup>), Là encore, le vertige procuré par la faim, ou le froid, qui tenaille, par l'immobilité et le silence exigés, permettaient de resserrer les liens entre les participants, mais aussi les liens des participants avec eux-mêmes, et *in fine* avec une entité immatérielle, moins facilement palpable *a priori* par un sociologue : le système de valeurs, et même les représentations sotériologiques. La distance aux vertiges, après leur expérience intime, devenait heuristique et vecteur de compréhension des usages corporels et, plus largement, culturels. Prières et méditations matinées de religion étaient censées renforcer les convictions des jeunes retraités (le plus âgé lors de la recollection ayant 30 ans !). Les très belles analyses de *la Vocation* (Suaud, 1978) m'ont incité à poursuivre l'approche de tels comportements sous l'angle d'une sociologie du corps en devenir, ce que je ne percevais pas distinctement à l'époque. En outre, l'appui théorique sensiblement différent de l'interactionnisme symbolique, notamment les travaux de Becker sur les consommations de marijuana – très en vogue auprès des étudiants en sociologie de l'époque – renforçait cet intérêt pour l'apprentissage approfondi d'un tel exercice sociologique sur la question des Etats Modifiés de Conscience (EMC).

---

<sup>12</sup> Enquête par observation participante, questionnaires et entretiens auprès des cadres religieux, des fidèles de l'église ultra orthodoxe nantaise et des participants à la recollection annuelle proposée par cette école. Ensemble de démarches d'enquête réalisé durant l'année de DEUG 2.

De la même manière, l'analyse des vertiges a été une partie intégrante de l'approche des praticiens psychocorporels tout d'abord de l'Eutonie (DEA en 1992), puis plus largement des méthodes de relaxations (thèse en 1996). Les praticiens évoquaient, expérimentaient, entraînaient et finalement valorisaient ces expériences sensibles particulières. Mes observations participantes soulignaient l'importance de la compréhension sociologique de tels moments, de telles sensations proprioceptives. Aujourd'hui, j'apprends ces expériences premières comme la poursuite d'une même compréhension humaine et sociale. Les sensations kinesthésiques de vertige lors des séances de relaxation et les suggestions vertigineuses participaient de ces processus de socialisations corporelles et culturelles spécifiques. Impossible d'éluder de telles expériences à la fois personnelles et partagées, intimes et collectives, voire collectivisées dans certains cas comme celui des maisons ouvertes à un ensemble d'expériences corporelles, mystiques, diététiques, etc. Ces rares exemples rencontrés lors du travail de thèse (Héas, 1996, 2004) relevaient soit d'un mode strictement hétérodoxe (en dehors de toute reconnaissance étatique par exemple) ou bien combinant ce versant non officiel et des missions davantage validées par l'Etat (par exemple pour la réinsertion de personnes dépendantes, de délinquants multirécidivistes, etc.). Les EMC constituaient, là encore, des éléments à prendre en compte dans l'analyse de ces pratiques relaxatives sous peine d'éluder un pan essentiel de ces expériences humaines. Ainsi, l'étrange « méditation à la lune » au bord d'un étang ou bien les séances journalières de yoga étaient censées délivrer les participants addicts de leurs dépendances aux produits nocifs dans le cadre d'une vieille ferme rénovée, maison située en proche périphérie nantaise... Comme si des pratiques de débridement contrôlé des émotions maîtrisaient d'autres pertes de contrôles de soi. L'étrangeté de ces expériences relatées, mais aussi vécues en tant qu'observateur, m'a incité à prendre en compte l'ambivalence de certains comportements, voire leur contradiction même. Telle praticien soulignait fortement une hygiène relaxative tout en fumant ou en avouant être un « bourreau de travail ». La distance progressive et exercée face à de tels vécus et usages corporels, a pu alors laisser place à une analyse moins naïve de ces processus identitaires mis en jeu à partir d'expériences corporelles comme les méthodes de relaxation...

Les analyses concernant les troisièmes mi-temps des sports de tradition masculine (football et rugby), mais aussi les approches de pratiques comme le *base jump* ou

l'ultra triathlon (*travaux en cours*) proviennent en droite ligne de ces interrogations « personnelles » sociologiques sur les transports/vertiges induits par la pratique et ses à cotés (Héas, Bodin, 2003). Ces derniers s'avèrent essentiels à la compréhension de ce qui se passe sur un terrain sportif au sens concret mais aussi méthodologique du terme...

Modestement, mais avec acuité, la question de la conscience humaine dans certaines circonstances m'a, ainsi, « travaillé ». Je me suis, à titre personnel, aussi loin que je m'en souviens mis à l'écart des comportements émotionnels les plus démonstratifs, considérés largement comme les plus forts, et surtout je me suis amusé, bénéficiant de cet écart, à observer mes semblables. Aujourd'hui encore, je me surprends à me mettre de côté dès que les interactions sociales quotidiennes rassemblent plus de trois ou quatre personnes et *a fortiori* lorsqu'un EMC est quasiment exigé (danse prolongée en fin de soirée, apéritif qui s'éternise, etc.). Cette distance au jeu social est devenue un réflexe professionnel aujourd'hui conditionné et même largement entraîné.

Dès lors, s'est posée à moi la question : *comment transmettre ce qui peut apparaître fortement lié à ma seule trajectoire personnelle ?* La part importante des cours de méthodologie de la recherche que nous avons dispensés depuis plus de neuf années révèle ce souci de transmission et cet intérêt profond pour la mise à distance du terrain par le chercheur lorsqu'il aborde ses populations d'enquête. Travailler cette distance au terrain, mais aussi travailler sans cesse la distance aux préjugés parsemant la vie quotidienne (« ils picolent », « s'envoient en l'air », « ce sont des vrais drogués du sport ! », etc.), semble essentiel et à maintenir en permanence à l'esprit des étudiants, tout autant que l'enthousiasme procuré par l'accès à des terrains délicats à aborder. Cette exigence désormais classique en sociologie montre aujourd'hui encore tout son intérêt méthodologique...

A ce titre, je me suis presque inscrit en spécialiste des terrains incongrus : jeux vidéos en ligne, ultra endurance<sup>13</sup>, *base jump*<sup>14</sup>, saut à l'élastique, kung fu ou karaté dans leurs versions les plus hétérodoxes, capoeira à l'école, viet vo dao chez les immigrés vietnamiens, etc. Il s'agit de mieux comprendre les autocontraintes exigées

---

<sup>13</sup> Il s'agit pour les pratiquants d'enchaîner les triathlons. Les compétitions les plus longues actuellement exigeant la poursuite de 10 triathlons d'affilé !

par le jeu ou l'activité, mais aussi les relations, les sensations et, plus largement, les sentiments recherchés et/ou rencontrés dans ce type d'activités et la manière dont les individus articulent ces particularités avec leur vie de tous les jours.

2) *L'ordre et le désordre ou l'approche complexe et ambivalente des réalités* (Morin, 1977).

Cette première interrogation soulève plus encore la question de la construction sociale et culturelle de telles pratiques ? Plus précisément, des buts et des finalités de telles pratiques, et de leur contrôle par les pratiquants ? En tout cas, elle engage le sociologue dans une réflexion concernant l'ordre des choses d'une société ou d'une culture donnée.

Est-ce que les « institutions de contrôles des violences » (Elias, 1973) garantissent un ordre toujours changeant, voire chancelant ? Si un tel changement permanent est à l'œuvre, le vocable « ordre », lui-même, est-il adapté ou ne devient-il pas obsolète (Elias, 1974) ? Ces interrogations renvoient à une question sociologique importante en ce qui me concerne et que j'aimerais évoquer ici : *est-ce la rupture ou la stabilité qui caractérise le mieux la réalité de notre société française, de toute société ?* Qu'est-ce que la stabilité supposée ou apparente si ce n'est la mise au pas des réactions, la réduction par le pouvoir (médical, sportif pour ce qui nous concerne essentiellement ici) en place de la résistance à ce pouvoir (Foucault, 1984) ?

Cette manière d'interroger ces différents terrains soulève une question épistémologique déjà ancienne y compris dans le domaine des sciences sociales et humaines. Aujourd'hui les critiques des analyses sociologiques soulignant l'équilibre d'un – bien nommé - système semblent « porter » davantage qu'il y a quelques années, *a fortiori*, décennies. La conjoncture semble primer sur la structure, la dynamique sur l'état d'un système (Le Breton, 2004 ; Le Pogam, 2004 ; Delzescaux, 2001). Dans le même ordre d'idée, la rupture entre les pratiques sportives et corporelles anciennes et modernes (plutôt que la continuité) apparaît comme la manière la plus adéquate de les aborder en ce début de XXI<sup>ème</sup> siècle (Bodin, Héas, 2002 ; Vigarello, 2002, 2005). Pour autant, la rupture soulignée entre les époques, entre les pratiques semble devoir, elle-même, être relativisée. Certaines

---

<sup>14</sup> Pratique de la chute libre à partir soit de falaises naturelles, soit d'immeubles ou de constructions humaines (pont par exemple).

caractéristiques qui paraissent modernes, ne le sont pas si sûrement. Les usages corporels d'aujourd'hui reprennent bon nombre de modalités anthropologiques comme, par exemple, la confrontation aux limites humaines par exemple, parmi elle, la certitude de notre mort à tous (Héas, 2005 ; Baudry, Jeudy, 2001 ; Le Breton, 1991 ; Thomas, 1985).

## **B) Du pouvoir des dominations sociales et culturelles : quelles places restent-ils aux dominées ?**

La deuxième interrogation, fil directeur de ce travail de synthèse, découle de la première et recouvre la question de l'expertise reconnue par une société à certains protagonistes, par conséquent celle des pouvoirs en place et des rapports de force engagés, voire de la, ou des, domination(s) sociale(s). Les approches convoquées et évoquées, ici, relèvent souvent d'une tradition française, que ce soit les écrits de philosophie historique de Foucault ou ceux, sociologiques, de Bourdieu.

Formés largement à/dans ces traditions réflexives, nous avons tenté au sein de notre groupe de recherche, et tentons toujours, de les utiliser tout autant que de les compléter par d'autres approches comme l'interactionnisme symbolique et la *figurational theory* (Héas et al., 2005 a et b ; Héas et al., 2004 ; Bodin, Héas, Robène, 2004). Pour l'étude des relations entre la *doxa* et l'*hétérodoxa*, elles semblent rester essentielles, ce que nous ne pouvons pas nier ici et maintenant, pas davantage hier et ailleurs. Ce qui nous amène à nous interroger sur qui sont les groupes sociaux dominants dans les domaines corporels et sportifs ? Sur quelles bases, ils exercent leurs influences ? Ou encore et plus particulièrement en ce qui concerne la plupart des travaux présentés ici, comment les dominés vivent-ils cette position sociale particulière ?

Pour autant, ces mises en lumière des pouvoirs en place et des forces en présence, pour reprendre une métaphore militaire, nous ont dès l'origine de nos travaux sur les méthodes corporelles (1991) et même auparavant, laissé en partie, insatisfait. Ainsi, la domination médicale, effective en terme d'importance des budgets consacrés, de la légitimité des praticiens formés par les institutions de tutelle et exerçant leur art, n'élude pas la possibilité pour ces mêmes praticiens, *a fortiori* pour d'autres praticiens, de professer des techniques non reconnues officiellement par le

mandarinat médical en place (Héas, 2004). Voire, nous avons pu constater que certains praticiens médicaux ou paramédicaux se désengagent de leur statut officiel (avec l'onction étatique) pour exercer en dehors des contraintes, mais aussi sans le soutien de cette reconnaissance institutionnelle. Les alliances *versus* « désalliances<sup>15</sup> » (soit, au final les séparations) entre praticiens ne fonctionnent pas uniquement sous le signe d'une socialisation et d'une appartenance professionnelle acquise une fois pour toutes. La corporation médicale rassemble, en fait, des groupements aux intérêts divers, voire aux pratiques contradictoires. Des évolutions majeures peuvent pointer ici ou là à la faveur du maintien en l'état des nomenclatures des actes remboursés par exemple, de l'émergence d'un groupe de praticiens vantant une autre manière de prendre en compte telle ou telle pathologie, l'articulation originale entre des praticiens d'obédiences et de formations diverses, etc.

Nous avons pu montrer que les parcours des praticiens ne sont pas aussi exclusifs et unidimensionnels que les étiquettes professionnelles, arc-boutées sur les diplômes obtenus et validés par l'Etat notamment, le laissent présager ou paraître (Héas, 1996). Les positions socioprofessionnelles sont davantage mouvantes. La concurrence statutaire (être diplômé d'Etat ou non) ne phagocyte pas forcément d'autres manières de vivre, économiquement parlant mais aussi symboliquement, à partir d'une pratique psychocorporelle comme les méthodes de relaxations (Héas, 2004). Les situations réelles, locales, les itinéraires personnels ou collectifs complexifient de beaucoup les trajectoires professionnelles dans ce milieu de la santé étudié à partir du début des années 1990. Sans compter que, dans ce secteur médicopsychocorporel, les relations entre praticiens et pratiquants/patients sont pluriformes dans la mesure où certains patients deviennent, après formation, eux-mêmes des néopraticiens. L'établissement professionnel, pour reprendre en partie la dénomination éliásienne, constitue, lui aussi, un phénomène mouvant, un véritable processus. Sans prétendre à une analyse exhaustive, *a fortiori* à partir d'un terrain circonscrit comme celui de notre travail de thèse, force est de constater la prégnance d'une adhocratie médicale et psychocorporelle dans notre pays comme ailleurs pour reprendre une expression largement usitée par l'analyse sociologique des sports (Ehrenberg, 1991a ; Thomas,

---

<sup>15</sup> Néologisme tentant de caractériser ces formes de rupture entre anciens praticiens partenaires au sein d'un groupement plus ou moins local, voire

1993). Les pratiques valorisées à une période peuvent perdre considérablement leur aura sociale et culturelle quelques années plus tard. Il en est ainsi de la psychanalyse par exemple ou même de la relaxation (Barruel, 1995). Les « positions » respectives de telle ou telle pratique constituent un vocable largement inadapté dans la mesure où elles peuvent sensiblement varier sur une période parfois brève en fonction des changements de style de vie, de l'évolution des normes sociales ou comportementales, des relations de concurrence dans une ville ou une région particulière, etc.

Même dans le cas, davantage structurel, de la « domination masculine » (Bourdieu, 1998), les situations et les interactions quotidiennes complexifient de beaucoup les manières dont les individus et les groupes peuvent vivre ces rapports de domination à un instant donné. Cette analyse « structurelle » ou « structurogénétique » sur le modèle bourdieusien devient moins probante lorsque la pratique évolue sensiblement même lorsqu'elle suit en cela et essentiellement les intérêts à court terme des dominants. Ainsi, comme nous avons tenté de le montrer récemment jouer au golf recouvre des situations concrètes et des réalités fort différentes suivant l'ancienneté dans la pratique mais aussi les compétences acquises dans d'autres pratiques, la trajectoire professionnelle du pratiquant, etc. Entre calcul intéressé et recherche de gain symbolique, une pratique sportive et plus largement culturelle, peut s'avérer douloureuse à vivre pour certains et facile pour d'autres (Bodin, Héas, Robène, 2004). Dans cette étude précise, les joueuses n'étaient pas présentes dans le corpus régional utilisé, pour autant la cohabitation, voire la collaboration entre les joueurs uniquement (sans les compromis et échanges entre sexes différents) n'étaient cependant pas sans ambivalence. Entre acceptation et exclusion, entre rejet et adoption, les parcours de vie peuvent être, et sont, pluriels y compris au sein d'une seule et même pratique corporelle et physique, y compris lorsque la focale sociologique pointe un seul type de parcours en l'occurrence une mobilité professionnelle en ascension comme c'était le cas ici.

Une autre illustration de cette complexité concerne l'exemple des fédérations sportives (comme le football en France et en Europe) qui cherchent à diversifier leur clientèle. La première explication pourrait être économique : la diversification

---

d'un syndicat professionnel. Rupture observée spécifiquement lors du travail princeps sur l'eutonie.

favorisant l'augmentation des recettes au guichet. Mais le football n'en a aujourd'hui plus besoin. Le ratio recettes au guichet/ budget est devenu dérisoire au regard du ratio recettes télévisuelles/budget ou recettes sponsoring/budget. Cette volonté de diversification possède donc d'autres finalités : comme celle de pacifier les tribunes des stades en « invitant », à l'exemple du football anglo-saxon, les femmes au spectacle sportif (Bodin, 2003). Est-ce un maintien de la domination masculine ? Par certains côtés, assurément puisque les spectateurs sont encore en grande majorité des hommes et que les services offerts les concernent davantage<sup>16</sup>, mais il faut ajouter, immédiatement, d'autres éléments d'analyse pour compléter le paysage sportif observé (Ohl, 2004). La domination n'est pas si systématique et unilatérale, de la même manière que les habitudes, habitus et autres routines plus ou moins fortement intériorisés ne sont pas aussi homogènes au sein d'une même catégorie sociale, d'une même classe d'âge, *a fortiori* suivant les sexes (Lahire, 2004)...

D'une part, cette tendance actuelle des fédérations prise en exemple *supra* s'appuie largement sur un présupposé machiste sous-entendant que les femmes ne peuvent être violentes ce que nous avons tenté, très récemment, de relativiser (Bodin, Héas, Robène, 2005). Car, les spectatrices peuvent, en outre, être effectivement violentes contrecarrant d'autant le symbole stéréotypique dominant du hooligan : jeune homme assoiffé de bière et de haine (Broussard, 1990). Une enquête restreinte à Rennes (non publiée à ce jour) analysait le public de l'unique club de supporters (le mot « supportrices » n'étant pas encore entré dans l'usage) de football en France à l'époque au milieu des années 1990. Elle soulignait la force des symboles (logos et bannières figurant des dragons crachant du feu par exemple) présentés par ce club et la virulence des propos recueillis par entretiens et questionnaires auprès de ces jeunes filles et femmes, *fans* de football. Ces abonnées à un sport de tradition masculine se montraient particulièrement agitées, virulentes... et, finalement, supportrices. Pourtant, l'analyse par observation participante montrait également la faible reconnaissance par la majorité des

---

<sup>16</sup> La vente de sous vêtements féminins floqués à l'effigie des clubs est une nouveauté en France ; elle est présentée comme telle aux débuts de l'année 2005, par conséquent son usage est loin d'être banalisé.

spectateurs présents régulièrement dans le stade de ces supportrices d'un genre nouveau<sup>17</sup>. Est-ce à dire qu'elles se devaient d'engager une surenchère à la visibilité dans cet espace masculin dominant ? Nous serions aujourd'hui tentés de pencher vers cette manière de présenter leur réalité de dominées dans cet espace de loisir particulier, et pour tout dire à velléité totalitaire, que constitue un stade (Beaulieu, 1986). Reste que leur présence même est susceptible à plus long terme de modifier les rapports de genre dans les gradins de football, et plus largement les relations humaines entre supporters d'un même club. L'émergence progressive mais assurée des joueuses dans ce sport de tradition masculine bouleverse déjà considérablement les interactions footballistiques hebdomadaires (Héas et *al.*, 2004). Ces modulations dans le sport roi en France produisent, d'ores et déjà, des changements perceptibles comme l'attention à d'autres manières de pratiquer et/ou de supporter un même sport.

D'autre part, cette féminisation relative ne renverse pas loin s'en faut « l'édifice genré » puisque les femmes demeurent plus souvent encore spectatrices des hommes (Saouter, 2000). Le schéma classique : homme actif, femme passive semble se retrouver ici... comme ailleurs par exemple à Madagascar où un football féminin devient, en quelque sorte, le prétexte à une analyse des relations genrées (Héas et *al.*, *en cours*). Surtout, sur le terrain de la pratique footballistique proprement dite, la situation est plus complexe : les jeunes footballeuses et rugbywomen en France semblent plus actives et revendicatrices (Héas et *al.*, 2003 ; Héas, Bodin, 2004). Dans les vestiaires, lors des déplacements en car et dans les bars ou les boîtes de nuit, les joueuses deviennent des actrices à part entières, revendiquant à la fois leur identité sexuelle et leur identité de joueuse d'un sport de tradition masculine. En reprenant certains éléments de la culture sportive *ad hoc* (résistance à la douleur des chocs, consommation massive et récurrente d'alcool, chants graveleux, voire vulgaires, etc.), elles n'en transforment pas moins la pratique par leur insistance à prendre place dans tous les espaces dévolus à la pratique et à ses côtés... si importants dans la culture rugbistique entre autres, mais aussi footballistique.

---

<sup>17</sup> Recherche établie par un étudiant de Maîtrise Education et Motricité, Jean François Sourdin, durant l'année 2000 (dir. Héas), « Motifs de participation des femmes pour les spectacles de football. Exemple du Stade Rennais ».

Enfin, la question du symbole corporel nous paraît, ainsi, transversale et parcourra en filigrane la réflexion qui va suivre avant d'être précisée à la fin de cette synthèse. Nous terminons nos analyses par une proposition de notion théorique en conclusion, « l'individualisation symbolique » que nous venons d'indiquer récemment dans un article concernant les pratiquants d'un art martial *Outsider*, le Viet Vo Dao (Héas, Bodin, Robène, Chavet, Aït Abdelmalek, 2005). Ce processus en jeu dans les situations de domination et de forte dissymétrie sociale nous paraît en grande partie synthétiser justement notre approche de ces terrains comme de ces questions sociologiques particuliers. Il permet d'engager une réflexion opérationnelle, nous semble-t-il, sur ces situations et ces contextes mettant en jeu des acteurs qui réagissent notamment symboliquement pour mieux vivre, mieux s'approprier et transformer les contraintes en avantages, en leur donnant un sens individuel spécifique, une « couleur » particulière...

Telle est, donc, pour conclure cette présentation, l'armature esquissée de nos interrogations principales depuis près de vingt années à travers nos questionnements, ou nos étonnements, tout d'abord naïfs d'adolescent immergé dans le monde sportif avec ses rites et ses logiques internes. Interrogations prolongées depuis *via* nos premiers travaux étudiants « d'apprenti chercheur ». Questionnements enfin qui sont devenus la trame constante de nos recherches, voire de nos enseignements, actuels.

Telle est la réflexion sociologique que nous voulons engager ici balançant entre approfondissements théoriques et quelques illustrations empiriques choisies avec parcimonie pour ne pas alourdir le propos<sup>18</sup>.

En effet, les données et surtout les protocoles des enquêtes réalisées sont disponibles dans les ouvrages et les articles publiés ou en cours d'édition, c'est pourquoi nous abordons davantage ici les soubassements épistémologiques des résultats plutôt que les résultats eux-mêmes, les réflexions attenantes plutôt que les « faits » que nous avons précisés ailleurs. Les multiples corrections, explicitations, mais aussi modifications des analyses sous l'effet conjugué du travail collectif et des nombreuses expertises ont pu, quelquefois, modifier la manière dont nous voulions

---

<sup>18</sup> Un ouvrage est en cours de réalisation qui reprend plus systématiquement et d'une manière plus approfondie les données des terrains investigués.

préciser tel ou tel comportement corporel ou sportif analysé. C'est pourquoi, nous « profitons » de cette synthèse pour aborder avec nos propres formulations ce qui semble, en fait, intéressant et essentiel de retenir à travers l'ensemble de nos travaux et recherches.

## **CHAPITRE 1 : Analyse à partir d'un domaine de la santé hétérodoxe des Etats Modifiés de Conscience et de Corps entendus comme des révélateurs socioculturels, et plus encore anthropologiques ?**

La césure corps/esprit, historiquement datée et prolongée depuis, a porté des fruits indéniables. Elle a constitué un vecteur heuristique y compris d'un point de vue scientifique, pendant des siècles d'une part pour des professions qui se sont progressivement constituées comme la médecine par exemple d'autre part au regard de l'évolution sociale ou sociétale (Eco, 2004 ; Kaufmann, 1998 ; Mandressi, 2005 ; Sansot, 2004 ; Vigarello, 1978, 1987, 1993, 2004<sup>19</sup>), mais aussi en ce qui concerne les activités physiques et sportives (Gleyse, 1997 ; Corbin, 2005). Elle contribue sensiblement à l'amélioration (de la compréhension) des rendements humains, et plus largement de cette « passion du corps » en Occident.

Pour autant, aujourd'hui, de nombreux constats effritent sensiblement cette manière dichotomique de penser l'être humain dans toute sa complexité, et remettent incidemment ou davantage explicitement en cause cette manière réductrice de l'aborder (Bodin, Robène, Héas, *op. cit.* ; Le Breton, 1995, 1999 ; Atlan, 2002 ; Sonigo, 2003). Le corps est pensé, vu et perçu sous cet angle particulier en Occident : cette approche n'est donc pas universelle. Cette spécificité socioculturelle particulière est devenue au fil des siècles une évidence largement partagée aujourd'hui en Occident, mais de nombreuses « régions » du monde maintiennent des usages et des appréhensions de l'être humain radicalement différents. Car, cette « évidence (d'un corps séparé d'un esprit, comme toutes les autres évidences) est certainement le plus grand piège de la pensée » (Cyrulnik, Morin, 2000, 42).

De nombreux auteurs ont indiqué la construction occidentale particulière et très ancienne de cette entité particulière sur laquelle chacun semble s'accorder dans la vie de tous les jours, le « corps » (Elias, 1973 ; Le Breton, 1993 ; Detrez, 2002 ; Duret, Roussel, 2003). L'histoire des sociétés occidentales semble, ainsi et aussi, recouvrir d'un voile cette évolution sensible et progressive de l'appréhension même de ce que

---

<sup>19</sup> En ne nous limitant qu'à quelques ouvrages parmi d'autres relatifs à la sociologie ou à l'histoire sociale en ce domaine.

recouvre un « être humain » ici. Or, au-delà de cette objectivation corporelle occidentale, les analyses gagnent à considérer l'être humain dans l'intrication plurielle et complexe de sa chair, de son esprit, de ses relations aux autres ici et maintenant, mais aussi de l'ensemble de ses relations hier et ailleurs, etc. La réduction opérée par le passé, et porteuse de progrès, semble devenir un obstacle aujourd'hui. Les liens corps et esprit, mais aussi corps/esprit/environnement proche et plus large, semblent devoir être reconsidérés au-delà du succès récent de la thérapie dite « *body mind* » importée d'Outre Atlantique (Servan Schreiber, 2005). Il s'agit d'analyser ce point au-delà de ce dernier engouement, car nous avons justement montré à propos des méthodes de relaxation que les nouveautés thérapeutiques peuvent être des redécouvertes/mises au jour de pratiques autrement plus anciennes (Héas, 2004) !

Tout d'abord, l'Occident est le lieu du développement d'analyse des êtres vivants dans ce qu'il est convenu aujourd'hui d'appeler le processus plus général d'Evolution des êtres vivants (Gould, 2002 ; Picq, 2003). Cette évolution radicalise les manières d'appréhender l'homme puisque sa permanence même en tant qu'entité particulière devient moins patente et davantage soumise notamment aux évolutions des espèces animales, mais aussi des écosystèmes. Les contrôles exercés par les hommes s'avèrent fondamentalement dépendants de conditions écologiques qui les dépassent largement comme les catastrophes (éruption de volcan, tremblements de terre, etc.) le montrent sporadiquement, mais aussi les changements plus insidieux (réchauffement de la planète par exemple).

Ces réflexions débouchent aujourd'hui sur une conception et une sensibilité écologiques reprises spécifiquement par des mouvements ludosportifs comme le trekking ou le surf par exemple, que nous avons plus particulièrement analysés (respectivement, Héas, Bodin, Rannou, 2001 et Héas, Bodin, 2001 ; Sayeux, Bodin, Robène, Héas, *en cours*). Cette sensibilité écologique est relevée et vectorisée par les politiques altermondialistes par exemple, mais également par des institutions davantage apologétiques et dominantes (Organisation Internationale du Tourisme, Comité International Olympique, etc.). Il s'agit officiellement de contrôler un peu plus les conséquences de la présence, de l'activité (sportive ou non) et de l'habitation humaines, dans des espaces plus ou moins vierges. Cette sensibilité écologique tente

d'articuler développements économiques, humains et ressources naturelles, par conséquent gouvernement de soi et des autres au regard de notre situation de citoyens du monde, gouvernement d'une nature à préserver. En effet, les actions humaines (sportive, ludique notamment) occasionnent des effets pervers parfois de grande ampleur (pollutions diverses, troubles des écosystèmes, etc.). Au point, que certains tours opérateurs spécialisés (*Club Aventure* par exemple qui était le terrain principal de l'étude) organisent depuis peu des expéditions touristicosportives visant à nettoyer les sites traversés que ce soit au Maroc ou au Népal ce que l'analyse du trek démontrait fort bien (Héas, Bodin, Rannou, 2001 ; Héas, Bodin, Rannou, 2004). Les brochures de ces spécialistes, puisqu'une étude du marché concurrentiel avait été effectuée, précisent cette sensibilité écologique et donnent des conseils pour contrer les pollutions et effets pervers comme de contribuer à la déforestation tout en traversant les paysages qui mènent au site ou sommet convoités. Ce faisant, ces messages publicitaires, partie prenante d'une communication institutionnelle, suggèrent fortement aux clients potentiels d'adhérer à cette éthique du voyage... tout en soulignant leur implication active, en tant qu'offreur de services sportifs, dans la mise en place du code d'éthique du voyageur ou bien de telle ou telle initiative écologique. L'offre sportive devient en partie citoyenne, ces usages corporels distinctifs demandent par conséquent un contrôle sur soi et sur les autres affirmé<sup>20</sup>, l'écologie devient le soubassement d'une pratique ciblée mais qui demeure élitiste en raison de son coût moyen élevé...

Au-delà de cette étude de cas, cette attention moderne aux risques environnementaux est relayée dans une approche pluridisciplinaire des sciences humaines et sociales, par l'analyse scientifique de « l'Homme », et plus encore de l'objet « corps » qui semble devenu et/ou est en passe de devenir lui-même un... objet de prédilection (Baudrillard, 1970; Le Breton, 1993, 1999, 2004 ; Vigarello, 2005 ; Marzano, 2005 ; Andrieu, 2005). Ces analyses soulignent les mises en œuvre, si ce n'est les dangers, d'une réification abusive et systématique des usages corporels dans certaines conditions particulières : les pratiques corporelles et leurs racines culturelles

---

<sup>20</sup> Par exemple, lorsque les conseils prodigués concernent le souhait de ne pas renforcer une dépendance possible des enfants vis-à-vis du tourisme... interdisant aux touristes de leur donner de l'argent.

anciennes, les usages des publicités, certaines techniques médicales ou non médicales interventionnistes sur la peau ou les organes génitaux, etc. Certains auteurs soulignant que ces conditions, hier particulières et peut-être davantage exceptionnelles au sens statistique du terme, tendent aujourd'hui à devenir normales : recours et multirecours à la chirurgie esthétique (symbole du corps comme « objet de désir »), au dopage (symbole du corps comme « objet de performance ») dans les sports de haut niveau mais également à des niveaux de compétition moindre et dans la vie de tous les jours, etc. (Diana, Meyer, 2004 ; De Modenard, 2004). En outre, le corps de la femme semble plus souvent appréhendé comme un objet étudié par les hommes. Cette « symbolisation genrée » est récurrente, ses effets de subordination aussi, et ce, notamment dans les publicités (Goffman, 1988 ; Héas et *al.*, 2005b). A ce titre, nous pouvons nous demander si l'utilisation du corps dans la publicité n'est pas symbolique d'une extension de la culture dominante (masculine) ?

Dans ce cadre socioculturel occidental au minimum, les corps humains sont l'objet d'attentions soutenues et continues, voire d'attentions extrêmes avec entames, blessures auto-infligées, comportements risqués, etc. (Baudry, 2001, 1991 ; Le Breton, 2002, 2003 ; Travaillot, 1999). La question de la place de la conscience lors de ces actes n'est pas systématiquement interrogée. Pourtant, elle semble à l'œuvre dans toutes ces attentions exceptionnelles relatives au corps, mais aussi, comme nous voulons le montrer maintenant lors des attentions davantage ordinaires à notre matérialité corporelle.

C'est pourquoi, les « transports » et autres états de transe active et passive entendus comme autant d'écarts de conscience (Hode, 1998) méritent, selon nous, une attention spécifique des sciences humaines et sociales. Les trances actives i.e. avec « sur stimulation » des comportements humains (Ludwig, 1969) sont souvent soulignées par nombres d'ethnographies et d'ethnologies portant sur des sociétés lointaines (Métraux, 1958 ; Michaux, 1972 ; Rouget, 1980). Elles sont particulièrement visibles en raison des mouvements, des postures, mais aussi des chants ou musiques, etc. mobilisés. Davantage manifestes, ces formes de transe active semblent plus faciles d'accès pour une personne extérieure en quête d'informations, ici en l'occurrence les ethnologues ou ethnographes. Cette quête même (la recherche de/sur) constituant un des biais les plus importants de tout travail

de terrain puisqu'il peut, si l'on n'y prend garde, permettre au chercheur de trouver seulement ce qu'il escomptait/souhaitait trouver ou bien de ne prêter attention qu'aux phénomènes les plus remarquables...

### **A) D'une transe à l'autre...**

Il est classique de considérer les EMC comme des « éléments *sine qua non* de la transe » (Lapassade, 1990, 9). L'extase combinant plutôt des EMC passifs associant des sentiments d'union de l'individu avec ce qui l'entoure<sup>21</sup>.

Cette distinction transe/extase n'est pas une distinction aussi tranchée... même en l'abordant essentiellement selon leurs caractéristiques psychologiques ce que pointe plus spécifiquement les analyses de cet auteur malgré une approche présentée comme anthropologique (Lapassade, 1990<sup>22</sup>, 48). Surtout, les limites des approches classiques des trances recouvrent un quasi consensus autour de leur « allure de crise ». A partir des analyses et de la synthèse princeps de Van Gennep sur les rites d'initiation, la transe devient un moment crucial d'une vie (Sindzingre, 1985). Cette manière d'aborder la transe implique, selon nous, deux biais majeurs.

D'une part, elle fait montre d'un ethnocentrisme latent, au minimum, en accordant à l'individu une place de choix qu'un processus occidental séculier parvient seulement, selon des analyses récentes, à faire éclore pour le plus grand nombre (Lahire, 2004 ; Kaufmann, 2004). Encore, s'agit-il peut-être d'un ethnocentrisme spécifique qui nous fait penser davantage aujourd'hui l'individu « en propre » détaché de ses nombreuses affiliations :

« Nous les Blancs qui descendons des singes, ne sommes pas moins affiliés que ceux qui descendent des héros, totems ou des clans. Le football, le rock, la drogue, l'élection, le salariat, l'école affilient peut-être aussi sûrement que les ancêtres, la race, la terre les morts. Ou du moins, la construction et la transformation des cultures, sont des phénomènes trop complexes pour qu'on les réduise à la substance d'une identité définitive que l'on retrouverait en retournant chez soi. Le culturalisme s'est effondré il y a bien longtemps avec l'exotisme qui le portait  
(Latour, 1996, 87).

---

<sup>21</sup> « L'enstase » référant davantage à l'accomplissement individuel (Maffesoli, 1990, 287). Elle nous paraît proche du processus d'individualisation symbolique que nous évoquons plus loin...

Même si les rituels valorisant et exerçant les EMC sont collectifs (regroupant une même classe d'âge par exemple), les considérer comme des moments importants d'une vie d'un (seul) homme est susceptible d'induire en erreur tout occidental davantage centré sur lui-même que les protagonistes des rituels concernés, suivant l'optique traditionnelle/culturaliste.

D'autre part, cette manière d'appréhender les expériences sensori-motrices au cours des rites initiatiques est susceptible de minorer, voire d'éluder, toutes les formes moins actives, celles qui prennent dans leur phase première notamment la forme d'un « endormissement », d'une léthargie, d'une somnolence (Tart, 1969). Or, l'utilisation de la résistance à la fatigue et au sommeil constitue des vecteurs puissants d'entrée en EMC, ils sont présents largement dans les pratiques analysées ici : les méthodes de relaxation.

Plus précisément, ce sont les modalités d'entrée « douce », « sous active » en quelque sorte comme nous pourrions l'indiquer maintenant, en EMC que nous avons plus particulièrement étudiées dans le cadre des méthodes d'eutonie, puis de relaxations. Ces formes « tranquilles » d'entrée en EMC semblent être davantage passées sous silence notamment en raison du succès historique de l'étude de l'hystérie et de la controverse entre Bernheim et Charcot au tournant des XIX et XX<sup>èmes</sup> siècles concernant l'hypnotisme, puis l'hypnose (Héas, 1996, 46 et s.).

### *1) Le poids de l'histoire des pratiques médicales...*

Il apparaît nécessaire de souligner « les directions » de l'histoire des pratiques corporelles et plus largement des pratiques de contrôles des corps et des esprits depuis quelques décennies. Il ne s'agit pas de faire œuvre d'historien. Des ouvrages précisent en profondeur ce que nous allons seulement évoquer ici (Vigarello, 2005, 2004 ; Rauch, 1995 ; Gleyse, 1997). Il s'agit de préciser sur quelques points, nos manières de sociologiser l'approche de « nos » terrains ou « notre » approche des terrains.

Le mot « hypnotisme » apparaît en 1843 sous la plume de J. Braid qui l'applique à une série d'expériences où il parvient à plonger des patients dans le sommeil sans

---

<sup>22</sup> L'approche ethnosociologique développée par l'auteur depuis contrebalance cette remarque sur ses écrits de l'époque (Lapassade, 1991).

recourir à des passes, et seulement en leur demandant de fixer du regard un objet brillant (Héas, 1996). A cet égard, pour l'inventeur du mot, l'interrelation entre les deux protagonistes n'a aucun effet, il n'y a selon lui qu'une action *intra-psychique*. Un médecin de campagne, A.A. Liebault, à partir des travaux de Braid, soutient, en 1866, que le facteur hypnotisant est, en fait, la suggestion verbale qui induit « un " sommeil partiel " dans lequel le sujet reste en rapport avec l'opérateur » (Chertok, 1989, 19). Le monde médical fait fi de ces travaux jusqu'en 1882 où un professeur réputé de la Faculté de Médecine de Nancy, Bernheim, assiste aux expériences de Liebault, et est conquis. La réalité physiopsychologique est bien entrevue : « toute cellule cérébrale, actionnée par une idée, réagit sur les fibres nerveuses qui en émanent et transmettent cette action aux organes qui doivent la réaliser... C'est ce que j'ai appelé *loi de l'idéo-dynamisme* » (Chertok, 1989, 19). Mais à l'époque, cette réalité – qu'il est possible d'aborder sous l'angle de l'efficacité symbolique, cf. *infra* –, n'est pas saisie comme ce qui se passe effectivement entre un thérapeute et son malade. L'hypnotisme cède la place à l'hypnose, notamment à partir des expériences à la Salpêtrière de Charcot : usant de son statut de mandarin médical, il rend respectable cette relation spécifique qu'est l'hypnose en la présentant comme un fait somatique préservé des effets de l'imagination.

Jusqu'à la mort de Charcot en 1893, cette pratique bénéficie d'une popularité incontestable : elle vit son Age d'Or, alors même qu'elle n'a pas reçu d'explication scientifique satisfaisante... L'hypnose ou plutôt le **magnétisme** en général devient une véritable **culture**, basée sur une division du travail qui reflète la structure sociale européenne largement dissymétrique de l'époque : d'un côté, les agents actifs, les hommes, de l'autre les « sujets » passifs, les femmes (Carroy, 1992, 39). Une phrase de Flaubert révèle l'asymétrie entre hommes et femmes : « l'hypnose est un joli sujet de conversation pour... faire des femmes ». Les formes d'hypnose au tournant des XIX et XX<sup>èmes</sup> siècles sont toujours plus autoritaires que les formes actuelles, sans doute en raison de cette domination sociale masculine... En outre, la femme du XIX<sup>ème</sup> siècle ne doit/peut pas exercer publiquement en tant que magnétiseuse, alors même qu'à cette époque, le magnétisme/hypnotisme est devenu une pratique maternelle, familiale, et amicale dans plusieurs strates de la société. La professionnalité féminine semble exclue, seule une pratique féminine domestique de cette « profession à transe » est tolérée... (Lapassade, 1987, 32). Soit, une pratique

corporelle « à l'intérieur » des murs pour reprendre une distinction classique en sociologie des sports (Davisse, Louveau, 1991). Les femmes sont là aussi largement cantonnées à des rôles traditionnels.

Par la suite, l'hypnose est passagèrement éclipsée en France. Sa réhabilitation s'amorce dans les années 1950, et surtout elle est à nouveau désignée plus ouvertement entre professionnels vers les années 1970. Pourtant, aujourd'hui encore, les relaxologues usant du terme « hypnose » avec leurs patients, *a fortiori* avec leurs " prescripteurs ", sont minoritaires comme nous avons pu le constater nous-mêmes. A propos de cet intervalle moderne d'éclipse partielle, certains auteurs soutiennent que l'hypnose a, en fait, pris d'autres visages et nous sommes tentés de les suivre sur ce point. Chertok présente le Training Autogène de Schultz comme de l'autohypnose qui occulte le rapport transférentiel mis en évidence par la Psychanalyse ; de la même façon, pour lui, la Sophrologie de Caycedo est de l'hypnose ne disant pas son nom (Chertok, 1989, 101). Les références à l'hypnose, explicites ou non, achoppent cependant toujours sur la question de sa nature : simple phénomène de suggestion/suggestibilité ou véritable état/dispositif de l'organisme... relayé par un savoir faire suggestif ?

En outre, selon Chertok, il n'est sans doute pas exagéré de considérer Puységur comme l'un des plus importants précurseurs des méthodes de relaxation au XIX<sup>ème</sup> siècle puisque son dégoût des manifestations convulsives, lui fait rechercher, et enfin, utiliser des *états induits beaucoup plus calmes* que ceux de Mesmer. Cette caractéristique « personnelle<sup>23</sup> » de Puységur met, ainsi, en évidence le « changement d'allure de la transe, induite pourtant selon les mêmes techniques - les passes, le baquet - (guidé en quelque sorte) par le *désir*<sup>24</sup> des magnétiseurs » (Lapassade, 1990, 20).

Pour dépasser, cette approche inutilement réduite, selon nous, au versant psychologique, une étude sur le modèle heuristique d'Elias concernant « le cas » Mozart serait à réaliser pour montrer en quoi Puységur est innovant ou davantage héritier d'une tradition culturelle, philosophique ou soignante de son époque, en quoi il prend des libertés par rapport aux contraintes de son temps ou bien souligne une pratique dont les traces historiques sont moindres. A cette condition, nous pourrions

---

<sup>23</sup> Avec tous les guillemets imaginables...

affirmer davantage encore cette discrétion des formes tranquilles des EMC en Occident jusqu'à nos jours...

*2) Quid du dualisme cartésien ? Quid du corps et de l'esprit non contrôlés dans les EMC...*

Cette manière d'aborder cette question transversale des tranches questionne largement le dualisme cartésien en le modulant quelque peu puisque la conscience et le corps agissent l'un sur l'autre alternativement. Parler aujourd'hui encore de dualisme corps/esprit relève d'une « esquive habituelle commode » (Heaulme, 1998). En reprenant la grille « complexe » de Morin, nous pourrions dire qu'il y a « récursion » entre les deux (Morin, 1977). L'agitation/altération du corps induisant une altération de la conscience de l'individu, si ce n'est, par voie de conséquence et en fonction des interactions au sein du groupe concerné, une modification des EMC et des manières de les vivre. Ou inversement, l'agitation/altération de la conscience (par la consommation de psychotropes par exemple) impliquant celle du corps... engagé culturellement, et jamais simple « réactif » à une substance chimique donnée.

Les interrelations fortes entre ces deux « catégories » analytiques de l'être humain bousculent sensiblement leur séparation cartésienne qui apparaît, alors, largement artificielle... Les EMC ont, donc, été analysés également sur des terrains proches : elles ne sont par conséquent pas l'apanage des terrains exotiques évoqués au début de ce chapitre. Deux ensembles d'études sont à noter pour articuler notre argumentaire et préciser un de nos ancrages théoriques tout au long de nos travaux de recherches. Le premier concerne davantage la consommation de produits permettant l'entrée en EMC. Il est utile de le rappeler car il a permis la valorisation d'un « regard sociologique », si ce n'est une théorie sociologique soulignant l'intérêt de focaliser l'attention des chercheurs sur des terrains marginaux, par conséquent avec une méthodologie adaptée à ces terrains réputés délicats, si ce n'est difficiles (Hughes, 1996). Le second ensemble d'études que nous venons d'indiquer réfère plus spécifiquement à nos terrains d'enquêtes et souligne l'intérêt de questionner à nouveau des problématiques analysées par d'autres approches scientifiques comme la médecine ou la psychologie...

---

<sup>24</sup> Souligné par nous.

D'une part, rappelons les analyses heuristiques des usages de drogues illicites ou non, associés parfois à de la musique. La seconde Ecole de Chicago, catégorisée depuis « d'interactionnisme symbolique » a brillé par ces tentatives d'analyse des apprentissages de ces phénomènes de transe (Becker, 1963). Nombre d'études aujourd'hui rassemblées sous cette étiquette théorique commode (Le Breton, 2004) ont permis de préciser à la fois des usages jusque là incompris et stigmatisés tout en soulignant leur caractère profondément culturel, par conséquent appris ; c'est-à-dire des comportements et des sensations parties prenantes de processus de socialisation entre pairs. Ces usages caractérisés de déviants répondent à des normes, eux aussi (Héas, 2005). Le désordre n'est pas au rendez-vous, bien au contraire : les situations sociales sont présentées dans toute leur complexité relationnelle et situationnelle. Selon l'heureuse expression de Le Breton, le « contexte de conscience » est précisé : il participe essentiellement à ces pratiques socialisantes et non pas uniquement d'une manière accessoire ou superfétatoire (Le Breton, 2004, 71). Cette légitimité de l'approche des EMC nous a beaucoup servi pour aborder les méthodes de relaxation et les pratiques qui peuvent paraître, de prime abord, étranges, ésotériques et pourtant efficaces selon les praticiens et leurs clients/patients.

Les contextes de la pratique de relaxation ont ainsi, spécifiquement, été l'objet d'analyse : décor du cabinet de relaxation, outils disponibles (lit, divan, fauteuil, etc.), utilisation de la musique ou non, etc. Pour comprendre l'interaction relaxative, la prise en compte de ces éléments appartenant à la situation spécifique entre le praticien et son client/patient, était indispensable. *In vivo et in situ*, nous avons tenté d'aborder le terrain des méthodes de relaxation avec ce souci constant d'analyse du caractère vivant et mouvant de la relation et de son contexte de réalisation. L'EMC est, ainsi, utilisé dans un contexte particulier dont les praticiens connaissent l'importance par expérience et en fonction de leur formation le plus souvent continuée.

La formation est continue, en effet, pour près de la moitié de nos enquêtés au milieu des années 1990, preuve que la compétence professionnelle de mise en transe est exigeante. Les projets plus ou moins clairs de formations ajustent un certain équilibre global entre les professionnels actuellement en formation, et ceux qui n'y sont plus. Dans le champ des pratiques corporelles, doublé de la culture psychologique générale de notre société, la demande et/ou les besoins de formation semblent, en

effet, infinis. Ces besoins paraissent être, en tous les cas, largement intégrés par les professionnels concernés ; ainsi une sage-femme libérale, professeure de yoga, souligne « en yoga, *je fais une formation permanente, tous les ans, je vais au moins à deux stages dans l'année, enfin, deux week-ends, ou un grand stage d'été (...)* Je me sens affiliée à une école, mais ça ne m'empêche pas d'aller voir ailleurs ce qu'il s'y fait si ça me paraît intéressant ».

La formation correspond à une demande de connaissance tout autant qu'à une demande de reconnaissance professionnelle. Cette double attitude semble plus marquée encore -- ce qui étonne peu -- lorsque le relaxologue ne possède pas de diplôme universitaire notamment paramédical ou psychologique... Cette formation quasi permanente pour continuer à gérer la rela(xa)tion complexifiée de beaucoup le paysage professionnel en construction. Les clients comme les praticiens sont pluriformés : les positions des uns envers les autres évoluent donc sans cesse. L'approche sensible aux contextes d'interaction et aux symboles qui les traversent a permis de mieux saisir cette complexité sociale et culturelle...

Aujourd'hui, les analyses qualitatives soulignant le caractère sensible et bouillonnant de la vie contemporaine au-delà de la rationalisation importante des comportements a pris un relais appuyé avec une autre sensibilité théorique (Maffesoli, 1979, 2004). Dans ce cadre, les *raves parties* apparaissent exemplaires de cette association entre mouvements saccadés des corps, usages des drogues et écoutes répétitives de musique. Ici, les EMC ne sont pas obligatoirement analysés en tant que tels mais comme éléments d'une sociabilité riche et mouvante, « dionysiaque ». Elles deviennent des apprentissages en même temps que des vecteurs de socialisation marginale. Nous arrivons, en ce qui concerne nos travaux à des résultats très proches de ces recherches bien qu'ils soient abordés d'un point de vue théorique plutôt différent<sup>25</sup>. D'autre part, de nombreuses analyses des états de conscience entre veille et sommeil ont été menées en ne prenant pas seulement appui sur la médecine et la physiologie ou la psychologie de ces « exercices » (Lapassade, 1987 ; Juvet, 1992 ; Magnin, 1992). Elles ont montré le caractère essentiel des EMC à la vie des êtres humains et dans l'équilibre d'une société. Or, nous pensons avoir montré que les

---

<sup>25</sup> Les analyses concernant la pratique de la spéléologie urbaine recourent davantage à cette sensibilité théorique (*expertise en cours*).

études à partir du XIX<sup>ème</sup> siècle, notamment sur les états de sommeil et de veille, ont échafaudé un ensemble de connaissances, en particulier, sur les états de trances passives qui possèdent morphologiquement beaucoup de ressemblances d'un côté avec nos observations lors des récollections intégristes, et surtout d'un autre côté lors de nos observations participantes des méthodes psychocorporelles. Ces études reprises, approfondies et surtout systématisées au XX<sup>ème</sup> constituaient, nous en faisons l'hypothèse, l'une des bases de la formalisation moderne des méthodes de relaxation actuelles.

Le repérage de la naissance moderne, en 1908 de deux méthodes celle de Jacobson (davantage physiologique) et celle de Schultz (davantage psychologique), agissait comme un acte officiel d'institutionnalisation faiblement questionné (Wintrebert, Jarreau, 1986 ; Wintrebert, 2003). La recension de la littérature sur les méthodes de relaxation permet de souligner qu'au-delà de cette première impression d'unité historique ou plus précisément de polarité historique (reprenant le découpage cartésien entre le corps et l'esprit, par conséquent les découpages devenus institués entre les disciplines académiques *ad hoc*, médecine d'un côté et psychologie de l'autre), une variation et même une distinction fondamentale s'opérait subrepticement. Selon les auteurs, en effet, soit cette naissance coïncide pour les deux méthodes ouvertement dénommées « méthodes de relaxation » à cette date de 1908, soit l'origine des méthodes de relaxations se perd dans la nuit des temps (par exemple : Lemaire, 1964, Durand De Bousigen, 1992). Dans le premier cas, les relaxations deviennent des méthodes modernes par excellence, proches de la physiologie en phase de *scientifisation* ou de la psychologie naissante aux débuts du XX<sup>ème</sup> siècle. Dans le second, elles paraissent intemporelles, et pour tout dire, universelles, associées aux rapports avec les mondes de l'au-delà notamment et les pratiques ascétiques qu'elles soient sotériologiques ou non.

Le même phénomène « d'options historiques » est à l'œuvre en ce qui concerne les sports modernes entre la rupture ou la continuité des pratiques modernes avec les pratiques anciennes (Bodin, Héas, 2002). Souligner la pérennité d'une pratique, ou son avènement, devient une option théorique classante. La similitude est frappante avec la thèse de Simonot qui souligne que les sports modernes se sont développés à la place du capitalisme particulièrement critiqué à la même époque. Tout se passe comme si l'institutionnalisation d'une « nouvelle » pratique permettait de camoufler

sous un masque une pratique ancienne fortement décriée (Simonot, 1988). Cette « transsubstantiation des pratiques corporelles » mérite des analyses croisées et confrontées...

Cette précision douteuse de la naissance ou ce flou de l'histoire des relaxations visaient tous les deux, à camoufler l'épisode stigmatisant de l'hypnose quelques années auparavant. Cet « oubli » caractéristique chez les vulgarisateurs et les prosélytes des relaxations d'hier et d'aujourd'hui fonctionnait et fonctionne toujours comme une mise à distance de « l'hypnose qui sent le souffre » (Chertok, 1989). Il élude de l'histoire médicale et psychocorporelle les expérimentations et expériences de la maladie mentale et/ou du phénomène inquiétant de l'hétérosuggestion, i.e. de la dépendance humaine au sein de toute relation, *a fortiori* au sein d'une relation thérapeutique (Cyrulnik, 2001 ; Chertok, 1992). La question de la dépendance inter humaine devient alors un angle d'approche qu'il nous a semblé intéressant d'approfondir à partir de l'étude des méthodes de relaxation avant de poursuivre à travers d'autres pratiques corporelles comme le football et le rugby féminins.

A partir de notre expression/jeu de mot : rela(xa)tion<sup>26</sup> nous avons souligné ce point déterminant, à savoir que les méthodes relaxatives sont d'abord des pratiques interactives et inter relationnelles, et doivent être comprises sous cet angle. Les relaxations sont, selon nous, en ce sens, les héritières à la fois de connaissances expérimentales scientifiques, mais également de connaissances profanes (usuelles, mais aussi parfois caractérisées de « magiques » ou spirituelles) qui possèdent un ancrage éminemment plus lointain que les praticiens actuels le laissent, le plus souvent, entendre (Héas, 1996, 2004). Le sens à donner à ces pratiques articule cet héritage plus ou moins consenti entre pratiques en cours de *scientifisation* et pratiques profanes, entre orthodoxie médicale et hétérodoxie, entre le sacré de la thérapeutique et le profane du soin dans sa version « populaire ».

Une même articulation problématique a été proposée, depuis, pour l'analyse des pratiques soignantes psychiatriques concernant les malades atteints du HIV (Patin, Héas, 2004). La réalité des relations sexuelles des patients est fantasmée et le plus souvent niée suivant les trajectoires des soignants et leur statut (infirmier ou psychiatre). La proximité quotidienne avec les patients laisse entrevoir des pratiques

---

<sup>26</sup> Entendues comme à la fois des relations et des relaxations

sexuelles tolérées dans des espaces temps, parfois définis en dehors de l'hôpital<sup>27</sup>. Soit, une opposition entre une démarche compréhensive des relations humaines de la part de la majorité des infirmiers qui préserve la pureté symbolique de l'espace classique des soins... lorsque la majorité des psychiatres, *a contrario*, nie la sexualité « accomplie » des patients. *A fortiori*, cette attitude médicale majoritaire nie les relations amoureuses possibles entre patients psychiatisés, voire entre soignants et patients ! Dans notre optique seulement évoquée ici cette attitude majoritaire médicale constitue aussi une manière de nier les EMC aux patients, de nier leur humanité, leur capacité à éprouver des émotions non rigoureusement contrôlées par les institutions de tutelle, ici, l'hôpital. Dans ce dernier le recours aux médicaments psychotropes occasionnant des EMC davantage contrôlées chimiquement est devenu massif. Ces usages hospitaliers se sont depuis quelques années largement externalisés puisque l'usage d'une pharmacopée modifiant la vigilance est désormais quasi normalisé en France notamment (Le Breton, 2005 ; Zarifian, 1988, 1994). Ces émotions *intra muros*<sup>28</sup>, vécues entre patients essentiellement sont, pourtant, contrôlées par le non dit, devenu règle professionnelle, des infirmiers. C'est encore une façon de nier, selon nous, aussi et surtout, leur possibilité de vivre des expériences en EMC susceptibles de les faire vivre autrement, en fait normalement, des relations affectives, si ce n'est des relations sentimentales, puisque les EMC sont parties intégrantes de toute vie humaine et sociale. Ces deux manières d'aborder et de gérer quotidiennement les relations humaines au sein de l'hôpital psychiatrique révèlent les options prises en faveur de la conscience claire et distincte ou au contraire en faveur de la conscience modifiée, si ce n'est de l'inconscience, par conséquent, également de la confrontation entre les volontés et les souhaits exprimés des uns (les patients) en face des volontés et des souhaits des autres (les soignants)... Notons que la parole des enquêté(e)s, dans cette analyse *supra* ou les autres que nous avons menées, n'est jamais prise pour argent comptant que ce soit lors des situations d'entretien, d'observation participante ou non, et plus encore dans les cas d'exégèse

---

<sup>27</sup> Ce que Goffman avait déjà indiqué (Goffman, 1975).

<sup>28</sup> Expression / jargon psychiatrique qui caractérise le travail infirmier, psychologique et médical à l'intérieur de l'enceinte de l'hôpital, *a contrario* des centres de soins satellites plus légères et davantage intégrées à la vie urbaine quotidienne en raison d'échanges constants entre patients et non patients.

de la littérature disponible (scientifiques et profanes). Les discours justificateurs des praticiens, notamment quant à leur pratique soignante, les critiques qu'ils apportent également à leur propre pratique passée, ou bien encore à celles de leurs collègues ou concurrents, sont de leurs ressorts et responsabilités. En cela, comme le suggère Latour ce n'est jamais nous qui imposons une position critique ou décalée à l'ensemble de « nos » populations *Outsiders*. « Cette position relativiste et critique, ce n'est pas nous qui l'imposons aux chercheurs que nous étudions, ce sont eux, au contraire, qui ont, à propos du moins de la petite partie qu'ils sont en train de chercher, une attitude relativiste et critique » (Latour, 1995, 60). Les enquêté(e)s ont leur mot à dire et ne se gênent pas en utilisant les périodes de terrain pour s'exprimer largement sur ce qui les dérange ou les arrange dans leur situation.

Pour autant, il ne faut pas perdre de vue un acquis essentiel de l'interactionnisme symbolique notamment. Chacun des discours et des pratiques observés et analysés relève d'une « mise en scène » de (leur) vie (professionnelle, ludique) quotidienne (Goffman, 1959, 1971). Le soutien théorique de l'interactionnisme a été puissant et se révèle tous les jours de plus en plus puissant pour contrer ces effets de discours des « zacteurs-eux-mêmes » pour reprendre l'expression ironique de Latour (Latour 2001, 48). Les contrôles institutionnels (de l'hôpital, du code déontologique, de la supervision relaxative, des lois encadrant le système de soins français, mais aussi le système sportif, etc.) ne sont pas suffisants pour comprendre finement les actions et interactions rencontrées que ce soit sur le terrain des soins relaxatifs, psychiatriques ou celui des soins sportifs...

Nos analyses des méthodes psychocorporelles sont apparues, dès lors, originales lorsqu'elles ont souligné l'ensemble de ces héritages tout en essayant de les entr'apercevoir dans les usages modernes. Pour préciser « notre » manière d'aborder les EMC qui constituaient une partie de nos réflexions sociologiques et anthropologiques, à partir de 1992 notamment, nous devons donc, en toute logique, et dans un premier temps, reprendre les analyses plus globales de la place du corps en Occident. Il s'avère indispensable, dans un second temps, de penser d'une manière plus approfondie, et sous l'angle de paradigmes sociologiques combinés, la question de l'esprit (le pendant occidental du corps), et donc de la conscience des individus, acteurs ou non de leur vie. La question des relations et interactions en

termes de domination, notamment entre les protagonistes des situations sociales, professionnelles et sportives, sera présentée spécifiquement au chapitre 2.

## **B) Corps et vertiges modernes**

Ce questionnement relaté d'une manière quelque peu égocentrique et rapide dans l'introduction n'est pas étranger à notre intérêt sociologique pour les états de « transports humains ». Précisons nos avancées.

Plus récemment, elles s'appuient sur l'étude du recours à la consommation de certaines substances (alcools, psychotropes et autres produits dopants), mais aussi, de la consommation au sens économique du terme d'activités ou de spectacles sportifs provoquant des pertes de conscience plus ou moins accentuées ou contrôlées (Bodin, Robène, Héas, 2005 ; Bodin, Robène, Héas, 2004 ; Héas, Bodin, 2003 ; Bodin, Héas, 2002, 77).

Une enquête circonscrite, par exemple, a tenté de préciser les motifs de participation au saut à l'élastique (*bungy*<sup>29</sup>) et à une autre variante vertigineuse, le *scable*<sup>30</sup>, sur le site du viaduc de la Souleuvre en Normandie (Ferrand, 2001). Les propos lors des entretiens et de l'observation active soulignent un quasi consensus : près de la moitié des pratiquants recherche « des sensations », « à prendre (leur) pied ». Pour autant, les *verbatim* enregistrés ne sont pas pléthores : les pratiquants semblent devoir chercher leurs mots, les hésitations sont nombreuses. Les rires et les cris de joie semblent suffire à exprimer ce qui vient d'être vécu. Le vertige et son expérience n'apparaissent pas facilement exprimables à autrui. Les sensations éprouvées priment sur les discours, les mimiques font parfois place aux mots.

L'aventure du saut dans le vide semble se résumer à « une rhétorique simple, pleine de superlatifs où l'on sait bien qu'il n'y a rien à dire, sinon qu'on l'a fait et que c'était magnifique, merveilleux, épuisant mais super » (Le Breton, 2000, 152). Le vertige devient un vecteur d'expériences, et plus largement de sens, que les mots sont largement impuissants à raconter. En reprenant le clivage cartésien, nous pourrions

---

<sup>29</sup> Saut à l'élastique dans le vide (la tête en bas) attaché par les pieds et la taille.

<sup>30</sup> Activité récente (1999) elle consiste à glisser dans le vide en étant attaché en position debout à la taille par devant et derrière.

nous demander si ce n'est pas là une revanche du corps sur le verbe et, par conséquent, sur l'esprit ? En fait, cette faible verbalisation résume, selon nous, les intrications perpétuelles entre corps et psyché, *a fortiori* lors de moments vertigineux où l'attention aux sensations personnelles est fortement valorisée, où également, le contexte de la pratique vertigineuse engage l'individu, parfois, dans un groupe formé pour l'occasion. Ne pas trouver l'expérience sensationnelle risque de faire perdre la face : les manifestations émotionnelles doivent, pour ainsi dire, alors prendre des formes reconnaissables par tous (cris de joie, de frayeur, etc.).

La médiatisation importante des sports de compétition notamment permet de constater ce renversement, et surtout cette intrication forte, voire concurrentielle, entre mots et sensations fortes. En effet, à la sortie du terrain de leurs exploits, les propos des sportifs – parfois, il est vrai, encore essoufflés – sont souvent hachés, lents, allusifs... au grand dam des journalistes, et par conséquent des (télé)spectateurs. Comment dire le vertige si ce n'est y participer soi-même ? Le partage des émotions et des sensations n'est pas si aisé. Il répond à des codes, mais surtout participe de l'action sportive dans son instant, parfois bref (tir au but, saut dans le vide). Dès lors, l'analyse scientifique accède aux EMC le plus souvent après coup, et non *in vivo et in situ*. Une thèse de psychologie STAPS en cours tente de dépasser ces difficultés en enregistrant l'EMC en course après avoir abordée d'une manière classique, donc insuffisante, les EMC *ex post* (El Ali, 2000<sup>31</sup> ; El Ali, *en cours*). Cette dernière étude tente d'appréhender ces EMC, notamment, lors de la « gestion » de la douleur de la part du marathonien dont les sensations kinesthésiques sont fortement modifiées par la durée de l'épreuve et l'hyper oxygénation induite. Les ancrages disciplinaire et théorique (la psychologie cognitive) sont différents même si une optique interactive des stratégies de *coping* est utilisée...

La sociologie interactionniste a souligné finement ces EMC le plus souvent davantage évanescents, fugitifs, difficiles à circonscrire autrement que dans la situation et le contexte de la pratique. Comme pour le langage ou les mouvements, les sensations kinesthésiques/« infra corporelles » (Le Breton, 1995) exigent un apprentissage, une transmission culturelle, souvent longs et informels. Leur expression ne peut aller de soi tant ces expériences participent d'un processus identitaire, parfois arc-bouté sur une logique de distinction sociale. Le vertige

participe d'une prise de repères ce qui, au-delà du paradoxe apparent, ne saurait être relaté « en toute conscience » dans l'instant et pendant ce processus non linéaire. En outre, ce dernier est susceptible d'élever, *in fine*, le participant : celui qui s'y adonne régulièrement accède, semble-t-il, à un panthéon moderne, l'héroïsme sportif (Duret, 1993). Ce dernier constitue l'objet d'une thèse dont nous assurons la codirection. Il s'avère d'autant plus difficile d'accès qu'il est construit par nombre d'acteurs dont les sportifs eux-mêmes, leurs cadres (entraîneurs, dirigeants, agents, etc.), les journalistes, mais aussi l'opinion publique (Bougeard, Héas, *en cours*). Ces différents groupes sociaux ne disposent cependant pas des mêmes moyens pour promouvoir leur panthéon sportif. Ils se réfèrent forcément à des valeurs ou des normes professionnelles, entre autres, qui participent de la construction de ces figures héroïques. Par exemple, maîtriser ses émotions, ses sensations de vertige peut être un acte valorisé ici et dévalorisé ailleurs selon l'implication que chaque groupe a dans le milieu sportif mais également en fonction de sa propre sous culture, voire de ses propres intérêts.

Aujourd'hui, dans le cas des méthodes psychocorporelles, les transes deviennent largement des marchandises (Héas, 1992). Ainsi, Castel indique, au moins, deux traits communs à ces thérapies : a) elles s'appuient sur une critique sociale (par exemple en clouant au pilori les contraintes absurdes de la vie moderne... incompatibles avec l'épanouissement personnel), puis b) elles assurent que tout individu possède un potentiel à développer, comme si les agents sociaux étaient sous-développés. Pour l'auteur, ces techniques/thérapies permettent, en fait, insidieusement une effraction de plus en plus grande de l'intimité (du " privé "), et elles offrent à qui les étudie un « composé étrange », quelque chose comme devenir libre en appliquant un programme (Castel, 1981). En effet, l'évolution vers cette « culture relationnelle », selon sa belle expression, participe d'une même idéologie, celle de nos sociétés modernes, qui ne vise en dernier ressort qu'à accroître la productivité, c'est-à-dire à remettre les agents sociaux sur le chemin du travail. Cette problématique constitue, d'ailleurs, le leitmotiv de la théorie critique radicale des sports (Vassort, 1999 ; Caillat, 1996 ; Brohm, 1993). Gentis souligne, quant à lui, le *mythe* de la *liberté acquise* via la relaxation, par exemple : « ces thérapies adaptent (...) le sujet à la société actuelle, à son idéologie (...) en lui laissant croire en plus

---

<sup>31</sup> Mémoire de maîtrise Education et motricité, dir. S. Héas.

qu'il se situe à contre-courant de cette société, ou à l'avant-garde. C'est vraiment très astucieux » (Gentis, 1980, 37).

En effet, tout se passe comme si les nouvelles thérapies fonctionnaient comme une véritable idéologie, voire un mythe, en se présentant, sous les apparences à la fois de la science et du bon sens, d'acquis faciles à constater et réitérer, si ce n'est de recettes pour mieux vivre au sein des sociétés modernes. Cette idéologie psychocorporelle et relationnelle s'appuie, et c'est une de ses grandes forces, sur une production livresque particulièrement florissante. Ces dernières années, l'édition de tels ouvrages semble même s'être largement banalisée puisque les grandes maisons d'éditions possèdent désormais, presque toute, un rayon *ad hoc* rassemblant méthodes psychocorporelles et/ou livres concernant le Développement Personnel (DP). La vogue concernant les techniques de DP prolonge, ainsi, plus qu'elle ne remplace cet essor au point d'être considéré, parfois, comme une « nouvelle pratique de pouvoir » (Brunel, 2004), voire un « nouvel esprit du capitalisme » (Boltansky, Chiapello, 1999). Le dualisme cartésien y est largement reproduit puisque la psyché devient un objet à « reprogrammer », finalement à rendre davantage opérationnel. Ce développement et la diffusion large du DP, ces dernières années, utilisent, en outre, largement des techniques de relaxations précisément analysées, combinant l'attention à la psyché et au corps (Héas, 2004, 11).

Dans ce contexte économique et social, les méthodes de relaxations permettent, illusoirement, de se rendre libre au sein d'un mouvement qui est apparu longtemps contre légitime, alors même que le système global prédisposait à l'émergence et à l'efficacité de ce mouvement alternatif. Selon cette dernière analyse systémique, la recherche corporelle d'un univers intérieur paradisiaque ou simplement différent de celui de la conscience ordinaire, constitue un... mythe en soi construit par des groupes aux intérêts bien compris. Ainsi, certains groupes de médecins et de paramédecins ont-ils participé à la promotion de ces méthodes psychocorporelles comme un tremplin professionnel efficace et même lucratif : le cas des masseurs kinésithérapeutes est à ce titre exemplaire (Bouchayer et *al.*, 1987 ; Héas, 1996). Lorsque la concurrence au sein d'un secteur (para)médical particulier devient forte, la valorisation d'un segment (une spécialisation nouvelle est alors créée) peut être utile pour permettre de maintenir l'activité économique, mais aussi le prestige social afférent. Les formations *es* relaxation fonctionnent largement comme des formations

continué à forte valeur ajoutée symbolique où les phénomènes de transe sont omniprésents. Les trances ne sont pas forcément et explicitement nommées. Ce mot d'usage en ethnologie n'est pas tout à fait banalisé. Les stages et les formations ou plus simplement les séances en cabinet proposent de l'harmonisation sensible, de l'attention corporelle, de la méditation transcendante, etc. Les appellations des spécialisations psychocorporelles sont pléthores au point de constituer des jargons aussi impénétrables que d'autres acquis de connaissances davantage légitimes comme les « inventions » médicamenteuses (Pignarre, 1997).

Sans être aujourd'hui entrées dans le langage commun, les trances semblent se banaliser. Le Breton souligne, à sa manière, la « fabrication du sens » permise par les moments de prise de risque entendus comme « brèves trances profanes » (Le Breton, 1995b, 61). Il indique que « les activités physiques à risque (...) contribuent à la banalisation de ces états de conscience qui relevaient jusqu'alors d'une ascèse » (*op. cit.*, 61). Le Breton cite alors Hulin, dans *La mystique sauvage* : « l'extase est ravalée au rang d'une marchandise. Elle se vend et s'achète à tous les carrefours » (*op. cit.*, 62). En appliquant cette analyse aux pratiques et recherches relaxatives, elles peuvent être considérées, alors, comme des consommations parmi d'autres. Pour autant, l'essor depuis quelques années en France, des philosophies orientales et asiatiques exige d'être toujours vigilant. Les emprunts sont largement en quelque sorte déculturelisés et reculturelisés : leur importation transforme souvent radicalement les pratiques et les conceptions sous-jacentes comme cela a été indiqué d'une manière approfondie pour le yoga (Ech Cherif-El-Kettani-Hajoui, 1985). Cette déculturelisation fonctionne pour les méthodes de relaxation aujourd'hui plus ou moins mâtinées de langages et de postures culturels non occidentaux : « asanas », « chakras », « wou », « khi », etc. (Héas, 1996).

Nous l'avons montré d'une manière adjacente à partir de l'analyse récente de la pratique du Viet Vo Dao (Héas, Bodin, Robène, Chavet, Aït Abdelmalek, 2005). Les différentes modalités de pratique par des Français enfants de Vietnamiens, ou des immigrés (en l'occurrence Vietnamiens) plus ou moins récents sur le sol national, complexifient de beaucoup le paysage des pratiquants, y compris dans le cadre d'une même localité (Rennes, 35). Les recours à l'exotisme corporel révèlent plusieurs significations pour les pratiquants, qu'ils soient experts ou davantage néophytes, voire, ils peuvent relever de différentes stratégies à forte valence identitaire. Par

exemple, la pratique de cet art martial vietnamien peut permettre à un immigré de longue date de préserver un ancrage culturel « exotique » favorisant l'attachement de ses clients/disciples à sa manière de transmettre son art. Cette même pratique peut aussi permettre à une Française d'origine vietnamienne qui n'a jamais pratiqué et ne connaissait pas du tout cette pratique de retrouver, au moins symboliquement, une relation privilégiée avec le pays d'origine de ses parents.

Le transfert d'une pratique martiale et/ou sportive dans une autre aire culturelle se réalise, par conséquent au prix de transformations importantes. Les circonstances *hic et nunc*, les trajectoires variées des individus complexifient de beaucoup ces processus de changement de sens de la pratique. Le « choix » de ces pratiques à un moment donné d'une vie articule potentiellement des variations individuelles saisissantes. De la même manière et plus globalement, l'expression « soyez zen » semble n'avoir aucun sens dans la pensée chinoise traditionnelle (Jullien, 2005). Quel sens peut-elle avoir ici en France dans la modernité pour des personnes qui ne connaissent pas directement cette culture et qui pensent pourtant se rapprocher d'une soi-disante culture zen à partir de pratiques proposées à Paris ou dans d'autres grandes villes occidentales ? Plus précisément, le lâcher prise zen face aux contraintes de la vie quotidienne, ici en Occident, ne peut être prescrit et obtempéré dans l'instant, encore moins ordonné, ni être à ce point rationalisé sans perdre ses caractéristiques essentielles, pour tout dire son sens culturel (Héas, 2004). C'est pourquoi, les injonctions à la détente, à la relaxation, à la sagesse, peuvent devenir contradictoires, inconciliables... culturellement parlant.

Dès lors, quels sens possèdent les EMC induits par ces pratiques ? Ces dernières peuvent-elles (doivent-elles) de ce fait être étudiées comme n'importe quelles autres consommations de biens ou de services ? En répondant par l'affirmative, cette conception semble dessiner l'évolution en cours de la marchandisation croissante des pratiques corporelles risquées ou non. La difficulté d'analyse provient essentiellement de leur relative rareté qui ne les fait pas souvent prendre en considération dans les statistiques globales...

1) *Trances : de l'état psychologique ou physique à l'expérience humaine*

La place de ces vertiges dans la réflexion sociologique et plus encore anthropologique s'est entrouverte progressivement à nous. Il nous paraît nécessaire d'élargir progressivement la notion même d'EMC en usage depuis plusieurs années. Les « États Modifiés de Conscience », auxquels nous ajoutons maintenant et dans un premier temps, « et de Corps » (EMCC) dans les relations humaines et sociales actuelles se sont avérés souvent essentiels à la vie des groupes étudiés.

Ailleurs, lors des cérémonies initiatiques ou d'autres célébrations festives, les phénomènes de transe ne s'expriment pas sous le couvert de modalités universelles : la tristesse, la gaieté, l'immobilité ou le mouvement peuvent caractériser suivant les groupes sociaux et les aires culturelles les rituels funéraires ou de circoncision, etc. L'accès à des mondes particuliers (celui des ancêtres par exemple) et, par conséquent, la réussite du rite engagé s'expriment *via* les EMCC. Les analyses réalisées dans notre aire culturelle apparaissent, quant à elles, délicates. La difficulté réside dans l'évitement et le contrôle du risque d'ethnocentrisme occidental dans ces analyses d'autres manières de vivre son corps, et plus largement son *être-au-monde*. Ce danger résulte essentiellement de l'héritage historique occidental arc-bouté sur le dualisme cartésien et l'hygiénisme ambiant (Le Breton, 1993<sup>32</sup> ; Vigarello, 1985). Notre société moderne est prompte à découper la réalité pour mieux l'analyser. Les protocoles scientifiques redoublent souvent inutilement cette manière occidentale de faire...

« Avoir » un corps est devenu presque une évidence en Occident. L'entretenir, à l'aide des sports ou d'autres activités corporelles, répond à une exigence normative forte (Travaillot, 1999 ; Bodin, Héas, 2002 ; Bodin et *al.*, 2004 ; Héas, 2005). Le garder propre, le prémunir contre les dangers de souillures repérées dans une logique biomédicale (microbienne et virale notamment) l'est tout autant pour la grande majorité des populations occidentales et dans les situations quotidiennes normales de vie. Seul(e)s les plus marginalisé(e)s - « résistent » ou bien sont mis(es) à l'écart ? - de par leur situation précaire, à la normalisation exigeante occidentale (Héas, Bodin, Robène, Jourdain, Le Bihan, *en cours*<sup>33</sup>). Après avoir été de nombreuses années dans

---

<sup>32</sup> Voir également : Le gouvernement du corps, *Communications*, n°56, Seuil, 1993.

<sup>33</sup> Article analysant les vécus de personnes, en l'occurrence exclusivement des hommes dans ces deux enquêtes locales, en grande difficulté ou considérées

la rue (l'appellation *Sans Domicile Fixe* uniformise et normalise quelque peu la variété des situations concrètes), être résident dans un centre qui vous apporte soins et travail ou une simple occupation devient une solution « faute de mieux<sup>34</sup> ». L'enfermement consenti peut se retourner contre le résident : ce phénomène a été montré d'une manière exemplaire par d'autres (Goffman, 1968 ; Sabouret, 1983). Ce décalage renforce sans doute l'exclusion des sphères conjugale, professionnelle et/ou ludique pour les, désormais, résidents en centre d'hébergement. Par contrecoup (ou bien par logique de stigmatisation, voire de prédiction créatrice ?), ces populations exclues s'adonnent fréquemment à des comportements inducteurs d'EMCC. L'alcoolisation par exemple participe d'une routine à la fois rassurante et anesthésiante : le passé, le présent et surtout l'avenir deviennent moins traumatisants, moins angoissants, moins transparents à la conscience de la personne concernée. Boire de l'alcool devient une activité à la fois incluante sur le moment lorsque les résidents « vont au café du coin », mais finalement excluante puisqu'il ne s'agit pas d'un vecteur d'intégration véritable, juste d'un passe-temps de/pour laissés pour compte... La même analyse est réalisée auprès des plus jeunes qui vivent ponctuellement ou non dans la rue (Le Bihan, 2003). L'EMCC procurée par l'usage permanent et régulier de produits (la « dope » sous ses diverses formes) constitue un voile sur la situation réellement vécue. Etre à l'extérieur n'apparaît plus aussi clairement comme une difficulté, *a fortiori* comme un échec. La rationalisation *a posteriori* est activée parfois : les personnes précaires se déclarant satisfaites de ce qui est présenté, alors, comme un choix de vie... malgré le froid, la saleté des lieux de passage, si ce n'est la saleté corporelle, et les violences parfois. Reste que dans les moments de lucidité, sporadiques, déclenchés, ou non, par l'enquête sociologique ou au gré d'une autre rencontre, des formules en raccourci deviennent particulièrement significatives : « il faut que j'arrête (de boire, snifer, etc.) pour m'en sortir ! », « j'm'en

---

comme telles : sans domicile fixe (SDF) et anciens SDF aujourd'hui résidents d'institution sociale (expertise en cours à *Nouvelles Pratiques Sociales*). L'une de ces enquêtes se prolonge aujourd'hui au niveau régional avec le soutien financier de la DRASS (Direction Régionale des Affaires Sanitaires et Sociales) de Bretagne dans le cadre de l'ARIS (Association de Recherches sur l'Individualisation Symbolique).

<sup>34</sup> La résidence « faute de mieux » était l'expression-titre du mémoire DUPITH Chargé de projets d'insertion professionnelle des travailleurs handicapés de V. Jourdain en 2004, Collège coopératif de Bretagne, direction S. Héas.

sortirai après l'arrêt de la dope ! ». A moins que ces formules à l'emporte-pièce ne constituent que des expressions visant à garder la face vis-à-vis d'une personne dont la conformité aux normes et statuts sociaux est supposée plus importante...

A *contrario*, de ces situations précaires, le corps occidental dominant, lui, est entretenu, soigné, sous le couvert de conceptions hygiénistes collectives largement véhiculées (Vigarello, 1985), mais aussi de pratiques professionnelles spécialisées et standardisées (Le Breton, 1993 ; Fassin, Memmi, 2004). La santéisation des sociétés modernes renforce cette objectivation collective et individuelle du corps (Druhle, 1996). Le soigner, l'entretenir, veiller lorsque l'on est parent à ce que nos enfants en fassent de même participent d'une logique de santé publique... fortement intériorisée notamment par les catégories les plus aisées. « Depuis le XVIIème siècle, la médecine de santé publique, prédictive et préventive ne cesse d'accroître son contrôle sanitaire et hygiéniste sur le gouvernement du vivant... (...) Ces objectivations, ces instrumentalisations, ces marchandisations du vivant produisent un reste<sup>35</sup> – le sujet - que notre culture tend selon la même logique positiviste à réduire à un homme comportemental<sup>36</sup> » (Gori, 2005, 12).

La veille sanitaire s'avère, en effet, omniprésente. Trop manger, *versus* trop peu manger, ou bien manger trop d'aliments sucrés par exemple devient culpabilisant (Hubert, 2004 ; Bacon<sup>37</sup>, 2002). L'indigestion constituant, également lorsqu'elle s'installe dans une routine, voire dans une obsession compulsive, une porte d'entrée en EMCC (Lapassade, 1990<sup>38</sup>). Pour la majorité normée, boire de l'alcool est devenu une gageure d'abord lorsque l'on s'apprête à conduire sur les routes, et par « anticipation » dans d'autres lieux privés comme les boîtes de nuit, mais aussi lors

---

<sup>35</sup> Cet argumentaire n'est pas sans rappeler un autre plus ancien : Le Breton, 1993.

<sup>36</sup> Les approches en terme d'analyse des stratégies de *coping* nous semblent, parfois, caractéristiques, et pour tout dire, caricaturales de cette démarche cognitivocomportementale de l'être humain (cf. *supra*).

<sup>37</sup> Cette ancienne étudiante de troisième cycle est devenue une professionnelle de cette santéisation des malades chroniques atteints de diabète par exemple en proposant des conseils pour la pratique sportive et corporelle par l'intermédiaire d'entretiens téléphoniques réguliers. La Direction régionale de la jeunesse et des Sports et des services médicaux coordonnant ce nouveau service intitulé eFORMip.

<sup>38</sup> Voir plus récemment la revue *Soins psychiatrie*, n°23, janvier/ février, 2004.

des repas entre amis, etc. Fumer semble suivre aujourd'hui cette même logique normative et insidieusement moralisatrice.

Cette pression normative interdit-elle dorénavant tout écart, tout excès dans les sociétés modernes ? N'a-t-elle pas quelque chose à nous dire concernant les transports humains, les situations où la conscience n'est plus aussi claire et distincte ? *Exit* les EMCC ? Car, ces expédients consommatoires mais aussi comportementaux, permettent rapidement d'entrer en EMCC (Bodin, Robène, Héas, 2004). Ils peuvent même devenir la norme d'un milieu, comme celui de l'élite sportive avec le dopage organisé, mais aussi les fêtes sportives mémorables. Les comportements addictifs et les produits utilisés sont, tous deux, des grands pourvoyeurs d'EMCC. Ils constituent le socle de certaines pratiques sportives compétitives. L'analyse de ces EMCC valorisées dans le sport doit dépasser la seule approche médicale ou psychologique.

## *2) L'addiction ou l'approche individualiste et biochimique de l'être humain.*

Dans le cadre psychobiomédical dominant, les addictions aux différents produits semblent les plus évidentes : alcoolisme, tabagisme, dépendances aux produits pharmaceutiques en général, et dopants en particulier, autres drogues induisant<sup>39</sup> des dépendances, etc. Ce sont les addictions dites « directement psychotropes ». Elles sont devenues des évidences socioculturelles au point que « nous sommes conditionnés à guérir sous médicaments » (Lemoine, 1996, 27). Ces addictions sont, parfois, considérées comme les formes les plus avancées du mythe moderne de liberté : « les drogues poussent à bout l'idéal individualiste de liberté sans limite » (Ehrenberg, 1991b, 15). Cette réflexion pour qui « la drogue radicalise le primat de la liberté individuelle » est intéressante car elle prolonge une autre réflexion du même auteur concernant le culte de la performance utilisée, largement, dans le milieu de la sociologie des sports. Les liens entre ces deux analyses réalisées par le même auteur ne sont pas courants dans le domaine des pratiques corporelles à notre connaissance. Tout ce passe comme si ce culte moderne de la performance était à l'origine de ces

---

<sup>39</sup> Des débats existent concernant certaines substances généralement considérées comme telles, par exemple, la nicotine. Ce que des analyses tentent de combattre vigoureusement (Frenk, Dar, 2005).

comportements addictifs qui deviennent, par conséquent, « socio-logiques » (Latour, 1995, 387 ; cf. *infra*).

Les analyses développées dans les sports ont concerné remarquablement les trajectoires de vies des sportifs reconnus, les « grands singuliers » (Heinich, 2004). Les fins de carrière des sportifs et sportives de haut niveau ont été, à ce titre, l'objet d'attentions scientifiques (Chamalidis, 2000, 139 ; Messner, 1992, 111). Cette sortie de la lumière des projecteurs (*out of the Limelight*) peut entraîner dans certains cas qui restent à analyser plus finement la fin d'une sociabilité sportive. Les reconversions de ces sportif(ve)s demeurent largement sous analysées en France en tous les cas<sup>40</sup>. Le statut public de ces sportif(ve)s parfois adulé(e)s apparaît pour ce qu'il est largement un simple vernis : les supporters se détournent progressivement, les fans clubs se désagrègent. Alors, les anciens champions peuvent se « laisser aller » à l'inactivité chronique combinée à de multiples autres addictions (Leonard II, 1998).

Cette manière d'appréhender l'utilisation de produits dopants ou non est limitée. D'une part, elle amalgame des consommations dont les effets de dépendances ne sont pas équivalents, voire parfois ne sont pas connus (Fost, 1990). D'autre part, cette approche des addictions apparaît fortement réductrice. L'approche en terme d'addiction souligne le caractère aliénant et dépossédant du produit et paradoxalement, comme nous venons de l'indiquer, elle soutient le mythe sous-jacent d'une liberté totale. A la dépendance physiologique se superpose une indépendance souhaitée avec des sensations de perte de contrôles relativement contrôlées par l'individu qui s'injecte ou bien absorbe ces substances. Par contre, cette analyse sous estime les aspects collectifs... sauf à considérer uniquement les conséquences en terme de sociabilité. Or, avaler des pilules ou s'injecter un produit n'est pas un acte purement individuel, ni même essentiellement individuel. Là encore, les acquis de la sociologie dite de la déviance sont méconnus (Becker, 1985<sup>41</sup>). Les addictions constituent des pratiques culturelles à part entière, l'oublier revient à négliger les multiples facettes de la question.

---

<sup>40</sup> Des données sur cette reconversion ont été collectées ces dernières années, elles sont en cours d'analyse au sein de notre groupe de recherche en sociologie des sports (dir. D. Bodin).

<sup>41</sup> Le cinéma offre parfois la richesse des contextes conduisant à l'addiction mortifère. Un film relate le parcours d'un grand joueur de *basket ball*

La sortie des projecteurs de la gloire sportive est, en effet, un passage particulièrement délicat pour bon nombre de pratiquant(e)s qui recourent alors, soit comme substitution soit dans le prolongement des activités passées, à des produits qui semblent leur permettre de retrouver les plaisirs, et plus largement les sensations que le sport et ses à-côtés leur procuraient jusqu'à maintenant. Il est utile de préciser ce point en toute logique. Toutefois, en le considérant comme la sortie d'une activité professionnelle ou non, fortement accaparante, le sport peut sans conteste être considéré comme une activité travaillée usuelle. Les départs en retraite des autres actifs sont également l'objet de ce processus de deuil individuel et social : l'emploi du temps se dégarnit brutalement, les relations quotidiennes demandent une réorganisation pour devenir, à leur tour, dynamiques et substitutives.

C'est pourquoi nous voudrions, souligner d'autres formes d'addictions moins flagrantes et pourtant tout autant importantes. En effet, les produits ne sont pas les seuls moyens d'améliorer son rapport au monde, donc ses performances dans le cadre des sports, plus largement d'entrer en état modifié de conscience et de corps. Ainsi, les habitudes quasi obsessionnelles quotidiennes liées à la dépense énergétique ou bien à l'hyper ventilation respiratoire, sont manifestement à prendre en compte. Ce sont les « addictions comportementales et les consommations de substances non psychoactives qui agissent indirectement par la stimulation de la libération de drogues endogènes »<sup>42</sup>.

### *3) L'addiction sportive entre hyper civilité et « a-civilité »*

L'inflexion même de la notion d'addiction est notable ces dernières années : « le produit est relativisé au profit du comportement compulsif et de la recherche de sensations. Tout peut devenir objet d'addiction... » (Ehrenberg, 1999, 141). « Addiction sexuelle, addiction aux jeux vidéo, tabagisme, achat compulsif, addiction à l'amour, cocaïnomanie... il n'est pas une composante de la vie moderne qui ne soit susceptible, aux yeux de la psychiatrie, de donner lieu à une conduite

---

américain (Earl Manigault) en proie à l'addiction comme moyen de suppléer à la fois des carences affectives notables, une reconnaissance sportive qui tarde et un racisme environnant maintenant sous domination les populations issues des ghettos noirs américains (*L'étoile du Bronx*, 2002 de E. La Salle).

<sup>42</sup> <http://hedomania.free.fr/glossaire/addiction.htm>. Consulté le 13/12/02.

addictive<sup>43</sup> (...) la notion d'addiction sans drogue contribue à rappeler qu'en matière de troubles psychiques, le sentiment subjectif d'aliénation est aussi important que les modifications objectives des mécanismes biologiques » (Mayet, 2005, 5). Par exemple, l'hyperactivité physique et mentale, une fois interrompue ou largement diminuée, laisse les sportifs dans une situation de vide biopsychosocial, parfois difficile à gérer. Ces addictions indirectes convoquent la question anthropologique fondamentale du contrôle de soi et des autres, du gouvernement de soi, par conséquent des autres (et *vice versa*) (Foucault, 1984 ; Haroche, 1993 ; Héas, 2004). Cette question est en lien direct avec celles des interactions entre les individus et les groupes, des phénomènes de prestige reconnus ou non comme vecteurs des relations sociales. La théorie largement retenue aujourd'hui soutient que l'exigence sociale de contrôle de soi (par conséquent de prestige grandi) est d'autant plus importante que les relations sociales sont interdépendantes et adoucies par l'autorité légitime d'institutions spécialisées dans toute forme de contrôles (Elias, 1973, 1994). Dans ce cadre, les addictions psychotropes et comportementales peuvent être considérées soit comme des usages hyper corrects sportivement parlant : le sportif tente de garder le contrôle de ses actes et de ses sensations kinesthésiques... tels que son groupe d'appartenance lui conseille de le faire. Soit comme des usages « *controlling-decontrolling* », le sportif joue le jeu de l'espace sportif, comme espace extraordinaire, doté parfois d'une extra territorialité juridique, où les comportements peuvent être moins contrôlés que dans le reste de la société. Les discours des sportifs eux-mêmes soulignent tour à tour les deux facettes de leur vie active : les exubérances corporelles ou langagières sont présentées comme des pratiques groupales valorisées et entraînantes, quasi obligatoires, mais tout autant comme des expressions outrancières visant à marquer les prouesses physiques réalisées, voire tentant de souligner une existence sportive faiblement reconnue comme ce peut être le cas pour les sportives dans certaines pratiques masculines dominantes (Héas, et *al.*, 2004).

Suivant l'angle d'approche, davantage à l'intérieur du groupe sportif ou bien à l'extérieur, une même pratique est caractérisée à l'aune d'un continuum dont les deux pôles sont l'adaptation (si ce n'est le conformisme) et la déviance (avec ou non, volonté de la révolte). Cette ligne de conduite individuelle et sociale évolue, elle-

---

<sup>43</sup> Y compris la... réussite notamment scolaire (Bouteyre, 2004).

même, en fonction des périodes historiques et des lieux de pratique : avoir recours à tel produit ou tel outil est déconsidéré ici et « normal » ailleurs. La notion même de frontière entre des pratiques violentes *versus* respectueuses pour soi ou les autres est impropre : le comportement donné et parfois signalé émane d'une configuration socioculturelle particulière, par conséquent singulière et spécifique. La complexité de l'analyse exige une haute dose de relativité.

Par exemple, certains sports nécessitent, même à des niveaux de pratique modestes, des contrôles de soi exemplaires, qui, à la longue, peuvent induire des comportements particulièrement contraignants. « J'avais 12 ans. La maladie (troubles de conduites alimentaires) s'est manifestée graduellement. Je me suis mise à faire du sport et à prêter une attention particulière à mon alimentation (...) Par moment, la balance était mon Dieu » (Bourdeux, 2003, 19). Le contrôle alimentaire pour respecter les catégories de poids entre dans ce cadre d'analyse. Elle est si courante qu'elle peut concerner un tiers à deux tiers des pratiquant(e)s suivant les APS et les conduire, parfois, à des morts « subites » (Eitzen, 1999, 66).

En outre, désormais, l'accoutumance aux produits et aux comportements potentiellement addictifs est devenue une recette commerciale. Les industriels l'ont compris en ajoutant systématiquement des adjuvants renforçant la dépendance physiologique dans nombres de produits de consommation courante. Les campagnes de publicités, voire les messages véhiculés par certains biens culturels (comme les films cinématographiques proposant des modèles de conduite violente et extrême) agissant, eux, sur la dépendance psychologique et sociale. Par conséquent, les EMCC, ces EMCC, sont progressivement *illégitimés* tout en étant encouragés, voire érigés en modèles à suivre (la vitesse au volant par exemple alors même que les voitures produites possèdent toujours des puissances inutilisables sur les routes publiques). Ces incitations contradictoires sont susceptibles de devenir des injonctions paradoxales délétères, car, les modèles demeurent des attractions inaccessibles, magnifiés et mis en scène par les nouvelles technologies notamment. Les sensations comme les corps montrés sont des artefacts technologiques, des ersatz de vie : les suggestions publicitaires sont magnifiques et surtout magnifiées, autant dire irréalistes comme nous l'avons nous-mêmes récemment démontré sur un corpus large (N = 570) de publicités relevées dans les magazines français depuis 1995 (Héas et *al.*, 2005). Leur caractère suggestif, voire potentiellement inductif de

comportements déviants, apparaît de plus en plus. Leurs conséquences, les EMCC, semblent suivre le même chemin.

Cette dévalorisation sociale récente surmultipliée par une médiatisation mais aussi par une légalisation croissante, dissimule, en fait, une difficulté d'analyse qui provient de la culture occidentale, elle-même, distinguant corps et esprit, physiologie et psychologie, *a fortiori* physiologie et sociologie. C'est pourquoi, nous proposons d'élargir sensiblement cette première notion classique d'EMC (Lapassade, 1987), puis celle provisoire d'EMCC, à la notion, plus complète mais toujours insatisfaisante, d'Etats Modifiés d'Etre Humain. Le distinguo corps/esprit n'est plus heuristique, en tous les cas, il est battu en brèche par une multitude de groupes professionnels, y compris scientifiques ou ludiques : nombre de praticiens psychocorporels, illégitimes ou non, soulignent les interrelations continues entre ces deux notions par trop exclusives. Leurs analyses, voire leurs revendications ou actions, elles-mêmes, confortent les relations inextricables entre corps et esprit pour reprendre les mots usuels (Damasio, 1995 ; Damasio, 2003). Les émotions, par exemple, engagent tout à la fois corps et esprit (Le Breton, 1998). Continuer à les distinguer réduit considérablement la précision de l'analyse, *a fortiori*, la compréhension des ressorts de l'efficacité d'une thérapie « clivante ». Ici, se mêlent sans cesse à la fois les aspects biologiques, psychologiques, sociaux et culturels. L'un de ses aspects pris isolément, est insuffisant à rendre compte d'une seule réaction émotionnelle d'un individu donné. L'analyse d'un groupe sportif devient alors d'une simplicité caricaturale si le chercheur s'obstine à scinder « l'objet » et formater la question qu'il pose selon les logiques disciplinaires et académiques. Il serait dangereux pour un sociologue de nier ces débats théoriques et, en même temps, ces réalités du terrain et/ou des populations analysées...

Plus fondamentalement se pose la question du caractère adéquat ou non de l'appellation « état » accolé à un moment donné à l'être humain bien sûr, mais aussi à la société à travers lui. Mieux vaut sans doute utiliser le mot « **Expérience Modifiée d'Etre Humain** » (EMEH). Car, une manière fixiste d'aborder la réalité nous apparaît de plus en plus souvent inadéquate et réductrice comme nous l'avons déjà souligné en introduction. Des courants théoriques comme l'interactionnisme symbolique (Le Breton, 2004) ou la « *figurational theory* » (Elias, 1981, 1990) ont,

depuis longtemps, souligné l'obsolescence des appellations « individu » ou « société »

La substantialisation, soit la tendance à considérer comme substance une idée émise à un moment donné, ou la « réification » (Chapoulie, 1996, 49) des concepts scientifiques utilisés guette toujours le chercheur. Qui a jamais rencontré une « société » (Elias, 1981, 8 ; Latour, 1995, 331), une « représentation sociale », une « profession » (Latour, 1995, 74, 365) ? Même si cela demande un effort de compréhension supplémentaire, la même interrogation est possible en ce qui concerne l'entité « individu ». La réalité matérielle d'un être humain et notamment son enveloppe épidermique et sa collection d'organes suffit à nous rassurer quant à sa finitude supposée, et finalement aisément constatable. Et pourtant, de nombreuses connaissances transdisciplinaires ont montré que l'individu n'est peut-être pas « l'atome » principal, en tous les cas, pas le seul niveau de référence pour le comprendre et expliquer ses comportements « propres » (Cyrulnik, 2001 ; Sonigo, 2003 ; Le Breton, 2004). Les liens multiples avec les Autres, la Nature, les autres animaux participent de nos comportements et de nos pensées à chaque instant de notre vie. Soustraire chacun d'eux, conduit à réduire drastiquement la réalité humaine observée. Le positivisme scientifique triomphant du XX<sup>ème</sup> siècle nous a exhorté à établir cette réduction forcée. Au sein d'une démarche en Sciences Humaines et Sociales, ces réductions apparaissent de plus en plus comme des biais insurmontables qui décrédibilisent les découvertes réalisées sur cette base... réduite. D'autres auteurs réalisent le même constat et la même insuffisance d'une approche substantialiste et fixiste à propos du concept d'identité par exemple (Kaufmann, 2004). Le langage fixe malgré lui les réalités qu'il est censé analyser et rapporter. Elias n'a cessé de le réaffirmer : « mais nos moyens linguistiques et nos modes de pensée sont en grande partie ainsi fait que tout, en dehors de l'individu, semble avoir le caractère « d'objet » et de surcroît d'objets immobiles (...) ce caractère réifiant des moyens linguistiques traditionnels et donc des opérations mentales – qui se rapportent à des groupes d'hommes interdépendants auxquels on appartient soi-même -, se manifeste aussi dans le concept de « société » et de la manière dont on y réfléchit » (Elias, 1981, 8). Latour parle, lui, « d'obtenues » pour tenter de nous

prémunir contre la tentation d'adhérer<sup>44</sup> au caractère « donné » d'une population d'enquête (Latour, 2001, 49). En tant qu'enseignant, souvent, nous avons coutume d'aborder avec les étudiants néophytes en sociologie une interrogation sur le suffixe « ion » accolé très souvent par les sociologues à leurs notions et concepts usuels (*civilisation*, *industrialisation*, *démocratisation*, *intégration*, *euphémisation*, etc.). Le suffixe implique de penser d'une manière moins figée. Il reste que l'analyse, sociologique et plus largement en sciences humaines et sociales des processus demeure un travail d'interrogation permanente sur les mots, mais aussi sur les méthodes utilisées (Hughes, 1996). Le corps, pour en revenir plus directement à lui, ou bien la conscience, ne se donne pas à voir directement sous les yeux ébahis du chercheur. Utiliser des termes comme « corporéisme », « incorporation », ou « conscientisation » permettent dans un premier temps d'appréhender leur caractère processuel. Mais il faut aller plus loin et nous "désenkyster"<sup>45</sup> de ces repères cartésiens obsolètes que sont le « corps » et « l'esprit ». De la même manière, la seule perspicacité du chercheur ni même son habileté sur le terrain ne suffisent. Tout un contexte, mais aussi tout un protocole donne à « voir » une population désignée, circonscrite, et finalement construite de part en part. L'oublier serait une véritable faute professionnelle pour le sociologue.

Nous sommes aujourd'hui tentés sur ce point de suivre les réflexions d'Elias pour qui « individu » et « société » sont des catégories qui empêchent de comprendre le monde social au moins autant qu'elles permettent de mieux l'appréhender (Elias, 1993, 48). Ou bien de suivre Balandier pour qui le concept de « système » opère la même fixation si l'analyse ne lui adjoint pas *ipso facto* la notion de « dynamique » (Balandier, 1986, 7). Nous évoquerons alors la question fondamentale de la stabilité *versus* de l'instabilité comme élément nodal d'une société donnée. Nos terrains circonscrits nous ont longtemps freinés dans une telle tentative d'appréhension sociologique plus large. Dans cet exercice spécifique de la HDR nous hésiterons moins à nous lancer dans une analyse que nous pourrions appeler « macrologique ».

---

<sup>44</sup> Utiliser le mot « croire » ici, comme Latour le fait parfois, n'évite pas ce piège nous semble-t-il.

<sup>45</sup> Cette expression à la référence médicale explicite semble correspondre au travail à réaliser pour radicalement arriver à penser sociologiquement en terme de processus et d'interrelations plutôt que de position par exemple...

### **C) Les usages (corporels) font-ils autre chose que d'évoluer... par paire ? Le couple risque-sécurité**

L'activité est-elle un indicateur du changement ou bien celle de « l'état » d'un individu, d'un groupe, etc. ? Qu'est-ce qui change : notre manière d'aborder la réalité ou la réalité elle-même ? Plus fondamentalement comme nous l'évoquons en introduction, le constat (scientifique notamment) à un moment donné n'est-il rien d'autre que l'équilibre plus ou moins stable des forces et des oppositions plurielles ?

Nous mettons dans ce volet les analyses de la respiration (hyperoxygénation du coureur *versus* hypo-respiration<sup>46</sup> du relaxé, etc.), de la sur activation corporelle ou sexuelle dans le quotidien des sociétés modernes, ou dans certaines situations particulières (troisièmes mi-temps par exemple et plus largement dans le cadre des fêtes sportives). La nouveauté d'un phénomène, d'une tendance, etc. et, surtout son appréhension en terme unilatéral nous apparaissent de plus en plus comme un leurre, voire comme un défaut d'analyse, notamment sociohistorique. Différentes conclusions nous ont conduit à reconsidérer ce qui pouvait au prime abord paraître « nouveau », « unique ». Difficile de ne pas évoquer ici ce que certains auteurs ont cru déceler dans les tendances traversant les sociétés modernes. Nous ne pourrions engager réellement, ici, une étude quant à savoir si la performance est une caractéristique moderne (Héas, 2005). Reste que nos terrains nous permettent de relativiser la prégnance même de ce mouvement considéré, parfois, comme spécifique d'une époque récente, et dominant toutes les autres « tendances ». Ou alors, nos analyses tendent à souligner le caractère davantage pluriel et ambivalent des valeurs dominant une époque, chaque époque.

Le « culte de la performance » des années 1980-1990 serait, ainsi, une nouveauté, ou tout du moins une caractéristique majeure des deux décennies passées. Il participerait, plus particulièrement, à la sur activation des activités humaines, par conséquent des êtres humains au travail, dans les loisirs, et finalement dans tous les compartiments de la vie sociale et humaine (Ehrenberg, 1991a). La performance

---

<sup>46</sup> L'incurie respiratoire (minoritaire) ou au contraire l'hyper valorisation d'une respiration contrôlée et calme ont été analysées en détail dans Héas, 1996. Une recherche en cours tente de confronter ces résultats princeps dans le cadre des courses de demi-fond et de fond au niveau de l'élite internationale... à partir du statut de « lièvres ».

est/serait devenue selon cet auteur une valeur de référence, si ce n'est une véritable norme de conduite : au travail, à la maison, avec les autres, envers soi, etc. Tendre vers l'accomplissement d'objectif(s) devient essentiel. La rationalisation des comportements humains devient l'étalon de tous les comportements quotidiens après avoir été plus particulièrement appliquée au monde du travail durant tout le XX<sup>ème</sup> siècle au moins.

Cette valeur semble dominer cette période récente en France où la situation économique, mais aussi politique, devient plus incertaine. Des données contemporaines concernant la Grande Bretagne soulignent une même tendance (Katz-Gerro, Sullivan, 2004). Du début des années 1960 à la fin des années 1980, « ne rien faire » est un item qui augmente brutalement : de 59 à 87%. Lors de l'enquête de 1997, l'inactivité déclarée par les hommes lors de leur temps libre concerne moins de 30% ! L'inactivité semble ne plus pouvoir être déclarée au cours des années 1990...

Il faut noter dès cet instant le caractère paradoxal et limité de ce culte puisqu'il ne concerne qu'une frange de la société. En effet, ce phénomène « s'active » au moment de la persistance accrue d'une inactivité économique pour certaines catégories de la population. Au même moment, l'activité devenait reine avec le développement exponentiel (quoique fragile économiquement parlant) du secteur des NTIC durant les années 1990 et ses inductions à l'activité ininterrompue. L'essor de l'Internet à la fin de la dernière décennie écoulée comme moyen de communication continu et large caractérise cette exigence d'activité relationnelle quasi permanente notamment. Le virtuel semble, alors, sauver le réel. Depuis, après l'éclatement de la bulle de la Net économie (selon l'expression journalistique consacrée), des analyses ont souligné les coûts humains individuels et collectifs importants de ces incitations à l'activité de plus en plus continue et performante. Elles ont montré, également, la gageure de penser à un progrès transposable, *ipso facto*, d'un secteur à d'autres. La « fatigue d'être soi » a prolongé logiquement cette course effrénée à la performance (Ehrenberg, 1998). L'individualisme ambiant véhicule et renforce indubitablement selon ces analyses les effets pervers de ces normalisations comportementales qui s'inscrivent, il ne faut pas l'oublier, dans des évolutions séculaires alliant démocratisation et marchandisation du monde, « instrumentalisation » et « manufacturisation du corps » (Gleyse, 1997, 128).

Pour autant, ces normalisations louant la performance continue ne sont pas entières, complètes, ni intégrales. Des résistances importantes effleurent, se mobilisent ici ou là, des inégalités importantes subsistent minorant d'autant le credo de la performance (Bui et *al.*, 2004 ; Maier, 2004 ; Viard, 2002). La résistance (la liberté acquise/entreprise par certains groupes sociaux, certains individus) face à ces contraintes et autres injonctions prend des formes parfois complexes, voire surprenantes : changement de profession, de lieu d'habitat, reconversion spectaculaire, etc. Un exemple sans doute archétypique concerne un anthropologue internationalement reconnu (N. Barley), aujourd'hui conservateur au *British Muséum* de Londres après avoir réalisé une brillante carrière de... yuppie.

*1) Risque et non risque, activité, inactivité : l'ambivalence des axiologies modernes.*

Au regard de la profession de relaxologue, et plus largement des pratiques psychocorporelles, nos analyses apparaissent, dès lors, davantage critiques (ou moins apologétiques, nous semble-t-il !). L'existence même de ces pratiques professionnalisées, ou non, semble confirmer le « *besoin social* de relaxation » et plus largement de détente (Descamps, 1992, 21). Le XX<sup>ème</sup> siècle semble avoir institué progressivement ce besoin social comme plus petit commun dénominateur de toute relation de chacun avec son corps. « Haro sur les tensions ! » est devenu un credo omniprésent au point d'infiltrer des domaines aussi variés que l'éducation, le sport qu'il soit de haut niveau ou ludique, les formations continues professionnelles, etc. (Héas, 2004).

C'est pourquoi, l'évolution des sociétés modernes valorisant la compétition interindividuelle et collective (les sports compétitifs et leur récente légitimité sociale devant constituer une confirmation de cette tendance, et finalement de cette thèse) nous semble partielle si elle n'intègre pas *au minimum*, le caractère, somme toute, logique du développement d'un « antidote », plus précisément d'un vaste mouvement de fond anthropologique, annihilant ses effets délétères caractérisés (dépressions nerveuses et autres malaises civilisationnels). En même temps que la suractivité, la sous activité devient, elle aussi, une valeur sociale comme nous avons tenté de le montrer dès notre premier article publié : l'hyperactivité convole avec l'hypoactivité, le risque avec le « non risque » (Héas, 1995). Oublier les seconds

déséquilibre complètement l'édifice de compréhension sociologique et plus largement anthropologique. Le risque cohabite allègrement avec une valorisation du non risque... parfois au sein d'une même pratique comme en escalade ou en parachutisme. Le temps de la pratique sportive ou corporelle peut allier contraction et décontraction, par exemple, dans les courses de vitesse, mais aussi, de demi-fond en athlétisme comme nous l'avons indiqué *supra*. Cette alliance *in situ in vivo* caractérise même l'action corporelle efficace comme les moyens technologiques modernes (la loupe et les ralentis dans les retransmissions télévisées) permettent de le souligner fortement. Le paradoxe praxique saute alors aux yeux, si ce n'est l'ambivalence humaine et sociale !

C'est pourquoi, souligner la seule performance limite considérablement la compréhension du processus beaucoup plus ambivalent à l'œuvre durant ces années. Précisons ce point.

Nos avancées naviguent<sup>47</sup> à travers la connaissance sociologique et ethnologique de certaines pratiques excessives ou au contraire « incessives<sup>48</sup> ». Ce qui a été précisé d'une manière princeps dans l'étude de la Fraternité Sacerdotale St Pie X avec les périodes prolongées de prières et de silences imposés lors des recollections. Le silence de rigueur, puis adopté comme une seconde peau, redouble l'attention aux sensations internes, aux plus faibles bruissements et agitations extérieurs. L'immobilité maintenue permet d'accéder après une période d'inconfort, à un calme que nous pourrions qualifier de serein. Un engourdissement voluptueux semblait gagner tous les participants<sup>49</sup>, ralentissant les gestes au fur et à mesure du week-end. Ce sentiment étonnait surtout dans le cadre aussi contraint d'une abbaye inconnue, froide et sombre.

Par la suite, cette approche des représentations corporelles et plus précisément du vertige corporel s'est réalisée au sein de pratiques « hyper mesurées » qui apparaissent de prime abord davantage modernes comme les méthodes de relaxation. Ces différentes pratiques étudiées procurent, en effet, des transports/vertiges/EMEH

---

<sup>47</sup> Pour reprendre l'expression éliassienne : « le navire de la sociologie, aussi difficile soit-il à faire naviguer » (Elias, 1991, 162).

<sup>48</sup> Néologisme visant à expliciter le contraire de l'excès.

à partir de l'immobilité ou de mouvements lents plutôt que des mouvements rapides comme il est plus usuel de les rencontrer dans les APS reconnues<sup>50</sup>. Là encore, notre intérêt s'est tourné vers des usages moins visibles, moins conformes à l'image dominante véhiculée par les pratiques corporelles et sportives (cf. Avant-propos).

Cette attention sociologique n'était/n'est pas une navigation à vue, bien au contraire. Elle était guidée dès l'origine par une réflexion historique que nous avons trouvée particulièrement heuristique (Schmitt, 1990). Pour cet auteur, en effet, l'opposition entre la vitesse et la lenteur ou bien l'activité et l'inactivité pour utiliser des expressions modernes est significative du pouvoir (symbolise le pouvoir ?) des protagonistes d'une situation sociale donnée. Le roi peut et se doit d'adopter des gestes lents lorsque son vassal, son sujet, doit agir et le servir prestement.

Les analyses étymologique et historique conjointes permettent ce type d'approfondissement. Nous avons tenté d'adopter cette démarche pour le mot « relaxation » ou celui de « nerf ». Pour ne pas alourdir le propos, seul ce dernier travail sera présenté ici. Rappelons néanmoins l'intérêt d'un tel *distinguo* sur la base d'une analyse plus récente et adjacente, pour tout dire complémentaire, de nos propres analyses réalisées respectivement en 1996 pour le mot « relaxation » et 1999 pour le mot « nerf » (cf. *infra*).

Le sens des mots importe : il est construit à partir des racines étymologiques, des usages, de leurs changements et, parfois, des permanences signifiantes. Ainsi, « d'un côté le geste (*gestus*) est codifié et valorisé par la société médiévale, de l'autre la gesticulation (*gesticualtio*) est assimilée au désordre et au péché » (Le Goff, Truong, 2003, 162). A cette époque, le mouvement corporel hyperbolique est déjà révélateur et dynamiseur de préjugés sociaux importants comme le précisera admirablement « la Raison des gestes » au Moyen Age. L'homme doué de Raison, le sage et/donc surtout le Puissant se déplacent lentement, parlent distinctement et calmement. Aujourd'hui, cette « tectonique des relations sociales<sup>51</sup> » semble toujours d'actualité : le contrôle de soi semble aller de pair avec le contrôle de l'Autre, la

---

<sup>49</sup> Tout comme l'enquêteur en herbe que j'étais à l'époque...

<sup>50</sup> L'ouvrage en cours analysant les pratiques *Outsiders* en sport précise ce point à propos des arts martiaux traditionnels.

<sup>51</sup> Expression personnelle.

gesticulation avec la perte de contrôle, si ce n'est la perte de conscience (Fassin, Memmi, 2004)...

La gestion des « nerfs », soit la mise en place de moyens de contrôle d'une activité considérée comme excessive, est devenue en un siècle une véritable panacée : la mobilisation professionnelle de nouvelles catégories de praticiens (psychothérapeutes corporels, professeurs de yoga, relaxologues de toute obédience, gestionnaires du stress, spécialistes des traumatismes en tous genres, eutonistes, etc.) recouvre aujourd'hui une véritable dynamique sociale.

Hier proposée à l'avantage des seules catégories aisées en Europe, la gestion des nerfs semble s'être massifiée (Héas, Léziart, 1999 ; Haxaire, 2002 ; Bodin, Robène, Héas, 2004). Elle s'adresse désormais à tous, ou presque, dans les sociétés développées. Pour autant, des inégalités sont toujours largement présentes. En effet, le repos est devenu objet de lutte sociale, et la détente, un objet marchand. Les différences d'accès au temps libre soulignent les différences flagrantes suivant les professions, les statuts, l'âge, les lieux d'habitation, etc. (Huet, Saez, 2002). Le stress, lui, a été promu maladie du siècle ! Cette axiologie variée complexifie beaucoup le paysage moderne... présenté sous le seul angle de la performance, de la méritocratie, et même de l'adhocratie. Il ne s'agit pas seulement d'être le plus performant, mais aussi d'être endurant, doux, affable, *cool*, etc.

Que de changements en un siècle ? De prime abord, oui. En effet, au tournant des XIX<sup>ème</sup> et XX<sup>ème</sup> siècles, la situation apparaissait, et était, sensiblement différente. A cette époque, qui a vu la mise en œuvre et la diffusion des sports modernes, la gestion sociale, médicale et pédagogique des tensions nerveuses était tout autre. Notre analyse à partir de la position, par ailleurs conservatrice d'un point de vue politique, de Coubertin a permis de souligner ce qui était en jeu à cette époque (Héas, Léziart, 1999). Le rénovateur des Jeux Olympiques, au-delà de son traditionalisme et de son paternalisme, mais aussi de son sexisme, proposait des solutions qui pouvaient paraître, somme toute, novatrices. A l'ère des gymnastiques militaires et du sport aristocratique, Coubertin soulignait l'intérêt du repos, organisé certes, mais d'un repos tout de même, des « nerfs »... quelque chose comme un endormissement/calmement pour reprendre les expressions déployées au début de ce chapitre sur les EMEH.

« Savoir dételer » de ses activités quotidiennes était présenté comme un moyen de mieux vivre, nous dirions aujourd'hui de vivre moins stressé, de décompresser. Pour cela, Coubertin préconisait siestes et stations en chaise longue (et même dans une version naturiste !), soit des positions corporelles présentées aujourd'hui comme des solutions modernes et libératrices par les praticiens de relaxation rencontrés dans les années 1990, et plus récemment en 2004, soit près d'un siècle plus tard !

Sans faire l'éloge de la paresse, Coubertin, malgré (à cause de ? !) sa propre activité débordante<sup>52</sup>, soulignait les vertus du repos comme phase de récupération mentale plutôt que physique. Engoncé dans un héritage aristocratique, il endossait le rôle dévolu aux élites puisque, selon lui, seules les personnes avec des responsabilités importantes méritaient ce traitement des nerfs. Les plus pauvres souffrant essentiellement de fatigue physique, le repos des nerfs n'était pas approprié à leur situation. En outre, pour lui, les élites parmi lesquelles il se positionnait avaient un devoir (paternaliste) de rendre plus actifs et « mieux actifs » les Autres, les catégories moins aisées de la population française. Le sport compétitif et même combatif puisqu'il valorisait « l'effort jusqu'à la douleur », constituait cette solution sous forme de panacée (Coubertin, 1992 ; Héas, Léziart, 1999). Cette polarité sociale des solutions à préconiser apparaissait évidente à De Coubertin.

Aujourd'hui, la situation est manifestement plus complexe. Le modèle pyramidal coubertinien pour les sports (l'élite guide les masses, les masses suivent l'élite) n'est plus autant de mise aujourd'hui. La stratification socioprofessionnelle semble moins étanche (Weil, 1993, 1986 ; Lahire, 2004). Surtout, après la phase de développement des sports et des différentes méthodes de relaxation, les années 1960-1980 ont vu éclore des pratiques psychocorporelles dont les adeptes étaient largement issus des catégories moyennes de la société (Perrin, 1985 ; Bon et *al.*, 1989). Ces catégories « entre deux » devaient gérer les tensions sociales provenant à la fois de la base et de l'élite. La moyennisation de la société a promu logiquement les solutions relaxatives au fur et à mesure du développement quantitatif des catégories susceptibles d'y adhérer (Dubet, 1994). Est-ce à dire que les EMEH sans le recours aux produits s'est massifiée ?

A l'analyse, la réponse n'est pas aussi évidente puisque les méthodes de relaxation semblent toujours correspondre (hors mis les relaxations ouvertement

psychanalytiques) à une « logique basse » : elles concernent assez largement les personnes (clients) qui ne peuvent ou ne veulent verbaliser leurs difficultés ou leur malaise. L'équation parole = richesse (humaine interne) est toujours d'actualité. Le corps étant relégué, le plus souvent, à une moindre qualité intrinsèque... à supposer, comme nous avons tenté de le montrer que la scission esprit (donc aussi le langage) et corps possède un sens scientifique. Les malades des nerfs sont aujourd'hui stigmatisés. Ils relèvent d'une connaissance profane de l'être humain peu enviable. La catégorisation et le risque d'enfermement psychiatrique ne sont jamais très loin (Haxaire, 2002). La psychologisation de l'être humain et surtout sa laïcisation ont permis et renforcé l'essor des pratiques de soin analytiques, en même temps qu'elles ont infusé les pratique corporelles. Une véritable culture médicopsychologique colore, désormais, les sociétés modernes en général, et la France en particulier. Les débats récents sur l'amendement Accoyer<sup>53</sup> sont révélateurs de l'attachement d'une population plurielle de thérapeutes à leur liberté d'activité professionnelle, et du poids toujours important des approches psychanalytiques dans notre pays<sup>54</sup> (Héas, 2004).

Risque *versus* sécurité ? La compréhension de ces comportements et représentations n'est pas neuve : sociologues, anthropologues, politologues, etc. ont développé des approches pertinentes de la « société du risque » (Peretti-Watel, 2001 ; Le Breton, 1995, etc.). Selon Virilio, l'idéologie dominante que ces valeurs psychologiques véhiculent tend à transformer notre société libérale en « *société sécurisante*. Toute politique va tendre à s'organiser autour de nos faiblesses et de nos infirmités les plus infimes. Ce qui est dit ici de l'idéologie sécuritaire peut être répétée à propos de l'idéologie sanitaire (...) Dans les deux cas, l'individu se trouve mobilisé au service d'une *idéologie qui attise les méfiances, les réserves, l'effacement de soi*, la distanciation de l'existence sociale » (Virilio, 1980, 225). Castel indique, quant à lui, le rôle de la psychologie en général, développée à l'ombre d'institutions dont elle devait régler les dysfonctionnements, mais qui en réalité, fonctionne « comme

---

<sup>52</sup> Il a pratiqué toute sa vie moult activités sportives et sociales.

<sup>53</sup> Ce que manifeste le débat fin 2003/début 2004 à propos de l'amendement du député français Accoyer concernant la réglementation de l'exercice de la psychothérapie en France révèle aussi.

masque et économise les remises en question » (Castel, 1981, 183). Il donne l'exemple du traitement des difficultés scolaires par les psychologues plutôt que la transformation des structures scolaires créant les échecs...

La gestion des nerfs, elle-même, semble avoir évolué au fil du XX<sup>ème</sup> siècle à l'aune des représentations corporelles dominantes. L'histoire permet de suivre le cheminement : après le modèle de la dépense énergétique florissant au tournant des XIX<sup>ème</sup> et XX<sup>ème</sup> siècles, celui de la dépense nerveuse (que nous venons d'évoquer) a pris le pas dans les années 1920. Avant d'être surclassé par un modèle de « réglage interne (valorisant) l'adaptation » à partir des années 1950 plutôt que la gestion d'une dépense (Vigarello, 1978, 289). En reprenant Elias, nous pourrions avancer que la vigilance s'est intériorisée au point de devenir autocontrôle permanent (Elias, 1973). Du muscle à détendre, nous sommes passés à un nerf à assouplir, ou plutôt à un système nerveux à ménager, pour enfin, déboucher sur un modèle *cyborg* de rétroaction efficace sur le modèle du thermostat (Le Breton, 1999). Encore faudrait-il, sans doute, ajouter que le thermostat demeure sous la vigilance de son « porteur », l'être humain, sommé qu'il est sans cesse, de ne pas le perdre de vue. Véritable travail externe et interne de surveillance continue, véritable travail sécuritaire. Ce dernier point a été souligné très tôt dans nos analyses des méthodes corporelles (Héas, 1995)...

Souligner cette évolution des pratiques de gestion du corps dans nos sociétés serait incomplet sans l'évocation du modèle dominant toutes ces variations : le domaine scientifique et le secteur économique biomédical. En effet, même si nous sommes attachés à analyser les pratiques psychocorporelles, force est de constater que les recours aux méthodes dites « douces » constituent un moyen parmi d'autres. Nous ne préciserons pas plus avant ce point. Reste que concernant la question de la nervosité et des nerfs, la situation actuelle combine allègrement des usages très différents. La consommation de psychotropes et autres tranquillisants ne s'amenuise pas malgré les mises en garde régulières et fortement critiques à partir d'études épidémiologiques larges de type santé publique, mais aussi à partir d'enquêtes plus restreintes soulignant les méfaits et les abus d'usages de ces produits tranquillisants

---

<sup>54</sup> Ce qui semble constituer une caractéristique nationale. Gauthier U., (2004, 14). « Psy ou médicaments : comment choisir ? », *Le Nouvel Observateur*, 16 décembre.

et autres myorelaxants (Le Breton, 2005a ; Haxaire, 2002 ; Durif, 1994 ; Zarifian, 1994). Là encore, ces études soulignent la part importante d'activité des patients qui loin de se cantonner à ce rôle jonglent avec les traitements afin d'éviter, par exemple, la psychiatrisation (i.e. le risque potentiel d'enfermement) ou bien des effets secondaires indésirables. La violence des institutions, mais aussi les violences de chacun contre soi-même, ou les autres, sont au cœur de ces questions de la gestion des nerfs. L'étiquette du « nerveux » peut facilement basculer vers d'autres étiquettes beaucoup plus stigmatisantes... comme nous le suggérons en conclusion du travail de thèse pour la catégorie nosographique nouvelle, à l'époque, des enfants hyperactifs avec déficience de l'attention (HADA) (Héas, 1996). Ces enfants hyperactifs (avec déficit (corrélatif ?) d'attention) étant circonscrit rapidement sous le contrôle d'un syndrome médical pénalisant, par exemple (Honorez, 2002). Or, les cultures locales ou plus larges participent de cette gestion des nerfs et des soi-disant nerveux. Certaines aires culturelles tendent à moins tolérer les écarts de conduite... en les catégorisant rapidement de carences, si ce n'est de syndromes.

Dans ce cadre évolutif, la division corps/esprit n'a quasiment plus cours sur le terrain social en général et surtout sur celui des thérapies ou des sports. Il s'agit de dépasser « l'homo duplex » de Durkheim, « d'étudier bien vite (les exemples fréquents) où la nature sociale rejoint très directement la nature biologique de l'homme » (Mauss, 1950, 329). Nous avons, modestement, tenté d'engager ce programme maussien. Les relaxations et notamment leur communication se sont, par contre, incontestablement massifiées et diffusées. Elles ne font plus figure de bizarrerie thérapeutique ou ludique. Elles font désormais partie du paysage à la fois des temps libres modernes, mais également de la panoplie d'aides et de soins humains. Elles entrent de plein droit dans leur fonction de biopouvoir ou plus précisément de ce que nous pourrions appeler un « *biopsychosociopouvoir* », bref de pouvoir total pour un « homme total » (Mauss, 1950, 369<sup>55</sup>). Il devient dès lors impossible de considérer les méthodes de relaxation, uniquement, comme des « libérations » (des tensions, du stress ambiant, etc.)... ce que certains prosélytes tentent toujours d'imposer.

---

<sup>55</sup> Indiqué notamment dans l'article célèbre concernant les « techniques du corps » (communication datant de 1934).

Au final, nous pouvons nous demander si les Expériences modifiées de conscience et de corps constituent un atout dans un monde en perpétuel changement ? Notre approche anthropologique et pas seulement sociologique, *a fortiori* économique, induit la question plus large du statut (professionnel, sportif, ludique) des personnes en EMCC/EMEH. Y gagnent-elles quelque chose socialement ?

## 2) Vers l'analyse du gouvernement de soi et des autres...

Lorsque des sportifs activent tous les jours des comportements et des consommations susceptibles de permettre des entrées en EMCC ou EMEH, lorsque des praticiens ont pour spécificité professionnelle de permettre à tout ou partie de leur clientèle d'accéder à ces « états » modifiés se pose la question du regard social sur de telles pratiques. Sont-ils reconnus par et pour cela ? Si oui, comment font-ils pour rendre positif une pratique et plus largement des usages qui sont pourtant parfois contrôlés et punis, en tous les cas souvent stigmatisés dans une catégorie rassemblant moult « étrangetés » : comportement de fuite, délire, perte de repère ou de sang froid<sup>56</sup>, évanouissement, etc.

Ces différentes manières de décrire, de dire, ces expériences et autres transports humains convoquent une question fondamentale en sociologie celle des contrôles de soi et/ou des autres ou bien, au contraire, celle corrélative de pertes de contrôle total ou partiel (de soi/des autres).

Que se passe-t-il lorsque « l'individu ne s'appartient plus complètement » pour reprendre une expression du sens commun, lorsqu'ils participent à une séquence/situation sociale « vertigineuse » (Nahoum-Grappe, 2002) ?

Les EMEH sont analysables sous l'angle des différentes modalités de suggestions sociales, autocentrées (autosuggestion) et « *hétérocentrées* » (hétérosuggestion). Ces analyses doivent nous permettre à partir des nombreux terrains convoqués de préciser cette interrogation théorique de l'individu social, maître ou non de son destin... socialement déterminé.

---

<sup>56</sup> Mauss suggère l'étude de tels comportements éduqués (Mauss, 1950, 385).

Car, reprenant les critiques incessantes d'Elias, l'être humain ne peut plus être appréhendé comme *homo clausus* à la manière de Freud, i.e. un individu appréhendé en lui-même, dans son for intérieur coupé du reste du monde. Il s'agit, au contraire, de passer de « *l'homo clausus* à *l'homines aperti* » (Elias, 1981, 150), un individu ouvert et interdépendant. Sa compréhension exige d'esquisser une anthropologie de l'identité, et plus largement encore des relations, dont le maître mot est l'ambivalence (Le Breton, 2005a ; Kaufmann, 2004). C'est ce que nous avons mieux saisi, récemment, lorsqu'il nous a été demandé de rédiger un article de synthèse sur le concept de norme corporelle (Héas, 2005). Or, l'initiation aux normes de comportement en société peut relever du devoir d'éducation comme de l'imposition d'un pouvoir, d'un processus individuel d'intériorisation comme apprentissage de la maîtrise tout autant que comme résistance à une imposition. Or, Elias (1973) a brillamment montré que la tendance à la psychologisation des rapports à autrui est une des conséquences du processus de civilisation... donc qu'elle possède un caractère historique et collectif indéniable. Les relations entre les groupes humains sont donc évolutifs, leur interdépendance aussi. Les populations marginalisées ici peuvent ne plus l'être ensuite. Sans aborder cette question des relations sociales sous un angle historique, nous voulons maintenant préciser les avancées réalisées à partir des différentes populations étudiées jusqu'à aujourd'hui dont une caractéristique principale est d'être faiblement reconnues, marginales.

## **CHAPITRE 2 : Corps Established versus Outsiders<sup>57</sup> : des oppositions plurielles.**

« Il s'agissait d'étudier (dans l'approche des identités communautaires avec le cas Mozart) non les mécanismes de formation d'une situation marginale, mais leur effet sur l'individu, sur la façon dont il gère et dont il est affecté, avec notamment ce phénomène paradoxal qu'est le désir de reconnaissance par des gens en place auxquels le marginal se sent pourtant supérieur par ses qualités »  
(Heinich, 1997, 74).

Nous allons tenter de préciser cette question de la marginalité, plus précisément du caractère minoritaire, si ce n'est minoré, parfois dénigré, voire stigmatisé, de la plupart de nos populations d'enquête. Nous pensons plus particulièrement aux cas de certains relaxologues (hypnotiseurs ou sophrologues), enquêtés dès 1992, mais aussi à celui des joueuses de football, *a fortiori* de rugby, des joueurs de jeux vidéo, des sportifs gauchers<sup>58</sup>, des *base jumpers*, des pratiquants d'arts martiaux non sportifs, etc.

*Ex post*, à l'heure d'un premier bilan, il nous apparaît plus clairement encore que les populations enquêtées possèdent des caractéristiques particulières. C'est ce que nous allons tenter de préciser maintenant.

### **A) Des objets en marge pour des résultats marginaux ?**

Cette problématique présentée d'une manière un peu provocatrice dans ce sous titre vise à améliorer, même modestement, les connaissances concernant des terrains parfois marginalisés... sans que ces terrains soient marginaux dans les sens communs (profane et savant) du terme.

Aux premiers abords, nous avons pensé qu'il faudrait convoquer les typologies aujourd'hui traditionnelles de la réflexion sociologique concernant la déviance pour

---

<sup>57</sup> Reprise des termes des analyses d'Elias et Scotson, 1997. Cf. Héas et *al.*, 2003.

<sup>58</sup> Enquête non publiée réalisée en 1997 par questionnaires auprès des étudiants STAPS de Rennes 2.

mieux appréhender leur caractère marginal ou non (Merton, 1965 ; Goffman, 1968 ; Becker, 1985). Depuis, ces études princeps, la marginalité sociale constitue presque un gage de recherche heuristique. Le courant interactionniste, notamment, s'est imposé par ces terrains marginaux et ce qu'il permettait d'y analyser en termes de rapports aux normes dominantes, par conséquent des phénomènes de socialisation parallèle ou alternative, de trajectoire ou de carrière déviante, etc. Des terrains et des populations marginales sont devenus objets d'attention scientifique (que ce soit par l'ethnologie, la sociologie, la psychologie, etc.), et finalement vecteurs de savoirs nouveaux. Mais, nos populations enquêtées ne relèvent pas des populations marginales, *a fortiori* déviantes, habituellement analysées par les/ces sociologues. En outre, l'interactionnisme n'a pas été notre fil directeur théorique unique, ni même principal durant toutes ces années. Les situations d'interaction, *in vivo in situ*, n'étaient jamais la focale principale déployée pour mieux comprendre l'ensemble des pratiques investiguées.

Les terrains et populations présentés le plus souvent ici ne recouvrent pas non plus totalement ceux abordés depuis à travers nos diverses collaborations, plus spécifiquement avec Bodin ou, plus ponctuellement, avec Patin et Poutrain où les déviances et les comportements marginaux y sont analysés spécifiquement comme tels. Dans le domaine des APS, des études précises et spécifiques à différents sports ont été réalisées en France, et plus largement en Europe concernant un type particulier de déviance : le hooliganisme (Bodin, 2003), le dopage (Bodin, Robène, Héas, 2004 ; Diana, Meyer, 2004 ; Ehrenberg, 1999 ; Vigarello, 1999) et bien d'autres thèmes encore comme les « affaires » (Duret, Trabal, 2001). Ces objets fortement médiatisés, dont les enjeux financiers sous-jacents ne sont pas exempts, ne nous semblent pas du tout correspondre aux situations enquêtées que ce soit auprès des sportives de football ou rugby des *base jumpers*, des adeptes du *benji* ou de l'ultra endurance, ni même des pratiquants d'arts martiaux minoritaires. Pour le dire rapidement, les populations que nous tentons de mieux comprendre ne posent généralement pas de problèmes sociaux, susceptibles de convoquer les institutions réglementaires, légales et/ou pénales par exemple. En tous les cas, elles n'induisent pas des problèmes d'ampleur nationale, *a fortiori* internationale. Elles ne provoquent pas, non plus, d'une manière aussi manifeste des violences sportives ou corporelles. A ce titre, leurs effets positifs ou négatifs ne font pas l'objet d'un grand battage

médiatique. Quelques rares fois, « nos » populations sont sous les feux de la rampe, suite à une affaire sectaire démantelée ici mettant en cause un praticien psychocorporel, suite à des manifestations bruyantes et « cassantes » de joie soulignant la victoire d'une équipe féminine, ou bien, suite à l'accident occasionnant la mort d'un pratiquant « hors des sentiers battus », etc. Les populations enquêtées entraînent rarement des effets pervers de grande ampleur...

Nos populations d'enquêtes sont plutôt « marginalisées », car peu investiguées en tant que telles. C'est pourquoi, elles paraissent toujours inédites, si ce n'est intrigantes au premier abord. En effet, l'invisibilité sociale et/ou la jeunesse, supposée ou réelle, des pratiques analysées participent de cette mise en marge. L'étude des praticiens corporels hétérodoxes en constitue un bon exemple. Peuvent être considérés comme marginaux les eutonistes ou certains praticiens de relaxation non diplômés d'Etat, plus rarement ceux qui n'officient plus à partir de ce diplôme officiel, certaines formations à l'Hypnose par exemple, mais aussi et surtout d'autres pratiques moins connues du grand public : les formes de yoga ésotérique, les modalités spirituelles, voire mystiques, de certaines pratiques « *hétérosuggestives* » ou autosuggestives (méditation transcendantale, harmonisation sensitive, etc.), les arts martiaux minoritaires, etc. Tous ces praticiens ont pignon sur rue, mais les pratiques qui constituent la base de leur exercice professionnel demeurent minoritaires, faiblement institutionnalisées, voire ostracisées. Surtout, leur statut d'exercice, leurs modalités même de travail au sein, par exemple, d'association, sont faiblement reconnus. L'indépendance professionnelle analysée au milieu des années 1990 recouvrait, en effet, plusieurs modalités d'exercice : libéral (avec des formes juridiques plurielles), associatif, souterrain (travail au « noir »), et, bien sûr les combinaisons plus ou moins avouées de ces modalités avec le salariat dominant de nos sociétés contemporaines. La question de l'indépendance... d'une pratique indépendante était inscrite directement dans le titre de notre thèse : « la relaxation comme « médecine » de ville ? », à entendre dans le sens de son exercice libéral, mais aussi dans celui de liberté acquise, ou recherchée, par les praticiens concernés. Les soins ambulatoires ne sont pas du même ordre que ceux qui sont dispensés dans des institutions « fermées » comme les hôpitaux ou les cliniques. Comme nous

l'avons évoqué en Avant-propos, notre intérêt pour les situations en dehors des institutions se confirment chaque année... presque malgré nous.

Les populations d'enquêtes plus récentes sont-elles également marginales ? Sans contester oui et pour les mêmes raisons. Ainsi, les praticiens d'arts martiaux au sein d'association *ad hoc* ou plus rarement au titre de travailleurs indépendants ont pignon sur rue. Ils ne travaillent pas le plus souvent d'une manière illégale. Cependant, leurs modalités de pratiques et la publicité réalisée autour de leur pratique sont peu formalisées. Elles ne répondent pas (encore ?) aux exigences du marché des sports les plus côtés mais davantage aux relations quotidiennes ordinaires sur valorisant le « bouche à oreille » par exemple.

A l'époque de la thèse, nous analysions cette question en évoquant un processus de marchandisation. Cette problématique est reprise aujourd'hui concernant les joueurs élités de Jeu Vidéo (JV<sup>59</sup>) mais aussi les organisateurs d'événements sportifs autour des JV (Mora, Héas, 2003 ; Mora, Héas, *en cours*). Tous ces exercices professionnels à partir d'APS sont faiblement reconnus pour la plupart : ils procèdent par diffusion relationnelle (le fameux bouche à oreille) davantage que par publicité organisée et programmée. L'institutionnalisation n'existe pas toujours. Par voie de conséquence la reconnaissance sociale tarde à se renforcer aux yeux du grand public, mais aussi de certains enseignants-chercheurs<sup>60</sup>. Voire, ils peuvent recouvrir, à un moment donné, une période de transition entre deux autres activités professionnelles plus traditionnelles et reconnues. En ce sens, ils peuvent, à la marge, demeurer à un niveau individuel proprement transitoires, par conséquent faiblement questionner l'identité des protagonistes. Parfois, ces exercices professionnels sont circonscrits à un quartier ou, dans les zones rurales, à un canton. Ils débordent à peine le cercle des personnes les plus proches de l'initiateur. La massification de l'utilisation de l'Internet bouleverse sensiblement cette marginalité. Nous avons, depuis, voulu tester cette influence en analysant une activité utilisant directement et obligatoirement ce média Internet. Ainsi, avec les JV, dits de réseau, l'outil Internet ne constitue pas

---

<sup>59</sup> Co-direction de thèse STAPS en cours (avec le Pr. Y. Léziart).

<sup>60</sup> Prendre au sérieux ces populations d'enquête ne va jamais de soi. Les éditeurs, par exemple, mais aussi les tuteurs universitaires (de troisième cycle par exemple) ne sont pas nombreux à considérer les analyses de ces pratiques comme étant nécessaires, voire utiles. Perrin (2004) dans la préface réalisée à

seulement un vecteur relationnel mais, aussi et surtout, la base même de ces jeux réseaux. Sans ce soutien de l'Internet pas de confrontation d'envergure ce qui réduit sensiblement l'intérêt même de jouer. Sans réseau NTIC, les échanges ludosportifs par JV deviennent restreints, et l'intérêt sportif décroît sensiblement. Le réseau des joueurs de JV exige le... réseau Internet pour perdurer et s'agrandir. Par conséquent, la possibilité d'intéresser des partenaires privés ou publics, des sponsors, s'amenuise, elle aussi sans le soutien omniprésent de l'informatique grand public...

Pour autant, ces exercices ludoprofessionnels peuvent suffire à la survie économique, voire ils sont susceptibles de déboucher sur une rémunération économique de l'activité tout à fait honorable : certains joueurs sont devenus des professionnels, des pratiquants deviennent des praticiens ou bien des formateurs reconnus au niveau, régional, national ou plus rarement international.

Reste qu'une des conclusions importantes de notre travail sur les méthodes de relaxations soulignait que l'eldorado professionnel à partir des « nouvelles » pratiques psychocorporelles n'existait pas toujours comme nos analyses, même rudimentaires, des ressources financières dégagées par les relaxologues le montraient (Héas, 1996, 2004). Par conséquent, l'indépendance financière à partir d'une activité marginale n'est pas assurée, loin s'en faut. Elle demeure un horizon pour la plupart des praticiens et des pratiquants rencontrés. Pour autant, elle est fortement valorisée et s'arc-boute, parfois, sur une critique virulente du capitalisme. La contre-culture prend ici tout son sens...

Cette interrogation sur l'indépendance professionnelle était appréhendée à partir des acquis de la sociologie du corps présentée rapidement *supra*. Elle nous a permis de montrer que les postures utilisées en séance de relaxation étaient en lien avec le statut d'exercice mais aussi, et peut-être surtout, en lien avec la déontologie explicitée par le praticien. A la dépendance statutaire (dont la plus importante formellement est la possession ou non d'un diplôme validé par l'Etat) s'agrège une, non moins efficace, mise en place négociée d'une éthique professionnelle ou ludique construite conjointement avec les pairs, mais aussi directement avec les clients/patients/pratiquants. Les attentions corporelles différentes des usages communs participent de cette marginalité presque revendiquée quoique difficile à

---

notre ouvrage de 2004 aborde dès la première ligne cette question de la futilité des terrains d'enquête.

mettre en place. La pratique *Outsider* devient un espace-temps où les contraintes et les libertés sont l'objet de débats parfois, d'interactions toujours.

La faible visibilité publique des pratiques d'appui confine, parfois, au secret bien gardé entre les protagonistes. Qui connaît le *Viet Vo Dao* en dehors des seuls initiés ? Et le *Kung Fu Wushu* ? La rareté fait ici la valeur sociale, culturelle et, par conséquent corporelle. Elle participe à la fois à la construction professionnelle des praticiens et à la construction personnelle des pratiquants/clients...

*1) La marginalité socioprofessionnelle ou ludique comme processus.*

Ces praticiens et ces pratiquants corporels *Outsiders* semblent, au premier regard, peu connus en dehors de leur aire professionnelle/ludique d'influence et du groupe de pairs qui s'organise tout d'abord aux marges du système de soin/de pratique dominant en France. La pratique doit être avalisée par l'Etat à travers ses institutions de contrôles : les Centres Hospitaliers Universitaires et les académies de médecine, les Fédérations sportives et les ligues en ce qui concernent les APS étudiées.

En ce sens, toutes les populations étudiées jusqu'à maintenant sont marginales face à leur organisation institutionnelle dominante respective. Cependant, cette marginalité ne recouvre par une quelconque passivité, ni une faible activité professionnelle ou ludique. Loin de là. Car sur le terrain, ces praticiens et ces pratiquants sont fortement impliqués et leur activité professionnelle mais aussi socioculturelle est intense. Ainsi, nous avons montré que les relaxologues sont plus encore aujourd'hui qu'hier des multipraticiens (Héas, 1996<sup>61</sup> ; Héas, 2004). Ils mobilisent donc de multiples procédés pédagogiques et/ou thérapeutiques : il s'agit d'une tendance soulignée dès le début des années 1980 (Gérin, 1984 ; Perrin, 1985) et confirmée par nos données/ « obtenues » (Latour, 2001, 49). Ils sont aussi plus jeunes dans leur pratique indépendante. Cette caractéristique nous a permis de prendre la mesure de l'évolution depuis le phénomène contre-culturel de mai 1968 et le développement du

---

<sup>61</sup> Nous avons utilisé à l'époque de la thèse la population des psychothérapeutes et l'analyse réalisée aux débuts des années 1980 par Gérin et Vignat comme éléments de référence (1984). Désormais, il est aisé de s'appuyer sur notre travail et les données recueillies par Donnat l'année suivante, et incluses aux données concernant l'ensemble des pratiques culturelles des Français de l'INSEE l'année d'après (Donnat, 1998).

Mouvement du Potentiel Humain (MPH) dont les méthodes de relaxations sont des fers de lance. A la manière de Schumpeter, nous pourrions indiquer maintenant que les praticiens corporels aujourd'hui sont les héritiers davantage individualistes de leurs prédécesseurs davantage collectivistes (Schumpeter, 1942<sup>62</sup>). Néanmoins, la seconde génération rencontrée semble rompre de manière moins radicale avec la première génération de praticiens psychocorporels : une oscillation se dégage entre refus du système économique et adaptation à ce système. La troisième génération qui s'installe aujourd'hui semble, elle, davantage s'inscrire dans une optique de niche professionnelle plutôt que de reconversion professionnelle comme ce fût le cas pour la seconde génération (Héas, 2004). Chez cette dernière, les praticiens semblent avoir refusé de se mettre totalement en marge du système économique dominant. Leur exercice professionnel oscille entre rupture et intégration au système marchand et concurrentiel. Entre critique virulente des soins/des sports compétitifs et adaptation aux besoins de leurs clientèles, de leurs « personnes ressources » pour faire un jeu de mot. L'attention corporelle aux Autres/autres n'est pas totalement instrumentalisée et finalisée dans une recherche de profit. Elle met en cause l'identité professionnelle du praticien mais aussi l'identité des clients/des participants. Le processus est interactif de la même manière que la pratique se veut le plus souvent fortement inter relationnelle.

Surtout, les praticiens *es* relaxation rencontrés possèdent une trajectoire professionnelle plurielle avec des expériences de travail, voire des expériences professionnelles, parfois multiples. Certains ont exercé des métiers totalement différents pendant des années (éleveuse de chèvres ou moniteur d'auto école par exemple), et se sont appuyés sur des formations en soins alternatifs pour rompre, parfois radicalement, avec leur ancienne vie professionnelle, mais aussi parfois, leur vie tout court (Héas, 1992 ; cf. *infra*). Ces formations alternatives à la médecine dominante sont aujourd'hui pléthore (Porquet, 1994 ; Héas, 2005). La même tendance s'observe dans le domaine des sports et des activités physiques. Des programmes sont diffusés suivant les formules désormais classiques de ces formations parallèles : séminaires, colloques, conférences, stages durant les week-end ou pendant les vacances scolaires, etc. L'Internet a permis au moindre particulier d'offrir ses services corporels même les plus hétérodoxes à un plus grand nombre. La

---

<sup>62</sup> Cité par Herpin, 2001, 32.

visibilité de ces activités autrefois très circonscrites est bouleversée par l'utilisation des NTIC. Nous avons pu le montrer précisément à partir de l'offre de *trekking* en France et partout dans le monde (Héas, Bodin, Rannou, 2001 ; Héas, Bodin, Rannou, 2004). Les tours opérateurs spécialisés, peu nombreux, entrent directement en concurrence avec des guides de montagne plus ou moins improvisés et expérimentés. Ces derniers ont pour eux la connaissance intime du terrain (lorsqu'ils sont issus du « pays » visité), la permanence sur cet espace d'aventure moderne. Avec les NTIC, ils peuvent apparaître presque aussi efficacement que le plus important offreur du marché. C'est un effet nivelant de l'Internet qui réduit sensiblement les différences professionnelles, surtout lorsque les valeurs associées à l'offre proposée articule authenticité et « rudimentarité » comme c'est le cas pour le trek dans certains pays comme le Chili, le Népal ou le Bhoutan. Nous avons d'ailleurs eu le plaisir de voir associés ces derniers mois le trek et la relaxation au sein de quelques offres, très minoritaires encore, de tourisme moderne (notamment dans le cadre idéologique particulier de *Terra Incognita*).

En outre, dans le domaine des psychothérapies, les formations professionnelles, hier davantage éparses et sporadiques, sont depuis plusieurs années relayées par des revues spécialisées : nationales, mais aussi européennes et internationales. La vigueur de ce mouvement a été ascendante pendant les années 1970 et 1980, très forte durant toutes les années 1990. Ces dernières années, un tassement de certaines de ces activités semble s'opérer. La question de l'institutionnalisation ou, pour le dire autrement, de la normalisation de ces pratiques est posée. Elle recouvre en grande partie le processus à l'œuvre pour les médecines parallèles dès les années 1980 en France. A ce titre, nous évoquons les trois types de tendances possibles suivant en cela les acquis d'autres études réalisées sur des populations proches, les masseurs kinésithérapeutes ou bien les homéopathes (Bouchayer, 1986, 68 ; Bouchayer et *al.*, 1987). Ce triptyque est applicable aux sports contemporains : il a été évoqué, depuis, aux détours d'une analyse philosophicohistorique du sport. Jeu, sans s'appuyer sur un corpus précisé ; il indique ces évolutions possibles : « Pour être exact et juste, il faut dire, rien n'étant simple en cette affaire, que l'on constate également, en face de la tendance à l'autonomie et à la spécialisation, la démarche inverse, celle de la reconcentration omnisport, qui tend à s'exercer exactement à rebours de la précédente » (Jeu, 1997, 21).

Les évolutions très rapides observées aujourd'hui pour des pratiques comme le football ou le cyclisme, hier traditionnels, indiquent la complexification à l'œuvre, et surtout les rapports de force en présence entre les détenteurs de capitaux (médias, producteurs de cycles, de boissons énergétiques, etc.), les représentants historiques de la pratique (anciens coureurs devenus directeurs sportifs par exemple), les dissidents (organisateur d'événements non orthodoxes comme les descentes de col en VTT, le *jorky ball* ou le *futsal*, etc.).

Trois tendances typiques possibles donc en théorie. « L'*orthodoxisation* » (dite « officialisation » dans les études princeps indiquées *supra*) lorsque les relaxologues – ou tout autre praticien *Outsider* -- s'engagent dans des formations légitimes ou réussissent à valider leurs expériences et formations par une institution étatique. « *Oecuménisation* » lorsque les praticiens plutôt que de rechercher la spécificité tentent de se rapprocher les uns des autres en créant des fédérations par exemple sur le modèle sportif ou bien des sociétés savantes nationales ou supra nationales. « *Hétérodoxisation* » (« la radicalisation »), enfin, lorsque les praticiens jouent, au contraire, la carte professionnelle de la spécificité, de la distinction fine entre les pratiques suivant les techniques utilisées, leurs origines supposées ou réelles ou bien les modalités de mise en œuvre concrètes. C'est l'actualité du football en salle en France et plus largement en Europe. Les groupes revendiquant telle pratique (*Jorky*, *Futsal*, *Soccer* en salle, etc.) ne sont pas les mêmes, leur finalité non plus. Par conséquent, leur cheminement demeure assez éloigné...

A l'époque de l'enquête principale pour la thèse, les praticiens *es* relaxation étaient largement indécis et ambivalents lorsque qu'on leur posait directement la question de leur avenir professionnel, d'un point de vue collectif et individuel. Beaucoup ne se prononçaient pas sur l'avenir des pratiques relaxatives, par conséquent leur propre avenir professionnel. Le plus souvent, la radicalisation leur semblait aller de soi étant donné la fermeture, pour ne pas dire l'ostracisme, des instances médicales et paramédicales officielles (L'Ordre des médecins notamment). Rares étaient les praticiens rencontrés sur leur lieu d'exercice qui prônaient la tendance œcuménique (Héas, 1996, 178). Pour les relaxologues, le futur projeté de leur " profession " offre le plus souvent la forme d'une DIVISION au milieu des années 1990. Une faible minorité penchait soit pour un regroupement du côté des pratiques hétérodoxes, soit pour une meilleure reconnaissance de la Relaxation par la médecine orthodoxe.

Quatre fois sur dix, les praticiens n'ont pas voulu répondre à cette question de perspective professionnelle ou bien ils ont esquivé la réponse. Les praticiens disposant d'un diplôme reconnu par l'Etat ne se distinguent pas, globalement, de l'ensemble de notre population : ils semblent, toutefois, esquiver la question un peu plus souvent. Cet indicateur valide, selon nous, le malaise perceptible et ouvertement déclaré depuis lors par certaines catégories de praticiens médicaux et paramédicaux. Les relaxologues se prononçant sur la question de l'avenir soulignent l'équation désirée entre « activité indépendante = une plus grande liberté (*dixit*) ». Par conséquent, en tant que praticiens indépendants ils ne se soucient guère d'une action collective. Néanmoins, en même temps que cette recherche ou que cette occupation d'un statut " libre ", ces relaxologues insistent aussi sur le fait qu'une réglementation est en train de se mettre en place ou bien, ils l'appellent de leurs vœux. La relaxation pourrait, par exemple, dans un avenir proche être réglementée par une formation minimale, voire par un diplôme<sup>63</sup>. Rappelons que dans certains pays, en Italie, Allemagne et Tunisie par exemple, des écoles sont reconnues officiellement, et sont habilitées à former des psychothérapeutes d'Etat à spécialisation corporelle. A ce titre, certains praticiens de notre enquête entre 1992 et 1996 font, eux-mêmes, des démarches si ce n'est de sélection, du moins de contrôle des nouveaux venus. Ces relaxologues occupant des positions soit de formateurs, soit de coordinateurs de zones régionales, voire nationales veillent à préserver l'image sociale des relaxations, ce faisant, ils assoient davantage leur propre pouvoir. Ces mouvements internes aux méthodes de relaxation sont repérables sur les autres terrains d'enquête. Ces relations de pouvoir entre groupes de praticiens ou de pratiquants n'étaient pas et ne sont pas, aujourd'hui non plus, l'objet principal de nos réflexions. Elles exigent une étude davantage institutionnelle à partir des législations en cours, des compositions des bureaux, des conseils d'administration par exemple, approche que nous n'approfondissons pas spécifiquement.

---

<sup>63</sup> La profession de psychologue, et plus encore celle de psychothérapeute, vit depuis plusieurs années en France une telle situation oscillant entre tentatives de réglementations et résistances (Héas, 2004,). Ce que le débat fin 2003/début 2004 à propos de l'amendement Accoyer concernant la réglementation de l'exercice de la psychothérapie en France révèle (article 18).

Un certain contrôle entre " pairs " existe donc. Bien sûr, au sein de ces dynamiques *Outsiders* et sur le terrain, personne n'est réellement habilité à sanctionner. La sélection effectivement réalisée se trouve, donc, fortement relativisée. Toutefois, ne pas pouvoir se former dans telle école, avec tel formateur ou bien ne pas pouvoir figurer dans tel annuaire ou guide, peut être fortement handicapant. Dans ce champ en pleine explosion et sans réglementation homogène pour tous, les garde-fous demeurent très subjectifs, et/ou restreints à des zones d'influences régionales. Plus largement, la reconnaissance au niveau européen est un espoir que nous avons rencontré chez quelques relaxologues par exemple. Certains représentants d'arts martiaux *Outsiders* tentent également ces regroupements (Régnier, Héas, 2002). La reconnaissance collective pourrait, en outre, passer par une légitimation institutionnelle *via* l'Education Nationale ou bien le ministère des sports. La capoeira tente cette manœuvre d'officialisation scolaire au niveau local breton (Fournier, 2004). Dans les faits, se pose un autre problème : la question de la représentativité des porte-parole. Par exemple, les sociétés, fédérations et autres syndicats nationaux ou européens sont très peu représentatifs des praticiens en Relaxation -- ce constat mérite une analyse particulière concernant les autres techniques corporelles non légitimées évoquées ici. Il n'est sans doute pas particulier aux *Outsiders* : les syndicats, mais aussi les bureaux d'association en général, sont, sans doute, dans le même cas...

Les praticiens en relaxation interviennent, enfin dernier indicateur quantifiable de marginalité, dans plusieurs espaces de soin et/ou de pratique en général. Ils sont donc moins susceptibles d'être reconnus comme appartenant à telle ou telle institution. Preuves parmi d'autres que la réalité sociale est plus complexe que ce que les institutions de tutelle en général et dans quelque domaine que ce soit nous le laissent penser de prime abord.

Nous avons pu mesurer la difficulté de préciser ces processus professionnels en cours lorsque nous avons tenté d'évaluer les possibilités de création de postes pour les diplômés en Management du sport de l'université de Rennes 2<sup>64</sup>. Notre focale sur les Toutes Petites Entreprises (TPE) à objet sportif a permis d'indiquer les résistances au partage des temps de travail des futurs recrutés – quelle que soit leur spécialité

---

<sup>64</sup> Diplôme de fin d'études dont j'ai eu la responsabilité pendant six années (1998-2004).

sportive ou managériale – par les professionnels en place<sup>65</sup>. Là encore, la place des modèles symboliques en place est flagrante : tout se passe comme si un employé se devait (d’avoir) un seul employeur. Le « partage » d’un employé pour/par différents établissements par exemple n’est pas souvent mis en exergue ni du côté des offreurs (les TPE), ni du côté des demandeurs (les personnes en recherche d’emploi). Le schéma salarial unidimensionnel demeure le modèle, si ce n’est le symbole idéal typique du marché national de l’emploi en France...

*2) Entre processus collectif et rupture individuelle : réflexions sur les interactions entre l’enquêteur et son terrain.*

Pour certains praticiens, nous avons évoqué une dynamique de carrière professionnelle s’appuyant sur une rupture radicale d’avec leurs ressources antérieures qu’elles soient matérielles, symboliques, spirituelles, voire sotériologiques (Héas, 1992 ; Héas, Bodin, 2002). Nous avons, à l’époque, qualifié ce processus de rite de passage moderne, en tous les cas nous avons précisé les indicateurs qui nous permettaient de l’appréhender de cette manière.

Il nous a été fait grief<sup>66</sup> de galvauder cette notion ethnologique de rite de passage à partir des acquis de Van Gennep notamment (Van Gennep, 1981). Le Breton a souligné, depuis et par écrit, à propos d’autres populations le danger d’utiliser sans précaution cette notion, voire ce concept (Le Breton, 2002), tout en indiquant l’intérêt de préciser ce point (Goguel d’Allondans, 2002). *A contrario*, et pour lever « une ambiguïté », Le Breton préfère parler de « rite personnel de passage pour signifier que des millions de jeunes, chacun dans son coin, solitairement, à travers des acte semblables (passion mortifère, tentatives de suicides, fugues, troubles alimentaires, etc.) franchissent une sorte de ligne d’ombre qui leur permet de reprendre, pour beaucoup d’entre eux, leur vie en main » (Lévy, Le Breton, 2004, 145 ; Le Breton, 2002, 11). Abordant cette question à propos des pratiques juvéniles, l’auteur précise que tout se passe comme si « la dimension de rite de passage n’a de sens que pour lui (le jeune), et elle vient après » (Lévy, Le Breton, 2004, 146). Dans ce cas, il s’agit d’un défaut d’intégration.

---

<sup>65</sup> Enquête non publiée auprès des TPE bretonnes, 2000.

<sup>66</sup> Remarque du Pr. D. Le Breton lors de la soutenance de thèse, octobre, 1996.

L'auteur distingue le cas des sportifs de l'extrême qui suivent « une autre logique (...) par trop-plein d'intégration » (*op. cit.*, 149). Les premiers sont concernés par un rite à signification individuelle, voire des « rites intimes de contrebande » dans les sociétés modernes (Le Breton, 2003, 10). Lorsque les seconds participent de la vie, notamment économique, qui gravite autour de l'engouement récent pour ces pratiques sportives. La surenchère et la confrontation au risque deviennent, alors et par voie de conséquence une affaire davantage collective.

Les transferts d'une discipline à une autre sont en eux-mêmes délicats comme nous l'avons indiqué en ouverture de ce travail. Les utilisations de concepts sur des populations culturellement très différentes sont également dangereuses. Il reste que la structuration des sociétés opère souvent, pour ne pas dire toujours, une partition (bipartition ou plus) entre notamment les hommes et les femmes par exemple, ou bien entre les plus jeunes et les plus vieux. Nombre d'anthropologues et de sociologues ont analysé ces différences et les manières de les construire socialement et culturellement (Héritier, 1996, 2002 ; Kergoat, 2001). La transmission des savoirs, des techniques, des codes culturels, etc. lorsqu'elle engage ces partitions sociales fondamentales prend souvent la forme de rites d'initiation, ici comme ailleurs. La pénétration d'un terrain d'observation et d'analyse n'est jamais neutre et sans effet (Tierney, 2003). Un homme enquêteur n'est pas équivalent à une femme enquêtrice, ni un *néoenquêteur* par rapport à un enquêteur expérimenté. Cette évidence culturelle, « expérientielle » et biologique, même si elle recouvre une complexité au-delà de cette polarisation, engage qu'il (ou elle) le veuille ou non tout sociologue.

Nous-mêmes avons dû réfléchir constamment à cet intérêt certain et continu pour des populations féminines (les CFIsites<sup>67</sup> étudiées étaient exclusivement des jeunes filles, les eutonistes sont surtout des femmes, les relaxologues féminines sont également nombreuses, que dire des footballeuses<sup>68</sup>). Cette distance *a priori* avec la plupart des populations d'enquête nous a longtemps paru préférable depuis le début de notre

---

<sup>67</sup> Nom usuel donné à l'époque aux personnes qui participaient à ce programme : Crédit Formation Individualisé concernant les exclus/rebuts du système scolaire...

<sup>68</sup> Les derniers terrains en cours d'investigation (jeux vidéo, base jump, spéléologie urbaine, etc.) sont, eux, quasi exclusivement masculins. Leur approche pourrait signifier, aujourd'hui, le sentiment personnel de davantage maîtriser les biais genrés...

formation<sup>69</sup>. Elle s'imposait le plus souvent pour éviter plus aisément le risque de projection entre enquêteur et enquêté, le risque de trop grande proximité...

Certains étudiants ont pu expérimenter sur nos conseils appuyés cette intrusion parfois douloureuse du chercheur ou apprenti chercheur sur un terrain différent (étrange et étranger pour reprendre Elias), mais aussi et surtout, cette intrusion culturelle et genrée (Jude, 2003 ; Jude, 2004 ; Héas et *al.*, *en cours*). Ce dernier exemple montre, malgré les précautions méthodologiques d'accès au terrain utilisant les programmes en cours (à travers les actions d'une organisation non gouvernementale bretonne connue et installée de longue date dans ce village musulman orthodoxe), mais aussi les cadres en place (le directeur/instituteur de l'unique école par exemple qui était l'interlocuteur privilégié), qu'une observation participante est susceptible de bousculer, même ponctuellement, les équilibres fondamentaux d'une société. Ainsi, lors d'un voyage d'étude au Nord Niger cet étudiant a dû composer avec la disgrâce qui a rejilli sur une partie des enquêtées (les jeunes nigériennes en voie de scolarisation) (Jude, 2003). L'introduction des pratiques sportives occidentales, le football et le frisbee- dans un contexte géopolitique tendu après le 11 septembre 2001 - a semblé engager les ressorts structurels de cette société. L'enjeu était de promouvoir à la fois les APS et la scolarisation des jeunes filles. Les APS étaient censées offrir la possibilité d'observer une rupture des us et coutumes concernant tout autant les jeunes garçons que les jeunes filles puisque ces APS ne sont pas des usages corporels communs dans ces contrées.

L'opprobre a rejilli rapidement et violemment sur les jeunes filles participant aux activités corporelles (elles furent insultées par les personnes extérieures au groupe d'enfants participants et empêchées physiquement pour certaines d'entre elles de poursuivre leurs études). Cette réaction violente visait tout à la fois la pratique footballistique (considérée comme brutale et excessive, surtout pour des femmes<sup>70</sup>!),

---

<sup>69</sup> Notre première enquête en tant qu'étudiant concernait les femmes de ménage des cités universitaires. Nous nous souvenons avec bonheur de ces premiers contacts, des relations empruntes de respect qui ont coloré dès ce premier abord nos enquêtes sociologiques.

<sup>70</sup> Le chef du village a refusé quelques mois auparavant (lors du premier contact de l'étudiant avec ce terrain) l'installation d'une pompe à eau dans son village. Les femmes et jeunes filles continuent donc leurs longues pérégrinations quotidiennes pour rapporter l'eau nécessaire aux tâches

le processus de scolarisation des filles jusqu'alors interdit, mais aussi l'intervention/invasion culturelle de cette recherche action... même minime dans sa réalisation concrète. Il s'agissait, en effet, d'apporter en même temps que des outils de première nécessité, des médicaments ou des vêtements, quelques ballons de football et des *frisbees*. Certaines interventions sociologiques peuvent conduire un groupe enquêté à résister violemment contre un bouleversement dans la division du travail sexué, surtout lors des périodes (ici, l'adolescence) où le processus de socialisation engage les individus vers des tâches spécifiques à leur sexe social<sup>71</sup>...

Il reste qu'en aucun cas, nous n'avons voulu extrapoler ce concept de rite de passage à l'ensemble de notre population d'eutonistes ou d'autres populations comme celle mentionnée à l'instant. Dans le cas de l'eutonie, il s'agissait de considérer plus particulièrement une forme spécifique (unique à l'époque à notre connaissance) de formation dont de nombreux indicateurs semblaient correspondre à une situation d'entrée, de passage et de sortie d'un rite particulièrement bouleversant pour le statut et l'identité des enquêté(e)s. Les eutonistes devaient quitter la France pour trois ou quatre ans, par conséquent arrêter leur activité professionnelle et démissionner souvent, travailler en dehors des horaires chargés de formation, se soumettre au règlement intérieur de l'institut qui leur laissait peu de temps libre, etc. Au point, que la résistance à la fatigue et au sommeil participait à la formation en tant que telle ce que nous n'avons pas pu, à l'époque, analyser par manque de connaissances sur ce thème anthropologique fondamental (cf. l'analyse des EMEH *supra*).

Tous ces éléments contribuaient à renforcer un processus d'infantilisation... d'adultes consentants. Ensemble d'épreuves qui ne pouvait que resserrer les liens entre les membres du groupe (d'initiés) et participer à des changements personnels profonds. En ce sens, il nous paraît, aujourd'hui encore, possible d'appliquer la grille ethnologique du passage rituel (Van Gennep, 1981)... soulignée spontanément par les enquêté(e)s lorsque nous avons relaté ensemble leur parcours de vie.

Ce fonctionnement rituel existe, semble-t-il, à beaucoup d'autres occasions dans nos sociétés modernes par exemple lors de l'entrée et de la sortie d'une profession : « il

---

journalières qui leur incombent... par conséquent, leur disponibilité pour d'autres activités (scolaire ou sportive) demeurent faibles...

<sup>71</sup> Une analyse des implications religieuses aurait probablement montré les arguments recevables pour résister à cette « invasion » culturelle même ponctuelle.

faut un rite de passage pour entrer dans la profession et un autre pour s'en échapper » (Hughes, 1996, 110). Dans nos sociétés parfois qualifiées d'anomiques et, plus souvent encore, de société avec changement rapide de repères (Le Breton, 2003 ; Le Breton, 2005), ces rituels semblent présents également. Il nous semble que les pratiques risquées participent allègrement à ces marquages culturels distinguant les participants entre eux, et les participants des non participants (Ferrand, 2001). Cette dernière enquête circonscrite dont nous avons la direction tentait de préciser les motifs de participation au saut à l'élastique (*bungy*<sup>72</sup>) et à une autre variante vertigineuse, le *scable*<sup>73</sup>, sur le site du viaduc de la Souleuvre en Normandie. Il ressort un quasi consensus des discours tenus au moment et surtout à la suite de l'expérience « risquée » : près de la moitié des pratiquants (45.5%) recherche « *des sensations, à prendre (leur) pied* » (*op. cit.*, 69). Plus important pour notre argumentaire, seuls 11.5% déclarent vouloir se lancer un défi personnel. Et surtout, 6.3% des client(e)s viennent seul(e)s (11.7 % en couple, 3.2 % avec un seul membre de la famille, 5.9 % avec l'ensemble de la famille proche). Ces pratiques concernent largement les jeunes populations puisque 71% des clients de la structure privée enquêtée ont entre 20 et 34 ans. Ces derniers privilégiant les pratiques les plus vertigineuses, les plus... marquantes.

L'aventure du saut dans le vide semble se résumer à « une rhétorique simple, pleine de superlatifs où l'on sait bien qu'il n'y a rien à dire, sinon qu'on l'a fait et que c'était magnifique, merveilleux, épuisant mais super » (Le Breton, 2000, 152). Cette difficulté réelle à préciser les motifs de participation à une action sportive inédite (76% sont des néophytes) ne prend véritablement de sens que par les entretiens réalisés pour compléter l'approche par questionnaire (N = 200). L'activité vertigineuse (à défaut d'être véritablement risquée) vaut par son caractère initiatique vécu dans un groupe, le plus souvent, d'amis à qui on veut montrer quelque chose de nouveau sur soi, ou plus radicalement « marquer un passage (*dixit l'un des enquêtés*) ». Cette expression ne constitue pas un « mot en l'air » puisque « l'enterrement de la vie de garçon (ou de jeune fille) » constitue les troisième et quatrième motifs de venue sur le site (Ferrand, *op. cit.*)... La recherche de nouvelles

---

<sup>72</sup> Saut à l'élastique dans le vide (la tête en bas) attaché par les pieds et la taille.

limites sous les yeux de pairs (71,6 % des sauteurs sur ce site précis viennent entre copains ou amis) emplit l'activité d'un sens que les mots sont insuffisants à préciser. Un intérêt supplémentaire de l'enquête réside dans la comparaison des deux types de pratiques : le *bungy* « attire » des pratiquants plus jeunes, le *scable* des pratiquants plus âgés et plus souvent des femmes. Tout se passe comme si les groupes de clients choisissaient les pratiques qu'ils sont sûrs de pouvoir réaliser devant leurs proches. Ces mises en scène ressortent du modèle goffmanien de la figuration sociale : les « stratégies » de faire face demeurent ici essentielles pour comprendre les passages à l'acte corporel ou ludique ou pour reprendre une expression plus récente : des « actes de passage » (Le Breton, 2005, 94). Ces manières d'être identifiées et reconnues participent pleinement de « la construction ternaire de l'identité » (Heinich, 1999), la désignation, c'est à dire la manière dont les autres vous perçoivent ou vous jugent. Par « acte de passage », Le Breton veut souligner la participation active et personnelle de l'individu plus que son caractère collectif qui passe au second plan. Ce point mérite que nous nous y attardions un peu tant la présence des pairs est attestée en ce qui concerne le saut à l'élastique étudié, mais aussi d'autres enquêtes comme celle qui tentent de préciser ce point auprès des participants aux raids nature et aventure (Gauthier, 2001).

Car, les raisons qui influencent les « choix » apparaissent, ici, éminemment sociales... certaines engagent les individus vis à vis d'eux-mêmes, mais également et dans le même temps vis à vis de leurs proches dans des marquages qui sont tous sauf anodins comme l'enterrement de la vie de garçon ! L'activité ludique en elle-même recouvre, alors, des considérations plus profondes, convoquant le changement de statut des clients, mais aussi potentiellement le changement d'identité pour soi au regard des autres. Le moment de la pratique devient riche d'une rupture possible. Il est vécu dans toute son intensité identitaire mais, semble-t-il, pas uniquement vis à vis de soi. Il engage l'individu face aux autres, le plus souvent, nous l'avons vu, ses proches, mais aussi des personnes inconnues, les autres participants/clients. L'activité ludique (sauter dans le vide attaché à un élastique ou bien participer à un raid aventure en équipe) étant proposée aujourd'hui comme une offre ludosportive

---

<sup>73</sup> Activité récente (1999) elle consiste à glisser dans le vide en étant attaché en position debout à la taille par devant et derrière.

marchande n'exclue pas d'engager le client dans un versant beaucoup plus bouleversant pour lui face aux Autres. L'instant de vertige et sa gestion personnelle deviennent le gage d'un engagement personnel et finalement social dans le cadre d'une union conjugale à venir par exemple...

Or, une période de marge participe du rite de passage, elle marque véritablement le passage, par conséquent le changement de statut. Elle peut être vécue individuellement ou collectivement. Elle prend, selon nous, toujours un sens à la fois individuel et collectif aujourd'hui, même si les modalités peuvent surprendre dans nos sociétés marchandes où le tourisme sportif prend chaque jour des formes nouvelles, parfois surprenantes (Héas, Bodin, Rannou, 2001 ; Héas, Bodin, Rannou, 2004). Ainsi, participer à un *trek* peut sembler anodin, mais l'offre existante est telle aujourd'hui que vous pouvez facilement en marchant pendant une semaine durant vos vacances réaliser en même temps votre *coming out* puisque des treks lesbiens existent, bel et bien, depuis plusieurs années. Il est toujours possible de participer à un trek spécifiquement homosexuel dans son recrutement sans partager totalement les convictions et les pratiques des organisatrices et des autres participantes. Il reste que cette participation est susceptible de recouvrir un engagement individuel au regard de la communauté sexuelle, et plus largement au regard des Autres. La sortie du placard n'est pas totale *ipso facto*, elle est cependant largement revendiquée puisque l'Internet offre une couverture médiatique extrêmement large et que les loisirs constituent des éléments importants évoqués au quotidien à certaines époques de l'année en début ou en fin d'été par exemple (Bodin, Héas, 2002).

De la même manière, partir au loin, loin des siens, est susceptible de prendre une valeur initiatique remarquable d'émancipation au moment d'une rupture dans sa vie : divorce, séparation, changement d'activité professionnelle, etc. Le voyage prend alors une valeur d'évasion caractéristique surtout dans ses modalités minimales sous forme de trek et plus généralement de marche (Le Breton, 2000 ; Michel, 2002).

Sans partir si loin, le marquage identitaire, et plus précisément sexuel, est réalisable en participant aux *Francogames*. Cette manifestation annuelle organisée par la jeune fédération homosexuelle française (instituée en décembre 2001... au moment de

l'enquête<sup>74</sup>) peut ainsi devenir un passage obligé et particulièrement initiatique. Les difficultés de mise en place de cette fédération et sa faible visibilité moins de quatre ans après sa création dans sa version fédérale nous permettent de souligner que le groupe minoritaire ludique et sportif peut tout à fait prendre l'allure d'un rite de passage pour certains de ses participants. La visibilité n'est pas forcément le gage d'une meilleure acceptation, elle n'est pas non plus souhaitée par tous les participants, loin s'en faut. Certains membres d'associations sportives homosexuelles enquêtés pourtant la réclament et utilisent le sport parce qu'il véhicule une « image positive et dynamique des homosexuels en cassant l'image de grande folle » (responsable de l'association Chemin des Cimes). Alors, cette « image saine » permet de contrer les images « fausses et outrancières » des homosexuel(le)s véhiculées par la littérature et plus largement les médias. Nous pouvons mesurer ici l'importance de la fonction apologétique sportive en même temps que sa fonction d'intégration ou supposée telle (Bodin, Héas, 2002). L'analyse de ces populations sportives *Outsiders* laisse penser que deux éléments se combinent : un « engagement » et un « communautarisme » (Bodin, Debarbieux, 2004). Participer au sport homosexuel devient aussi un message adressé aux autres homosexuel(le)s qui n'osent pas le faire leur signifiant qu'ils ne sont pas seul(e)s. Le *coming out* est donc une affirmation de soi mais aussi un défi qui marque l'engagement de l'individu dans un acte solidaire et politique. « Pour cesser d'être confinés dans l'espace privé ou considérés comme dégénérés (homosexuels) [...] les acteurs qui construisent l'identité collective deviennent des militants qui interpellent la société » (Wieviorka, 2001, 129).

Il reste que les pratiques et les populations enquêtées sont parfois marginales en elles-mêmes, voire déviantes, lorsqu'elles exercent ou pratiquent des méthodes non reconnues officiellement, voire interdites légalement : *base jump*, spéléologie urbaine, certaines méthodes psychocorporelles qui utilisent le toucher, le massage, etc., arts martiaux très hétérodoxes, etc. (Héas et al.<sup>75</sup>, *en cours* ; Héas S., Bodin D., El Ali M., Régnier P., 2003 ; Régnier, Héas, 2002 ; Héas, 1996).

---

<sup>74</sup> Réalisée au moment d'un stage de second cycle universitaire qui a été l'occasion à l'étudiante de réaliser son *coming out* lors de sa soutenance de maîtrise (Macé, 2002). Héas et al., *en cours* de modifications après une première expertise à *Nouvelles Questions Féministes*.

<sup>75</sup> Florian Le Breton, étudiant en Master 2 actuellement en STAPS, Rennes 2.

Les formes de marginalisation doivent être épurées des jugements de valeur, souvent négatifs, qui leur sont classiquement accolés. A cette condition, il est possible d'aborder d'une manière plus objective des pratiques et des pratiquant(e)s suivant nos questions/lignes directrices. Soit, d'une part, des individus qui sont engagés consciemment ou non, dans des épisodes vertigineux caractéristiques d'un changement d'être au monde pour le dire d'une manière globale. D'autre part et, en même temps, des individus qui participent à des pratiques, si ce n'est à des mouvements, socioculturels peuvent être marginaux/marginalisés (*Outsiders*), et parfois, emprunter un processus initiatique puissant.

### **B) Vers une « démarginalisation » ?**

Les méthodes d'investigation en sciences humaines et sociales, mais aussi l'avancée des NTIC semblent radicalement transformer le paysage de certaines pratiques corporelles, physiques ou ludiques. Nous pouvons nous demander pour poursuivre ce point si l'Internet ne constitue pas, dans certains cas, un véritable outil de diffusion, bien sûr, mais surtout de « démarginalisation » de certaines populations, donc de certaines pratiques corporelles pour ce qui nous concerne ici à travers nos analyses sociologiques.

Le terrain abordé une seule fois pour l'instant, de l'activité trekking en 2001 (cf. *supra*), nous a permis de prendre la mesure du bouleversement en terme de visibilité par l'utilisation méthodologique de l'outil Internet (Héas, Bodin, Rannou, 2001). Nous avons, depuis, renouvelé l'expérimentation de cet outil pour d'autres investigations : jeux vidéo, comportements alimentaires, *base jump*, ultra endurance, pratiques sportives des immigrés, méthodes de relaxation en 2004, etc. (Mora, Héas, 2003 ; Bacon, 2003 ; Héas et al., 2005a ; *travaux en cours*). L'Internet permet par exemple d'aborder des populations discrètes... discrètement.

La question de l'obésité au collège n'est pas apparue sur le bassin rennais comme une question digne d'intérêt. Les responsables pédagogiques et administratifs des institutions scolaires bretonnes étaient réticents, par exemple, à la distribution supervisée d'un questionnaire sur ce thème. Par contre, ils se déclaraient beaucoup

plus ouverts à la question de l'anorexie aux débuts des années 2000. Le questionnaire a été distribué mais il s'est révélé moins riche d'enseignement que l'approche adjacente *via* l'Internet. Ce dernier a permis d'aborder les jeunes obèses « directement » chez eux sans avoir à attendre les autorisations scolaires qui tardaient à se manifester, ni même les autorisations des parents ce qui est moins strictement déontologique ! Par ce biais technologique les contacts ont été maintenus plusieurs semaines, la population ciblée a accepté, ensuite, l'entrevue en face à face. La facilitation d'accès semble, ainsi, avérée par l'Internet. Par contre, l'outil informatique en général et les NTIC en particulier demeurent des moyens qui ne sont pas uniformément disponibles et utilisés. En ce sens, ils surdéterminent les populations accessibles effectivement. Les approches de terrains comme la capoeira, la spéléologie urbaine ou l'ultra endurance ont poursuivi ces premières avancées. Dans le cas des immigrés Vietnamiens et des Français d'origine Vietnamienne, l'Internet a permis d'entrer en contact avec des sous populations introuvables sur le bassin rennais en raison de leurs caractéristiques d'âge par exemple, par conséquent d'ancienneté sur le sol national (*op. cit.*, 2005).

Nous avons tenté de synthétiser la valeur ajoutée de ces différentes tentatives d'accès à des terrains par l'Internet avec l'aide d'une sociologue spécialisée dans les terrains difficiles puisqu'elle a réalisé une enquête rigoureuse de l'univers sadomasochiste (SM) (Poutrain, Héas, 2003 ; Poutrain, 2003).

Sans entrer dans le détail de la problématique de l'influence des technologies nouvelles sur les sociétés actuelles, force est de constater que les NTIC peuvent constituer des terrains (et/ou des accès exploratoires, exclusifs ou confirmatifs de ces terrains) avantageux et riches pour peu que le chercheur ne s'illusionne pas sur la transparence et, bien sûr, sur la neutralité des informations recueillies. En effet, désormais, un simple particulier ou quelques sportifs passionnés peuvent sans trop de difficulté rivaliser en terme de visibilité de l'offre de service sportif avec une société fortement implantée depuis plusieurs années, voire face à une firme transnationale du tourisme par exemple. A la même période que pour l'analyse princeps du trek, une enquête concernant le surf a souligné ce point (Héas, Bodin, 2001). Une association locale de surfeurs peut ainsi lorsqu'elle s'agrège à un mouvement international (*Surfrider Foundation Europe*) devenir une force de propositions non négligeable, consciente de ses responsabilités en même temps que de son pouvoir local, voire

« glocal » (Weil, 1993). Toutefois, la plus grande visibilité possible techniquement par l'Internet doit être analysée spécifiquement et contrôlée par les analyses sociologiques.

Cette transformation potentielle du terrain, des relations entre les enquêté(e)s et l'image véhiculée par ces populations, a très tôt fait partie intégrante de nos préoccupations de chercheur. Pour reprendre l'analogie avec l'expérience de N. Barley au Nord Cameroun, qui fût tour à tour docteur, chauffeur de taxi, prêteur d'argent à fond perdu, père adoptif, etc., il s'est présenté à nous de rendre certains services aux professionnels de la relaxation : faire le taxi également, documentaliste : indiquer des références bibliographiques et les coordonnées de tels lieux de formation relaxative, prêter/donner des livres, coller des affichettes à la Faculté -- ce que nous n'avons pas fait --, ou bien, conseiller aux niveaux juridique et publicitaire, sans oublier le rôle primordial de soutien du moral des professionnels débutants ou bien de ceux qui traversent une période de crise professionnelle, etc. (Barley, 1997 ; Héas, 1996, 68). L'instrumentalisation du savoir (sociologique ou autre) est possible non seulement par les décideurs ou les sociologues eux-mêmes, mais aussi par leurs enquêté(e)s.

Ce risque professionnel identifié doit permettre au chercheur de préserver une posture vigilante et distanciée. Cette réflexion méthodologique est tout autant théorique qu'épistémologique. Elle souligne tout simplement le possible engagement du sociologue réalisé dès l'instant où il « choisit » un terrain (Elias, 1993 ; Castel, 2000 ; Godbout, 2000). Le travail sociologique est une « tentative de réponse à une demande sociale » plus ou moins clairement formulée et, en ce qui nous intéresse davantage ici, « la demande sociale n'est pas seulement exprimée par les groupes dominants, elle est aussi tapie dans les souffrances de ceux qui pâtissent sans avoir les moyens de comprendre pourquoi « ça cloche » » (Castel, 2000, 284). Ainsi, lorsque nous avons réalisé le retour d'analyse concernant le positionnement stratégique de *Surfrider Foundation Europe*, ce point a été souligné par le directeur exécutif avec qui nous avons eu entretien : « cela fait drôle de côtoyer Nike ou Adidas et d'être considéré comme un « gros » ! ». Lorsque le déséquilibre entre les pratiquants, usagers de la mer dans ce cas précis, et les intérêts économiques des pétroliers et autres commerces maritimes, est important le chercheur risque de

« tomber dans l'engagement » partisan, c'est pourquoi il semble plus adéquat de considérer la posture du sociologue comme « stratégique » et éclairant les décideurs plutôt que comme partisane ou, *a fortiori* comme un porte parole (Godbout, 2000). Mais il faut accepter aussi comme le suggère Morin que « la dissociation scientifiquement indispensable entre observation et participation est une dissociation intellectuelle qui n'exclut pas la participation affective » (1984, 223). Cette difficulté est la nôtre actuellement lorsque nous tentons d'analyser les publicités affichées dans les magazines tout en prenant part au mouvement militant de lutte contre les publicités sexistes (émanation de *La Meute*). Le faible nombre de militants en France, *a fortiori* en Bretagne, ne permet pas à l'enquêteur d'être neutre ou de ne pas dévoiler sa posture de sociologue. Le groupe militant sans attendre des comptes de la recherche en cours, nous demande implicitement de faire fonction de caution scientifique à leur combat contre les humiliations dont certaines publicités font montre à l'égard des femmes...

Les relations parfois étroites avec les enquêté(e)s compliquent singulièrement la tâche du sociologue qui est parfois difficile à tenir. Nous l'avons expérimenté également lors d'une situation exigeant un degré d'implication continu moindre : le colloque international féministe de Toulouse. Après plusieurs jours de congrès, la posture d'homme s'est avérée délicate (selon un comptage personnel en moyenne moins de dix hommes par jour sur plus de 800 conférencières et participantes aux débats étaient présents !). La prise de parole est devenue progressivement impossible tant la pression du groupe dominant (ici, les femmes... pour une fois !) s'attelait à restreindre les possibilités d'intervention ; restriction activée y compris lors des communications orales effectuées...

Garder la distance sans perdre le contact avec les enquêté(e)s constitue la précaution sociologique réitérée dans l'œuvre d'Elias. Il souligne l'importance de l'analyse critique des mots utilisés par l'enquêteur et les enquêté(e)s : ce travail constant permet d'éviter un tant soi peu ce péril inhérent au travail sociologique, et plus largement scientifique (Elias, 1993, 63).

En effet, les difficultés longuement exprimées lors du travail de thèse par les praticiens en terme de visibilité dans l'annuaire téléphonique, mais aussi à travers les plaques professionnelles (voire les pancartes signalétiques sur les routes) sont totalement bouleversées avec l'Internet. Les sites *Web* se multiplient. A ce titre, les

praticiens ne semblent plus autant aujourd'hui en attente d'une visibilité/publicité de leur activité professionnelle. Le temps d'une décennie, les comportements ont radicalement évolué sous la pression des NTIC. Chaque praticien peut sans difficulté proposer différentes pages personnelles, des renvois vers d'autres sites auxquelles ils participent plus ou moins, etc. La question de l'invisibilité des pratiques psychocorporelles n'existe plus dans les mêmes termes qu'il y a seulement une dizaine d'années. Il n'est pas sûr aujourd'hui que les marginaux soient toujours les praticiens hétérodoxes observés à l'époque. Les malaises exprimés ces derniers mois par certaines catégories de praticiens étatiques, par conséquent légitimes, comme les infirmières, les chirurgiens, etc. sont, sans doute, révélateurs de ces changements brutaux. Un tel renversement était inimaginable au milieu des années 1990. L'attitude des *Insiders*<sup>76</sup> était encore parfois particulièrement méprisante à l'endroit des pratiques et des praticiens *Outsiders*. Aujourd'hui, la situation est tout autre... Plus insidieusement, l'invisibilité ou la neutralité bienveillante de l'enquêteur, du sociologue en ce qui nous concerne, n'est plus autant garantie par lui seul, dans sa relation avec « ses » enquêté(e)s. Car l'Internet constitue également un moyen de contrôle du statut du chercheur. Une simple recherche par mots clefs, ici le prénom et le nom du chercheur, permet aisément à chaque enquêté qui dispose de ces moyens technologiques de « savoir à qui il a à faire ». Cette remarque vaut également pour les étudiants de troisième cycle au moins qui n'hésitent pas à comparer leur tuteur à l'aune de leur visibilité sur le Net...

### *1) Des Outsiders stratégiques ?*

Aujourd'hui, il n'est pas inutile de considérer que les enquêté(e)s choisissent parfois de répondre ou de ne pas le faire à partir des informations qu'ils peuvent glaner par bouche à oreille, mais aussi sur l'Internet. L'analyse de populations comme celles des relaxologues permet de montrer en quoi elles fonctionnent à la marge du système de soin ambulatoire français par exemple... tout en l'utilisant amplement.

En tant qu'acteurs de soins interrogés sur leurs trajectoires de vie professionnelle (entre autres !), ils n'hésitent d'ailleurs pas à le critiquer largement tout en en

---

<sup>76</sup> Pour prendre le contre-pied de l'expression sociologique de Becker ou d'Elias, devenue usuelle.

bénéficiant<sup>77</sup>. *Idem* pour les pratiquantes de sport de tradition masculine, mais aussi pour les organisations de *trek* mentionnées ci-dessus ou de surf, de saut à l'élastique, de jeu vidéo, d'ultra endurance, etc.

L'explication sociologique en terme de domination institutionnelle, voire structurelle, n'épuise pas la réalité. Les *Outsiders* possèdent des moyens d'existence parallèles et orthodoxes. Ils peuvent cumuler les avantages des deux types de système... tout en minimisant les inconvénients respectifs de chacun d'eux. Tel praticien *es* relaxation formé dans une logique « établie » (*Established*) utilise dans un premier temps ce statut officiel pour « faire sa clientèle » (Elias, Scotson, 1997). Progressivement, il instille des éléments de pratiques hétérodoxes. Ensuite, il peut sans difficulté tout en restant dans le système orthodoxe, et profiter ainsi des remboursements de la part de la Sécurité sociale pour ses patients, pratiquer d'une manière totalement alternative (*Outsider*). Il ne s'agit pas de prendre pour argent comptant les critiques émises par les enquêté(e)s, ni même leurs stratégies explicitées face à nous, mais de tenter de comprendre leurs logiques d'action, de pensée, voire de résistance à l'ordre établi suivant le contexte et la manière dont ils le vivent. Notre articulation, modeste, des théories d'Elias, Bourdieu et Le Breton tente de préciser ce point (cf. *infra*).

Mais aussi, pour le dire autrement cela permet au sociologue d'adopter « une méthode (qui) ne se justifie que si elle ouvre une voie, *methodos*, si elle est un moyen de classer des faits jusque-là rebelles au classement. Elle n'a d'intérêt que si elle a une valeur heuristique » (Mauss, 1991, 312). Car la difficulté – toute relative par rapport à d'autres, comme mes collègues et collaborateurs Poutrain ou Bodin – pour aborder certaines populations est assez facilement contournable pour peu que le sociologue n'hésite pas à employer des moyens (des voies d'accès, pour reprendre Mauss) neufs : téléphone pour abolir les distances et maintenir un protocole d'entretien uniforme (Héas, 1992), entretiens par *chat* interposé qui permet d'entrer en contact avec des groupes particulièrement stigmatisés comme les obèses, ou groupes rétifs à tout contact avec des chercheurs (*base jumpers*, spéléologue urbain, joueurs de jeu vidéo en réseau, etc.). Cette ouverture méthodologique devient

---

<sup>77</sup> Est-ce une caractéristique du « double jeu des classes moyennes » comme l'indique rapidement une analyse des « indéfinissables classes moyennes (où)

complémentaire d'une ouverture théorique articulant des concepts provenant de différentes disciplines (histoire, sociologie, psychologie, etc.), et tentant modestement de conjuguer des approches théoriques, des « pôles », souvent distingués (Berthelot, 2001, 498)...

## 2) Vers l'analyse d'autres réalités sociales ?

« Avec Scotson : « Dans l'étude de la communauté urbaine proche de Leicester : le problème qui se pose aux sociologues est le suivant : il n'existe que très peu de différences observables entre ces deux dernières zones (quartier ouvrier central/respectable et quartier récent, considéré comme mal famé) puisque seules quelques familles posent problème dans le dernier quartier ; ce sont donc essentiellement des différences de perception qui construisent cette opposition, très ancrée dans les esprits, entre une communauté ouvrière « établie » et un quartier « marginal » ». (Heinich, 1997, 75).

Il s'agit plus largement par le détour de ces réalités hétérodoxes de mieux appréhender dans toute leur complexité des comportements trop souvent dénigrés, trop souvent mésestimés : « autre médecine », « autre sport », « autre activité corporelle ». Cette manière de procéder « par la bande » vise à défendre la conception d'une science totale dynamique permettant, selon nous, de mieux expliquer et comprendre des situations sociales complexes où la compréhension de « l'homme total » développant des dynamiques propres à chacun d'entre nous, en même temps qu'il participe collectivement à une société, elle-même en perpétuel changement (Mauss, *op. cit.*).

L'analyse sociologique de situations fortement ostracisées peut permettre de comprendre des inflexions spectaculaires, voire des revirements importants dans l'évolution d'un individu *lambda*, mais aussi plus largement dans celle d'une praxis. Telle pratique devient, ainsi, panacée après avoir subi l'opprobre pendant un certain temps. C'est le cas de la sophrologie dans le sport de haut niveau depuis quelques années... alors que cette pratique demeure marginalisée, sauf parmi des instances paramédicales, elles-mêmes minoritaires, ou encore, au sein de certains mouvements

---

se retrouvent (...) l'employé et le cadre supérieur, le technicien et l'avocat, l'instituteur et le professeur d'université... » (Accardo, 2002) ?

professionnels de masseurs kinésithérapeutes. Tel sport au féminin devient « intéressant » pour des raisons financières, mais pas seulement. Telle fédération comme le football ne cesse depuis quelques années de souligner l'importance du public féminin, et dans une moindre mesure des pratiquantes, car cette prise en compte « nouvelle » permet d'améliorer sensiblement l'image (le symbole pour la collectivité) du sport considéré. Comme le montre Bodin (2003, 72) : « que ce soit en Angleterre, en France ou ailleurs, les responsables des diverses fédérations nationales tentent de féminiser ce public. Toutes encouragent la venue des femmes pour faire du match de football une consommation familiale. La féminisation ne renouerait pas seulement « avec les origines plus bourgeoises du sport spectacle » (Bromberger, 1995, 218), il s'agit d'une politique délibérée et non dénuée d'arrière-pensées. Les publics davantage féminisés sont souvent moins violents. Les hommes se comportent mieux, faisant preuve de davantage de retenue, en présence de leurs épouses ou compagnes. Ces incitations sont censées redorer le blason d'une pratique sportive minée par des affaires de violences spécifiques et/ou récurrentes. La pratique honnie entre progressivement dans une phase d'acceptation sociale à partir d'une caractéristique jusque là détestable, voire considérée comme indécente. Comme l'ont montré des approches historiques récentes : l'acceptation d'une pratique, ici le football féminin, n'est pas acquise une fois pour toutes (Breuil, Dietschy, 2003).

L'optique éliásienne des processus est, ici, utile à rappeler. « (Les hommes) ont du mal à admettre que (les processus d'évolution de la société humaine) n'ont ni un sens ni but *a priori*, abstraction faite de ceux que les hommes assignent à ces processus » (Elias, 1981, 190). Cette approche « évolutionnaire » (Elias, 1993, 192) permet de « se garder d'une interprétation téléologique<sup>78</sup> qui supposerait un plan orienté vers un but » (Heinich, 1997, 13). Ce biais interprétatif semble toujours important et la vigilance épistémique devoir être toujours activée dans les sciences humaines et sociales car « ce qui nous manque c'est un mode de pensée, une vision d'ensemble (...) c'est un mode de pensée qui nous permettent de comprendre (...) comment une multitude d'individus isolés (...) forment une société et pourquoi cette société peut se modifier de telle sorte qu'elle a une histoire qu'aucun des individus qui la

---

<sup>78</sup> Biais téléologique qui se retrouve dans l'appréhension de phénomènes massifs comme les grandes catastrophes naturelles.

constituent n'a voulue, prévue, ni projeté telle qu'elle se déroule réellement » (Elias, 1990, 41).

Les savoirs/pouvoirs des hommes sont loin d'être aussi importants et cohérents concernant les relations entre eux, *a fortiori* concernant les relations avec les mondes animaux, minéraux et végétaux. Les sciences de la nature sont, elles aussi plus modestes quant aux explications/compréhensions à donner à une évolution, *a fortiori* à l'Evolution : théorie le plus souvent en dehors des thèmes de prédilections des sociologues ou des historiens, et pourtant abordé par Elias pour tenter de préciser sa sociologie processuelle (Elias, 1993, 175-254). Ce que confirme le paléontologue et vulgarisateur prolifique, Gould : « La nature a, en quelque sorte, toujours le dernier mot. Elle ne se prête pas à nos naïfs espoirs, ni marottes, mais demeure parfaitement compréhensible. L'évolution obéit à la succession syncopée des coups de tambour de l'histoire contingente et complexe, façonnée par les hasards et les particularités uniques des moments, des lieux et des environnements » (Gould, 2002, 178).

Ainsi, l'Histoire et certaines circonstances exceptionnelles<sup>79</sup> (comme les guerres et l'effort des travailleuses à l'arrière des combats) peuvent favoriser un changement brutal et impensable quelques années auparavant. L'acceptation d'une pratique corporelle ou sportive jusqu'alors inédite, hétérodoxe, peut se produire pour un temps... avant de subir à nouveau les sarcasmes des groupes dominants s'ils ont restauré leur position sociale. C'est ce que montre, pour le football féminin, des analyses historiques récentes concernant l'entre deux guerres en France (Breuil, Dietschy, 2003). La féminisation croissante de certaines APS, traditionnellement masculines, revêt-elle aujourd'hui un caractère exceptionnel ou évolutif ? Difficile de le dire. Plus encore, il ne s'agit sans doute pas aux Sciences Humaines et Sociales de se prononcer sur une telle évolution à venir...

3) « Nos » *Outsiders ne sont pas des victimes, et... nous ne sommes pas leurs victimes non plus*

Au fil de notre parcours universitaire, nos regards se sont inmanquablement tournés vers les situations critiques où ce retournement, jamais définitif on l'aura compris, n'était pas opéré, loin s'en faut.

---

<sup>79</sup> Certains « accidents » au sens statistique du terme.

Des situations sociales ou culturelles évoluaient sensiblement sous nos yeux. Nous avons aimé profiter de ces moments de transition et plus généralement de changement pour exercer notre « regard sociologique » (Hughes, 1996). Reprenant en cela une conviction de cet auteur – découverte après notre travail de thèse<sup>80</sup>. Elle souligne et ajoute tout en correspondant précisément à la problématique éliasiennne *Outsiders versus Established* que l'analyse des pratiques marginales ou ostracisées s'en trouve facilitée.

Selon Hughes, en effet, loin d'être une difficulté, l'approche sociologique des *Outsiders* est inversement proportionnelle aux « obstacles que rencontre l'analyse sociologique d'un ordre de phénomènes (qui) sont particulièrement forts pour ceux d'entre eux qui bénéficient d'une plus grande légitimité – ou pour employer un terme utilisé par Becker, pour ceux qui se trouvent au sommet de la hiérarchie de la crédibilité (...) Ainsi, pour étudier la profession médicale, on gagnera à s'appuyer sur l'analyse des métiers de faible statut et à souligner les « limites du système d'action » dans lequel se trouve immergé le phénomène étudié (Hughes, 1996, 53). Nous comprenons mieux maintenant l'intérêt de notre principe méthodologique (non théorisé à l'époque) appliqué avec rigueur en ce qui concerne l'Eutonie et l'ensemble des méthodes de relaxation : ne pas interroger les représentants des collectifs, des institutions représentatives des praticiens. Souci méthodologique que nous avons maintenu en ce qui concerne l'ensemble de nos autres populations d'enquêtes depuis : pratiques ésotériques et/ou risquées, sports collectifs masculins, etc.

Lors de la première enquête concernant les eutonistes nous n'avons jamais rencontré de représentants officiels de la pratique. Dans la seconde, nous avons réalisé le premier entretien avec un représentant élu d'un groupe de praticiens après... 50 entretiens (soit la totalité de notre corpus envisagé *ex ante*). D'ailleurs, la rencontre du discours officiel tenu par cet enquêté tout au long de son entretien en face à face nous a permis de clore notre salve d'entretiens en ayant l'impression « d'avoir fait le tour » des questions posées à l'époque à ce terrain des relaxologues. Au-delà d'un opportunisme, puisque nos travaux sont antérieurs, notre manière d'aborder ces populations « marginales » semble concorder avec une récente dénonciation de l'approche « victimaire » qui peut paraître suspecte aujourd'hui, surtout depuis que

---

<sup>80</sup> Dans la mesure où l'accès à ces travaux traduits en langue française s'est réalisé quelques semaines après le dépôt de mon manuscrit de thèse.

certain auteurs ont tenté de montrer les effets potentiellement sclérosants de telles positions (Badinter, 2003 ; Iacub, 2004).

Nous avons parfaitement conscience – depuis fort longtemps à titre personnel -- de ces effets pervers possibles. Nous utilisons consciemment l’approche sociologique pour dépasser ce stade de la victime. Notre ambition est de montrer les tenants et les aboutissants de telles situations pour mieux comprendre comment les principaux intéressés les dépassent individuellement mais aussi collectivement, le cas échéant, pour mieux permettre aux enquêté(e)s de les dépasser. Pour montrer, enfin, l’intérêt d’une approche précise de ces situations particulières et minoritaires, par conséquent peu visibles. La sociologie de l’expérience a précisé ces écueils et ces chausse-trappes (Dubet, 1994).

Chaque situation étudiée permet de dérouler l’ensemble des déterminations qui l’ont largement produite. Pour autant, les différents acteurs en situation possèdent leur(s) « mot(s) à dire ». Leurs comportements, mais aussi leurs rationalisations *a posteriori* recueillies *in situ in vivo* ou par l’intermédiaire de médias comme les revues professionnelles, associatives, etc. ne sont pas inintéressantes pour mieux comprendre comment ils arrivent à déjouer leur « destin » pour reprendre une terminologie moins scientifique (Benasayag, 2004).

Cette manière sociologique, et plus largement anthropologique, d’aborder le monde social permet, selon nous de contrer efficacement l’intégrisme identitaire et statutaire trop souvent à l’œuvre dans les médias mais également dans les rangs des chercheurs en sciences humaines et sociales. Ecueil que d’autres tentent de dépasser (Laplantine, 1994 ; Kaufmann, 2004). Il nous semble qu’aucun statut ni aucune identité déclarés ou installés à un moment donné ne contraignent à ce point les individus ou les groupes qu’ils ne puissent en jouer pour réaliser ce qu’ils souhaitent ou désirent, y compris parfois en stricte opposition avec la ligne de conduite officielle annoncée ou valorisée à un autre moment, donc dans une autre situation sociale. En tous les cas, « nos » populations étudiées aussi dominées fussent elles ne relevaient jamais d’une telle contrainte ou détermination totalitaire...

*Des populations multiples et variées pour des identités plurielles*

Nos analyses s'appuient sur l'étude de différentes populations nous l'avons largement souligné jusqu'ici. Ces analyses variées permettent de préciser comment les individus et les groupes sociaux naviguent sans cesse dans un paysage mouvant : les repères, leurs repères, sont plus ou moins flottants, les statuts jamais totalement figés et fixés une fois pour toutes. L'avantage objectif (un diplôme d'Etat, une reconnaissance institutionnelle forte ou bien une ancienneté de pratique) n'est pas systématiquement le gage d'une concordance entre situation objective et subjective. La, plus ou moins, grande concordance entre statut social et exercice quotidien de la pratique colore d'un ton plus ou moins harmonieux le vécu par les individus, *a fortiori* par les groupes qui revendiquent telle ou telle étiquette professionnelle ou ludique.

Les désavantages objectifs (statut flou et/ou largement minoritaire, voire dominé) sont exprimés, parfois, sur un mode majeur et manifeste : contournement de la loi, fête hyperbolique, rigueur du travail personnel, etc. Ils permettent également aux individus et aux groupes de se construire un manteau identitaire, de le retourner, voire d'en changer, sans compromettre totalement leur rapport au monde (Héas, 1996, 233). Cette thèse a été développée brillamment par d'autres (Le Breton, 1990, 1992) nous voulons la compléter modestement ici à partir de ces multiples terrains.

Pour mieux saisir ces processus, nous portons notre focale sur des situations sociales (professionnelles, ludiques, etc.) à l'interstice de mondes présentés comme opposés notamment par les instances officielles qui, par définition sociale, défendent un état de fait (réglementaire, coutumier, traditionnel) dont elles sont largement le garant. Joueuses dans un monde de joueurs, praticiens hétérodoxes dans un monde médical orthodoxe, sportifs homosexuels dans un monde sportif hétérosexuel dominant, femmes dans un monde professionnel ou ludique masculin, icônes et mannequins féminines dans un monde (publicitaire) masculin, etc. L'analyse de ces situations « entre-deux » permet de souligner les décalages vécus entre les situations réelles et au contraire les situations, voire les rapports de force, plus formels que rigidifient diplômes ou réglementations. Ces normes et codes en place cristallisent, en quelque sorte, d'un point de vue structurel un état de fait dominant, voire discriminant.

Nous soutenons la thèse d'un « manteau d'Arlequin » (Le Breton, 1992) identitaire et statutaire qui fonctionne comme une interface flexible entre, d'une part, les contraintes et les atouts objectifs et, d'autre part, les contraintes et les atouts réellement expérimentés et utilisés. L'originalité de notre approche réside, nous semble-t-il, dans l'articulation de cette question avec celle, plus transversale, des usages corporels dans nos sociétés modernes et, plus précisément encore, à travers la notion de *self-control*.

Chaque situation de vie peut être, efficacement, analysée sous l'angle des représentations et interactions corporelles. En ce sens, les analyses sociologiques et anthropologiques effectuées révèlent l'importance de l'influence des images corporelles sociales sur les pratiques... mais aussi des pratiques sur les images véhiculées. Elles soulignent, en fait, le spectre culturel largement incorporé, et les effets permanents des corps dans les interactions professionnelles, sportives ou plus largement ludiques. L'analyse des représentations et vécus corporels redoublent l'intérêt pour des situations interstitielles. Les rapports à la conscience et au corps extrêmes (question 1) fonctionnent comme des révélateurs efficaces dans tous le sens du terme. Voire, ils constituent le vecteur ultime de revendication lorsque la situation est par trop excluante ou en défaveur des populations analysées (question 2).

### **C) Des symboles et des réalités : *coincidentia oppositorum* ?**

L'interrogation que nous voulons à l'avenir approfondir concerne la place du symbole (plus spécifiquement des symboles « corporels ») et son analyse scientifique, plus précisément socioanthropologique. Nous n'allons ici qu'effleurer cette question du corps comme champ symbolique qui devient le prolongement logique, selon nous, des développements précédents. Les images corporelles et sportives font désormais largement partie de nos vies modernes. Que montrent-elles et que véhiculent-elles ? Quelles influences ont, sur tout un chacun, certaines d'entre elles comme les présentations publicitaires des praticiens ou celles utilisant les pratiques corporelles et sportives ?

Ces dernières années ont souligné fortement le questionnement des violences à la fois réelles, mais aussi symboliques à travers l'influence des mass médias notamment (Héas,

Bodin, 2001 ; Bodin, Robène, Héas, 2004). La séduction publicitaire, par exemple, semble largement superficielle, en tous les cas, moins profonde et durable que ses détracteurs l'indiquent. Les consommateurs ne sont pas dans leur grande majorité dupes des mises en scène « imagières ». Leur efficacité est proprement symbolique, ce qui, anthropologiquement parlant, n'est pas une mince influence, bien au contraire. Les symboles véhiculent des éléments culturels essentiels parmi lesquels des messages qui peuvent devenir des vecteurs d'actions pédagogiques, voire thérapeutiques. La force du symbolique est reconnue dans les mythes (Lévi-Strauss, 1964-1971). Les analyses des publicités et des images comme les premières pages de magazine sont parties prenantes de cette problématique. La réflexion en cours sur l'héroïsme sportif à travers les discours de différents acteurs (journalistes sportifs, entraîneurs, sportifs, etc.) participe de cette analyse symbolique.

### 1) *Des violences en images, des violences en actes ?*

*Quid* de la violence alors ? Cette problématique n'est pas neuve. « Dagnaud rappelle que les fameuses « *Payne Fund Studies* » (du nom de l'organisme qui les finançait) avaient, dès les fin des années 1920, établi « une corrélation entre délinquance juvénile et forte fréquentation des salles obscures » aux Etats-Unis » (Molénat, 2003, 62). Le développement important des Nouvelles Technologies de l'Information et de la Communication (NTIC) a entraîné une « très forte demande sociale et institutionnelle émanant des associations familiales, de l'Etat, de la justice, des autorités de contrôle des médias, etc. » (Maigret, 2003, 57). Des groupes se sont opposés et s'opposent toujours quant au contrôle des images véhiculées par ces NTIC comme nous l'évoquons dans nos analyses des publicités magazines utilisant les APS comme toile de fond ou comme vecteur (Héas et *al.*, 2004 ; Héas et *al.*, *en cours*). Des mouvements contestataires anti publicités, notamment en France, sont particulièrement actifs contre cette invasion publicitaire, notamment les publicités sexistes (Héas, 2005)...

Pour autant, les influences de telles images de violences en tout genre (combats ritualisés et codifiés dans le cadre des APS, mais aussi humiliation *versus* valorisation systématique de certains groupes sociaux, ou figures stéréotypiques) ne semblent pas aller dans le sens, *ipso facto* et d'une manière irréfutable vers une accentuation des violences perpétrées. Les recherches se perdent parfois dans des formalisations mathématiques complexes pour finalement évoquer des « prédispositions à la violence », voire « probablement des bases génétiques » à de tels comportements (Slater et *al.*, 2003, 716). Par contre, sur le long terme, les résultats « vont dans le sens d'un noircissement du monde. La violence déployée par les images aurait tendance à inhiber le téléspectateur plus qu'à l'inciter au passage à l'acte d'agression ; elle le rendrait plus craintif et plus insécurisé »... ce qui ne veut pas

dire violent, *ipso facto*, envers les autres. En effet, « à supposer que les médias exercent une influence anxiogène, pourquoi cette influence se traduirait-elle nécessairement par la violence ? » (Maigret, 2003, 57).

*A fortiori*, se pose le problème de la définition de la violence et plus précisément de l'image violente. Un coup de poing dans la figure dans le cadre d'un combat de boxe est-il plus violent qu'une scène où le héros insulte allègrement tout ceux qu'il « croise » dans la partie de JV ? Pour résumer ce point, les recherches tendent à souligner aujourd'hui que les images, violentes ou non, peuvent avoir une influence. Surtout que la violence en image médiatisée ne peut être « reçue » indifféremment. Mais, aussi que les (télé)spectateurs, *a fortiori* les sportifs et/ou les connaisseurs, ne sont pas inactifs face à de telles images. Les conditions de vie tout autant que les situations de jeu, en ce qui nous concerne ici, sont importantes à préciser pour ne pas simplifier outrageusement les conclusions à porter sur telle ou telle émission ou diffusion sportives. En effet, les médias deviennent facilement des boucs émissaires de problèmes sociaux plus larges et plus profonds. « L'accusation des médias peut aussi rapidement excuser la perte de l'autorité parentale au sein de la famille et l'utilisation de la télévision comme *baby sitter* » (Maigret, 2003, 59). Néanmoins, les travaux en ce domaine sont importants et les résultats peuvent être disparates<sup>81</sup>.

C'est pourquoi, nous voulons modestement compléter ces analyses à partir des différents terrains déjà abordés dans notre parcours et questionner à nouveau et plus spécifiquement les symboles corporels ; nous entendons par là tous les gestes et éléments de pratiques qui deviennent des emblèmes, des « portes drapeaux » des activités concernées, mais aussi parfois, des éléments de résistances aux humiliations vécues ou constatées sur le terrain par les acteurs (et actrices) eux-mêmes.

---

<sup>81</sup> Cf. Médias et violence. *Les cahiers de la sécurité intérieure*, n° 20, 2<sup>ème</sup> trimestre 1995.

2) *Les pratiques et les images peuvent devenir des symboles efficaces*

Dès le travail de thèse, la place particulière de la posture du lotus mais aussi celle de la position allongée sur le dos (dans les publicités de l'époque, mais aussi tels que les praticiens pouvaient les exercer, les vendre à travers leurs plaquettes publicitaires, et finalement les relater en entretien de face à face, mais aussi les exercer au cours des séances de relaxation avec observation participante) nous ont permis de réfléchir à leurs implications symboliques dans un premier temps, mais aussi, sur leurs implications très concrètes d'un point de vue professionnel et pécuniaire. Relaxer en position allongée ou debout ne possèdent pas les mêmes implications symboliques, voire ne réfèrent pas aux même modalités de pratique de la relaxation. L'étude de la position des corps en interaction, en situation, s'avère essentielle pour mieux appréhender la pratique observée plus ou moins directement. De la même manière, être au comptoir ou dans la salle d'un bar ne possède/procède pas, de la même logique d'action, de la même implication dans le jeu mis en scène (Spradley, Mann, 1979 ; Héas, Bodin, 2003), mais aussi, sans doute, de la même position dans la trajectoire sportive, voire dans celle plus générale du domaine sportif. Ces différentes manières de parler d'une posture corporelle sont complémentaires et non antagonistes.

Les mots pour exprimer l'analyse d'une situation sont, eux-mêmes, des procédés symboliques efficaces : le découpage académique et les intérêts bien compris à la balkanisation des laboratoires de recherche rigidifient sans doute les oppositions entre « position » *versus* « logique d'action », *versus* « figuration sur une scène », etc. Nous tenterons d'analyser certains cas particuliers afin de montrer les articulations possibles entre ce qu'il est convenu d'appeler des paradigmes sociologiques... trop longtemps opposés d'une manière doctrinaire, voire dogmatique (Bodin, Héas, 2002). Notre approche sociologique n'est pas et n'a jamais été unidimensionnelle, « uniparadigmatique » pourrait-on dire. Elle tente d'articuler au moins trois axes paradigmatiques : les approches bourdieusienne, éliásienne et celle de Le Breton.

Les symboles méritent que la sociologie s'y attarde davantage. L'histoire a engagé ce travail d'une manière presque logique. Des analyses anciennes et d'autres plus

récentes nous le rappellent fort à propos (Schmitt, 1990 ; Pastoureau, 2004). Les traces laissées par les archives relèvent parfois de cet ordre : statues, enluminures, icônes, images saintes, etc. L'historien se trouve confronté à ces traces dont il lui faut analyser à la fois l'utilité réelle, mais aussi leurs constructions et implications symboliques. La sociologie semble se méfier de tels objets. Pourtant, des études *princeps* ont montré l'importance réelle et concrète des symboles (images, gestuelles, etc.) dans la vie quotidienne des hommes : les mots, mais aussi les postures corporelles, sont signifiants et sont enchâssés dans des rites et des codes normatifs particulièrement subtils (Mauss, 1991<sup>82</sup> ; Lévi-Strauss, 1964-1971). Depuis, dans le domaine de la médecine hétérodoxe notamment, des analyses fines ont souligné l'importance de ces symboles agissant profondément dans la vie des hommes, des patients, qu'ils soient migrants ou non (Chertok, 1992 ; Nathan, Stengers, 1995). Ces études pionnières ou plus récentes convoquent les analyses symboliques relativement à des questions sociales importantes comme celle de la maladie et plus largement du malaise, et *in fine*, de la question humaine fondamentale articulant crainte de la mort et désir de vivre (Comar, 1993 ; Le Breton, 1991, 2002). Nous avons tenté une telle approche à propos des méthodes de relaxation puisque les soubassements mortuaires de la pratique semblent attestés (Héas, 1995). Depuis, nous complétons ces analyses par l'étude d'autres facettes corporelles : la propreté par exemple... reprenant à notre compte des études historiques aujourd'hui célèbres (Elias, 1973 ; Vigarello, 1985).

### 3) *Le symbolique n'est pas seulement virtuel et vice versa*

Le fait qu'un de nos auteurs d'appui depuis de nombreuses années, à savoir Elias, analyse les sociétés modernes sous cet angle précis, nous incite à le tenter, ici, plus modestement : la « théorie symbolique » (Elias, 1995).

Cette propédeutique s'avère indispensable tant les mots et leurs symboliques permettent trop facilement d'exclure ou d'ostraciser certaines approches, voire certains objets (Mora, Héas, 2003 ; Poutrain, Héas, 2003 ; Poutrain, 2003). Ainsi, virtuel et symbolique confèrent souvent dans l'esprit du sens commun, mais également chez certains chercheurs, des connotations futiles, voire négatives. Le

---

<sup>82</sup> Ensemble de textes réunis dès 1950.

bouleversement informatique des dernières décennies est patent. L'importance de certains outils technologiques (les NTIC) n'est plus à démontrer dans la vie de tous les jours. Leur utilisation constitue même un élément distinctif entre les loisirs des hommes et ceux des femmes dans les sociétés contemporaines (Katz-Gerro, Sullivan, 2004, 181). Et pourtant, l'étude des pratiquants de jeu vidéo semblaient, il y a peu encore, inconsistante, voire suspecte (Roustan, 2003 ; Tremel, 2003). Les stéréotypes attachés au joueur inféodé à sa machine ne constitue pas la réalité. Cette image stéréotypique fonctionne, pourtant, comme un symbole négatif, un repoussoir efficace. L'exclusion de l'objet en même tant que son analyse constituent une violence symbolique parmi d'autres...

Or, les violences symboliques recèlent selon nous une importance toute particulière (Héas, Bodin, 2001). Les sous-estimer revient à « coller » à ce qui apparaît plus évident au regard néophyte, au « non connaisseur » d'une situation inconnue. S'arrêter aux seules violences réelles, pour ainsi dire palpables (car enregistrables avec les moyens techniques *ad hoc*), relèverait d'une approche véritablement réductrice (Mora, Héas, 2003 ; Bodin, Robène, Héas, 2004 ; Héas et *al.*, *en cours*) qui ne permet pas de percevoir les interactions ou inter relations sociales qui conduisent parfois à passer de faits, somme toutes, futiles et dérisoires, à des événements et des manifestations dangereuses. Ce serait également subsumer à la compétence technologique offerte à un moment donné l'exigence du « regard » du chercheur en sciences humaines et sociales. Or, à partir du moment où les précautions méthodologiques et théoriques désormais classiques sont prises et appliquées, nous trouverions dommage que la recherche scientifique se prive de telles sources informatives technologiques.

Plus largement, la question des symboles revient à analyser la place de l'imaginaire. Or, le contexte contemporain dévalorise fortement l'imaginaire lorsque l'idéologie dominante entretient le mythe de la transparence et de la rationalité de tous les actes humains (Benasayag, 2004 ; Kaufmann, 2004). Les sciences en général, mais aussi les sciences humaines et sociales semblent biaisées, malgré elles, dans leur approche des terrains par ce souci constant et contemporain de rendre visibles et surtout intelligibles tous les compartiments d'une vie humaine, quitte à les réduire à leurs plus simples expressions (comme les motivations conscientes, les stratégies de faire face et/ou les attributions par exemple relatées à travers les verbalisations *a*

*posteriori*). Cette tendance dominante achoppe parfois sur une fin de non recevoir lorsque la complexité des systèmes découverts préserve pour un temps plus ou moins long leur mystère (Morin, 1990). La notion de « mystère » elle-même devant être déconstruite car elle emprunte largement à notre culture judéo-chrétienne...

L'explication scientifique réductrice par ses protocoles et ses modes d'appréhension se heurte violemment à cette résistance intempestive du réel qui diffère de la représentation que la majorité s'en fait à un instant « t ». Ainsi, peut-on se gausser doucement de tel physicien des particules qui espère que le nouveau appareillage sophistiqué (le super accélérateur à particules) permette de confirmer l'existence de telle ou telle particule (le bozon par exemple) n'existant pour l'instant que dans les modèles mathématiques. En outre, les objets scientifiques les plus valorisés ont comme particularité d'être directement invisibles : ils sont détectés par leurs effets, leurs traces. Par exemple, le trou noir ou le gène (Stewart, 2004). Sans doute pourrions-nous ajouter les EMEH ou la violence symbolique. L'importance de certains symboles, le gène constitue sans doute le prototype actuel le plus éclairant (Kupiec, 2003 ; Latour, 1996), accapare tant d'énergie sociale et économique, que comprendre les effets de tels symboles ne peut, nous semble-t-il, rester une recherche vaine. Une telle étude peut permettre de préciser l'épistémologie des sciences sociales modernes, si ce n'est la critiquer...

## **CONCLUSION : Éléments pour une synthèse théorique**

« Devant une boîte noire nous prenons toujours une série de décisions. Devons-nous la prendre en considération Devons-nous la rouvrir ? Ou la laisser tomber par manque d'intérêt ? Est-ce que nous la rendons plus solide en la reprenant sans la discuter ? La transformons-nous au risque de la rendre méconnaissable ? ».

Latour B., (1995, 79). *La science en action*.

La question des normes corporelles modernes (Héas, 2005<sup>83</sup>) nous a semblé un temps constituer l'accolade permettant de réaliser un lien entre ces deux interrogations principales concernant la transe et le caractère *Outsider* des terrains investigués et la troisième induite celle des symboles et des imaginaires actuels (Héas et *al.*, 2005b). Entre prescriptions et proscriptions, les comportements humains oscillent et se transforment sans cesse. Les règles mises en place, d'une manière formelle ou non, rigidifient-elles à ce point les interrelations humaines, donc sociales ? Cette même interrogation doit être poursuivie en ce qui concerne les groupes sociaux analysés par les sociologues.

Nous ne le pensons pas au regard des analyses effectuées jusqu'à présent. En outre, la normalisation des comportements humains avance parfois sous le couvert d'une libération corporelle et psychique, voire sociale (Descamps, 1986 ; Héas, 1996 ; Vigarello, 1982, 1993). L'idéologie prônée et fortement valorisée pendant une période de l'histoire peut se diffuser sous le couvert manifeste d'un débridement qui s'avère pourtant, d'une manière latente, extrêmement pointilleux et exigeant. Les autocontrôles respiratoire et gestuel rencontrés lors de la pratique de l'eutonnie, puis lors des observations participantes des multiples méthodes de relaxation entrent de plein pied dans cette logique fausement libératoire (comme un jeu de dupe...). Ce qui, en aucun cas, n'exclue la possibilité que les individus engagés dans ces

---

<sup>83</sup> La commande d'un texte synthétique sur ce concept nous a permis de tenter de le dépasser (In : B. Andrieu, (2005), Dictionnaire du corps, Paris, Editions du CNRS, septembre).

formations et expériences ne les vivent comme une libération symbolique, et par conséquent réelle (Héas, 1992, 1996, 2004). Suivre une formation en eutonie ou en relaxation peut ainsi permettre effectivement à un individu de sortir d'une « routine » professionnelle, voire de rompre définitivement avec elle ; elle peut également et en même temps lui permettre de changer de mode de vie, tout ou partie. Là encore, un changement minime en terme d'emploi du temps à un moment donné (quelques heures de formation le week-end ou pendant des vacances dans le sud de la France) peut avoir des conséquences autrement importantes (Porquet, 1994). Le basculement normatif peut engager l'individu dans un renouvellement fort de son rapport au monde social, bien au-delà de son seul engagement professionnel (Héas, 1992). Ainsi, en est-il du passage en terme de déroulement temporel d'un travail professionnel hebdomadaire de type « fonctionnaire » par exemple à la mise en œuvre d'une activité libérale fortement risquée d'un point de vue pécuniaire et identitaire... puisqu'il répond à une demande par définition fluctuante.

C'est pourquoi aujourd'hui la question des normes nous semble devoir être comprise d'une manière beaucoup plus globale, et surtout plus dynamique. Les « simples » règles prescrites ou proscrites peuvent engager de profonds bouleversements statutaires, bien sûr, identitaires souvent, par conséquent axiologiques, voire sotériologiques (Héas, 2004). Les règles peuvent se doubler de véritables guides spirituels et somatiques. Dès lors, les anciennes normes au gré de ces transformations socioprofessionnelles et axiologiques peuvent se trouver totalement en porte-à-faux avec le nouveau mode de vie. Appréhender ces changements parfois brutaux en terme uniquement de changement de normes serait insuffisant à rendre compte du processus complexe en cours. La réalité semble beaucoup plus mouvante et les concepts déterministes traditionnels en délicatesse lorsqu'il s'agit de l'appréhender dans tous ses contours, au sein d'un contexte particulier, interactif, et lui-même mouvant...

En fait, nos analyses soulignent, davantage ces contournements de la norme, que l'application *a fortiori*, l'édification de la norme elle-même. Elles pointent les arrangements circonstanciés réalisés dans des situations précises, *même et surtout* si ces situations sont particulièrement dépendantes d'une structuration sociale forte : domination scolaire, médicale, masculine, etc. L'une, la structure, ne va pas

sans l'autre, le changement possible et la variation sur le thème structurel dominant. Quels sont les moyens utilisés, les changements vécus, voire dans certains cas, les stratégies mises en place, mais aussi les ajustements réalisés par les individus qui composent les groupes « minoritaires » que nous avons pu analyser (jeunes femmes sans diplôme, eutonistes, relaxologues, joueuses de sports de tradition masculine, etc.) ? Ces réactions/adaptations interactives constituent-elles des « moyens détournés » ou des usages plus courants, par conséquent des usages eux-mêmes normatifs ?

Nos propos visent, en somme, **à repenser la question des normes corporelles en y introduisant du « jeu » mais aussi le « sens du jeu »** : celui que nos différents terrains et populations enquêtées n'ont cessé de nous montrer, de justifier, de réclamer parfois. Il ne s'agit, évidemment pas de prendre « pour argent comptant » les informations qui remontent et/ou que nous collectons d'une manière plus ou moins systématique des terrains. Sans faire preuve d'originalité sur ce point, nous abondons dans le sens d'une sociologie prenant au sérieux les critiques des individus et des groupes à travers notamment leurs porte-parole sur les situations qu'ils vivent et parfois défendent (Duret, Trabal, 2001). L'analyse sociologique ne doit pas non plus évacuer les objets de son analyse : une paille roulée dans le coin d'une pièce, le confinement d'un car ou d'une arrière salle de bar, le fait de scruter pendant des heures un même écran d'ordinateur, ne peuvent pas ne pas être pris en compte dans l'analyse. Les « non humains » sollicitent fortement notre attention sociologique (Latour, 1995, 2001). Ces objets, mais aussi les techniques corporelles constituent autant de normes plus ou moins explicites, autant d'objets transitionnels et médiateurs entre les usages et l'analyse par un tiers. Pourtant, ils ne se soumettent pas servilement aux pratiquants, aux sportifs aguerris ou bien aux spectateurs. Ils influencent les pratiques corporelles autant qu'ils modifient les manières de les penser, de les imaginer individuellement, mais aussi collectivement.

L'approche normative gagnerait à prendre en considération ces données sans pour autant verser dans une sociologie rationaliste et individualiste... ce qui, selon nous, serait le comble d'un suivisme de l'atmosphère contemporaine dominante. Les individus et les groupes analysés au cours du temps (parfois sur plus d'une dizaine d'années) n'ont pas forcément ni même obligatoirement conscience des tenants et aboutissants des changements qu'ils nous relatent ou bien qu'ils mettent en œuvre ;

que ce soit dans leur vie professionnelle en ce qui concerne les praticiens psychocorporels, ou dans leur temps de loisir, en ce qui concerne les joueuses de football ou de rugby. Les analyses développées ici sont largement compréhensives : elles ne recouvrent pas, ou ne veulent pas recouvrir l'intégralité des vies des enquêté(e)s. Elles ne veulent pas non plus sous-entendre que les protagonistes enquêté(e)s sont systématiquement inconscients des changements qu'ils vivent, ni surtout qu'ils maîtrisent totalement ces événements. Il n'est point besoin d'avoir recours à une explication évoquant une quelconque logique préétablie, ni une inconscience aveugle.

Les phénomènes sociologiques observés ici procèdent du recoupement de différentes logiques, stratégies d'acteurs, mais aussi de phénomènes moins prédictibles, davantage hasardeux, voire improbables (Grossetti, 2004 ; Gould, 2002). Prenons comme exemple l'eldorado des pratiques psychocorporelles annoncés plusieurs fois à grand renfort de soutien médiatique depuis le début aux moins des années 1970. Force est de constater aujourd'hui que malgré certaines avancées dans des domaines comme le sport (et encore, très récemment), les pratiques paramédicales, et parfois psychiatriques, l'essor des pratiques relaxatives notamment est loin d'avoir répondu aux espoirs de ses promoteurs. Il est loin également d'avoir atteint les sommets craints par certains autres spécialistes directement en concurrence avec elles (pensons aux anesthésistes par exemple en ce qui concerne la gestion de la douleur, mais aussi les psychanalystes concernant la gestion de soi). Ces pratiques psychocorporelles relaxatives restent minoritaires, même si elles sentent beaucoup moins le soufre qu'il y a quelques années, leurs praticiens ne sont pas pour autant devenus les praticiens dominants aujourd'hui... loin s'en faut.

### **Vers une sociologie plurielle ?**

C'est pourquoi, nous ne cessons modestement de tenter si ce n'est de dépasser les approches normatives ou structurogénétiques, en tous les cas de les compléter. En somme, il s'agit pour nous, non pas d'ouvrir la « boîte noire » bourdieusienne comme a pu le faire récemment et nous semble-t-il avec intérêt et précision l'analyse de la « culture des individus » (Lahire, 2004), mais bien plutôt de dépasser en la transformant sans doute cette approche actualisée des cultures corporelles à partir

d'une articulation, peut-être originale, dans tous les cas récente, pour nous, d'autres approches paradigmatiques (Héas et *al.*, 2005a).

Nos analyses visent, en effet, à articuler ces structurations et autres dominations socioculturelles avec des approches différentes comme celles de Goffman, Elias ou Le Breton. Articulant ces différents cadres théoriques d'analyses, nous aimerions proposer *in fine* un angle d'analyse particulier ou plutôt un processus contemporain que nous avons indiqué depuis peu par l'expression : « **individualisation symbolique** » (Héas et *al.*, 2005a, 117). De plus en plus, nous pensons pouvoir aborder nos différents objets à partir de ce processus à l'œuvre dans certains cas particuliers observés et analysés : les pratiques sportives risquées, mais aussi celles qui, au contraire, apparaissent non risquées de prime abord (Héas et *al.*, 1995 ; Héas, 2005b). Nos analyses des *Outsiders* pour reprendre la formule éliassienne s'accordent à débusquer ces réactions ou réappropriations individuelles, microsociologiques...

Il ne s'agit pas de généraliser ce cadre théorique, mais il apparaît heuristique sur certains points d'analyse d'utiliser ce cadre particulier combinant à la fois la reconnaissance de phénomènes collectifs indéniables comme la domination masculine ou l'intériorisation des positions sociales respectives des protagonistes notamment dans les situations professionnelles ou ludiques. Mais aussi, de prendre en compte dans l'analyse les processus d'individualisation des comportements, si ce n'est des pensées, mais aussi celle accordant une place particulière aux symboles vécus et dégagés de certains contextes socioculturels par les pratiquants eux-mêmes, mais aussi par les autres acteurs/protagonistes. Comme l'indique Le Breton tout au long de son œuvre, le sens attribué à une action, à un geste, mais aussi à une pensée est une modalité puissante d'action, de réaction sur le monde, sur les autres, *a fortiori* sur soi (Le Breton, 1990 ; 1993 ; 1997). Sans ce sens donné ou reçu, « les sens prennent le relais » (Le Breton, 1991, 73). La sociologie développée prend parfois l'allure d'une sociologie que nous appellerons ici « sensible » (Héas, 2005e), voire « sentimentale ». Le sentiment ressenti avant, puis au cours de l'action, devient le guide axial des actions futures.

Selon l'auteur, et nous le suivons sur ce point, l'époque moderne radicalise tout à la fois la recherche de risque et celle de sécurité. Elles constituent toutes les deux des « réponses solidaires à l'anomie » (Le Breton, 1991, 82). Nous ne pourrions dans ce cadre éprouver la réalité ou non de cette supposée anomie. Ce travail exige à lui seul

une recherche de grande ampleur alliant différentes disciplines : économie, psychologie et sociologie au minimum. Elle, seule, permettrait, selon nous, de valider scientifiquement la thèse développée par l'auteur. Reste qu'elle est utile au moins pour deux raisons. Reste que l'anomie n'est pas à considérer uniquement ni même essentiellement sous un versant négatif : elle est aussi « moteur de toute société » (Maffesoli, 1985, 19)...

D'une part, la domination d'une médecine biotechnologique apparaît exemplaire de cette tendance déshumanisante/techniciste du monde contemporain. Elle réduit à une portion congrue les approches symboliques et sensibles de l'être humain. En ce sens, elle peut conduire à un véritable « Adieu du corps », entendu comme point de repère ultime lorsque le reste des relations humaines et sociales se délitent (Le Breton, 1999). Nous venons nous-mêmes de souligner après d'autres cette tendance lourde de l'évolution des APS : la quantification des relations et des situations sportives participe de ce mouvement de réification de l'action humaine, ici sportive dans sa version spectaculaire et professionnelle, mais aussi dans sa version plus usuelle et ludique (Héas, 2005).

D'autre part, l'anomie semble recouvrir la réalité anthropologique des personnes, parfois jeunes, qui s'éprennent de vitesse sur la route ou qui réalisent d'autres acrobaties dans un espace urbain et même en pleine nature (Le Breton, 2002). Elle nous a semblé correspondre tout à fait aux praticiens, souvent plus âgés, et les plus illégitimes rencontrés depuis le début des années 1990. Cette situation anomique semblent correspondre également aux contextes des joueuses de sport traditionnellement masculins aux débuts de ce troisième millénaire, et plus récemment encore aux coureurs d'ultra triathlon qui fort de leur résistance et endurance surentraînées courent et nagent, parcourent des centaines de kilomètres à vélo. La violence dans la recherche d'un cadre rassurant à travers une pratique corporelle n'apparaît pas toujours aussi frontalement aux yeux du chercheur, mais la recherche de sens pour soi caractérise chacun de « nos » enquêté(e)s depuis toutes ces années...

La symbolisation davantage individuelle devient alors un angle d'approche susceptible de préciser finement les situations observées chez les sportifs qui se tatouent par exemple. L'utilisation des marques de *sportwear* nous apparaît relever de ce processus dans une version moins impliquante pour l'individu : les plus jeunes

adultes n'hésitent pas à combiner des marques lorsque les spécialistes de marketing s'évertuent à cibler le plus finement possible telle ou telle catégorie de jeunes, les distinguer d'autres groupes. Chacun est, alors, susceptible de brouiller ces codages marchands par un manteau arlequin vestimentaire, qui peut au final retentir plus profondément sur l'identité en construction de l'individu concerné...

Le même ressort sociologique nous semble à l'œuvre dans les situations des ultra triathlètes ou bien dans celle de l'immigration vietnamienne étudiée sur une population très circonscrite mais avec un angle d'approche précis : que pratiquent les Français d'origine Vietnamiennne ou les Vietnamiens venus en France (Héas et *al.*, 2005a) ? Des analyses apologétiques et superficielles soulignent la valeur d'intégration des APS. Nous avons montré ailleurs l'idéalisme de cette approche : les APS sont les vecteurs axiologiques de la société qui les développe et/ou les accueille. Plus encore, les APS induisent et produisent de nombreuses violences, par conséquent des destructions possibles (matérielles, physiques, symboliques, mais aussi en terme de lien social) notamment dans leur version la plus compétitive<sup>84</sup>.

Pour autant, il n'est pas inutile de s'interroger sur les pratiques sportives, et plus particulièrement martiales, afin de mieux appréhender les situations d'immigration, et, en définitive, le phénomène d'intégration sociale. En effet, les équipes nationales sont désormais des lieux de transfuges<sup>85</sup>, de cohabitations, d'individus provenant d'horizons culturels divers. En dehors du très haut niveau, comment cette intégration est-elle réalisée, et comment est-elle perçue par les premiers concernés, les ressortissants d'autres pays ? Surtout, en France, la valorisation de ces emprunts sportifs extra nationaux impliquent essentiellement les pays africains et, en ce qui concerne les minorités ethniques françaises, les ressortissants des DOM/TOM. L'Asie est peu représentée dans le sport national français alors même que les résultats dans certains sports comme les sports de combat d'origine asiatique (judo, karaté ou taekwondo par exemple) sont performants. Dans ce cadre, dans quelle mesure la pratique physique elle-même participe-t-elle à cette construction

---

<sup>84</sup> Bodin, D., Robène, L., Héas, S. (2004). *Sports et violences en Europe*, Strasbourg, Editions du Conseil de l'Europe (disponible en anglais), septembre, 249 p..

<sup>85</sup> Les pays du Nord et quelques pays du Sud comme le Qatar s'arrogeant le droit d'offrir un changement de nationalité à certains sportifs de haut niveau afin de garnir leurs propres équipes nationales dans tel ou tel sport.

identitaire et au sentiment d'intégration des ressortissants moins valorisés comme les Vietnamiens ?

Sans entrer ici dans le détail des analyses, le processus d'individualisation symbolique semble à l'œuvre lorsque tel praticien qui survit à partir de sa pratique martiale vietnamienne nous dit la fierté de ses « disciples » à apprendre l'art du Viet Vo Dao avec lui dont les caractéristiques morphologiques et corporelles sont manifestement asiatiques. A l'œuvre également lorsque cette jeune femme parfaitement insérée professionnellement en France déclare avoir voulu pratiquer la même technique pour « se sentir plus vietnamienne ! ». Au-delà de ces deux exemples, nous pensons pouvoir développer cette approche sociologique sur la plupart de nos terrains d'investigation.

L'ultra triathlète dont les caractéristiques socioprofessionnelles sont souvent modestes devient par sa pratique extraordinaire un être d'exception, une référence, une rareté, autant qu'un individu qui force le respect de ses proches, mais aussi de personnes beaucoup plus éloignées de son contexte lorsqu'il participe à des compétitions à l'autre bout du monde. Prenant sur ses temps de loisirs et de vacances, l'extrême corporel dont il fait preuve l'éloigne considérablement de sa condition française objectivement limitée. L'*Outsider* devient un temps, peut-être, ce que d'autres analyses ont souligné dans d'autres secteurs culturels, notamment artistiques, un « Petit Singulier »... le pendant des figures historiquement validées et reconnues que sont les « Grands Singuliers » (Heinich, 1999).

Le détour par la synthèse, ici, de ces travaux passés et en cours a permis de circonscrire à la fois nos faiblesses et nos avancées. Nous participons, nous semble-t-il, de plus en plus activement aux débats sociologiques sur les usages sociaux du corps pour reprendre une expression déterministe en la complétant utilement d'autres apports théoriques. En ce sens, nous espérons avoir contribué et contribuer encore à « la science (sociale et humaine) en action » (Latour, 1995). Nos analyses couplées à celles de nos proches collègues participent aussi plus largement aux débats et controverses concernant la gestion de la violence ou de la précarité par exemple. Reste à affermir les laboratoires anthropologiques et sociologiques susceptibles d'appréhender ces questions corporelles et sportives... au moment où ils sont le plus

mis en balance (mis *Outsiders* ?), pour ne pas dire qu'ils sont mis directement en concurrence avec d'autres approches (davantage *Established* !) de l'être humain.

C'est pourquoi aussi, les groupes sociaux doivent faire l'objet d'une déconstruction de la part des sciences humaines et sociales, et non pas être considérés comme des « boîtes noires ». Nous avons voulu dès nos premières analyses sociologiques questionner ces catégorisations. La construction de typologies est parfois utile, nous avons nous-mêmes tenté ce genre d'exercice sociologique (Héas, 1991). Nous sommes plus réticents aujourd'hui et préférons aborder chaque groupe et sous groupe étudiés comme un processus en cours : objet de débats profanes tout autant parfois que de débats scientifiques. Objets de controverses, de pressions relevant d'intérêts divergents, de négociations plus ou moins formalisées, et surtout ce qui nous intéresse le plus depuis longtemps des processus personnels, intimes, qui engagent la personne vis-à-vis d'elle-même.

L'individualisation symbolique permet, nous semble-t-il, de déconstruire ces groupes sociaux trop rapidement constitués parfois pour les besoins de l'analyse. Nous avons pu nous en rendre compte avec l'analyse de footballeuses malgaches (Jude, 2004 ; Héas et *al.*, 2005c). La division opérée par l'enquêteur entre femmes rurales/pauvres et femmes citadines/riches s'est avérée insuffisante à relater leurs divergences d'implication dans une seule et même association locale animée par elles et elles seules (Héas et *al.*, *en cours*). Malgré un système de caste séculaire, la distinction groupale est plus complexe : les trajectoires individuelles et les interactions entre ces différents groupes de sportives malgaches complexifient beaucoup le paysage. Les *Established* en raison de leur passé, de leur statut civil, etc. peuvent être dégradées socialement à la suite d'une action particulièrement stigmatisées par les *Outsiders*. Ce faisant, ces dernières prennent conscience que la distance à l'autre groupe n'est pas si grande surtout lorsque la doyenne de l'association condamne fortement le débordement alcoolique (encore une EMEH en jeu !) de ses consœurs *Established*...

Au final, et c'est rassurant, les analyses sociologiques qu'elles soient fortement armées d'un point de vue méthodologique ou théorique demeurent toujours en deçà des réalités objectives et subjectives qu'elles sont censées éclairer. Cette conclusion n'est pas originale en soi, d'autres l'ont souligné (Wieviorka, *op. cit.*). S'en rendre compte à titre personnel et pouvoir le transmettre au cours de ses enseignements et d'un exercice de plus en plus collectif de la recherche constitue notre seule ambition...

## Références

- Accardo A., (2002). « Contester le système tout en l'utilisant. Le double jeu des classes moyennes », Paris, *Le Monde diplomatique*, décembre, p.3.
- Andrieu B., (2005). *Dictionnaire du corps*, Paris, Editions du CNRS.
- Atlan H., (2002). *La science est-elle inhumaine ? Essai sur la libre nécessité*, Paris, Bayard.
- Bacon M., , (2003). Norme pondérale sociale, sanitaire et sportive, Rennes, mémoire de DEA STAPS (Héas S. dir. Avec Y. Léziart et G. Loirand).
- Badinter E., (2003). *Fausse route*, Paris, Odile Jacob.
- Balandier G., (1986). *Sens et Puissance, les dynamiques sociales*, Paris, PUF (1ère édition, 1971).
- Barley N., (1997). *L'anthropologie n'est pas un sport dangereux*, Paris, Payot, (1988).
- Barruel, (1995). « Le déclin de la relaxation », Bordeaux, *Revue Française de Relaxation Psychothérapique*, n°14 « Parole et relaxation », pp. 171-184.
- Baudrillard J., (1970). *La société de consommation, ses mythes, ses structures*, Paris, Gallimard/poche (1986).
- Baudry P., Jeudy H.P., (2001). *Le deuil impossible*, Paris, Editions Eshel.
- Baudry P., (2001). « Marquer la chair », in *Cultures en Mouvement*, n°39.
- Baudry P., (1991). *Le Corps extrême*, Paris, L'Harmattan.
- Beaulieu M., (1986). « Histoire d'un espace : le stade », Paris, *Quel corps ?*, n°30-31, Edition de la passion.
- Becker H. S., (1985). *Outsiders. Etudes de sociologie de la déviance*, Paris, Métailié, (1963).
- Becker H. S., (2004). *Ecrire les sciences sociales ; commencer et terminer son article, sa thèse ou son livre*, Paris, Economica (1986, University of Chicago).
- Benasayag M., (2004). *Le mythe de l'individu*, Paris, La Découverte/Poche.
- Berthelot, J.M., (2001). *Epistémologie des sciences sociales* (dir.), Paris, PUF.
- Bodin D., Debarbieux E., (2004). « Révéler l'impensable ? Ou la question de l'homosexualité dans le sport de haut niveau ». In : P. Duret, D. Bodin (dir.), *Le sport en questions*, Paris, Chiron, 161-172.
- Bodin, D. (2003). *Le hooliganisme*, Paris, Puf, coll. QSJ ?.
- Bodin D., Héas S., Robène L., (2004). « Les goûts sportifs : entre distinction et pratique élective raisonnée », in : M. Ollivier & V. Fridman (dir.) « Goût, répertoires culturels et inégalités sociales : branchés et exclus », *Sociologie et Société*, vol. XXXVII, n°2, pp.187-208.
- Bodin, D., Robène, L., Héas, S. (2004). *Sports et violences en Europe*. Bruxelles, Editions du Conseil de l'Europe.
- Bodin D., Robène L., Héas S., (2005). « Une approche de la criminalité féminine à travers l'exemple du hooliganisme », *Criminologie*, Presses de l'Université de Montréal.
- Bodin, D., Robène, L., Héas, S., (2005). « Le dopage entre désir d'éternité et contraintes sociales : le cas de sportifs de haut niveau », *Loisir et société, (en cours)*.
- Bodin, Héas, Robène (à paraître). « Les femmes hooligans », *Science et motricité*.
- Boltansky L., Chiapello E., (1999). *Nouvel Esprit du capitalisme*, Paris, Gallimard.
- Bon N., Deschamps J.P., Guegen R., Labridy F., Perrin C., « Les activités physiques et sportives et la relaxation : base d'une stratégie de prévention passant par le corps », *Santé Publique*, n°6, 1989, pp. 48-55.

- Bouchayer F. (dir.), Biadi-Imhof A., Friedmann D., Guerard G., Karsenty S. & Weinberger M., (1987). *Les praticiens des " nouvelles " thérapies; stratégies de rétablissement professionnel et d'ajustement à la demande*, I.R.E.S.C.O.-E.R.S.P.I.
- Bouchayer F., (dir.), (1986). *Autres médecines, autres mœurs ; l'explosion des nouvelles pratiques de santé*, *Autrement*, n°85, décembre.
- Bourdeux C., (2003). « Par moments, la balance était mon dieu », Paris, *Soins psychiatrie*, n°227, juillet/août, pp. 18-20.
- Bouteyre E., (2004). « La réussite : le normal et le pathologique », Paris, *Revue de psychologie de la motivation*, n°37, juillet, pp.
- Breuil X., Dietschy P., (2003). « Le football et l'image de la femme dans l'entre-deux-guerres », In : L. Guido, G. Haver (ss dir.), *Images de la femme sportive*, Genève, Georg Editeur, pp. 99-110.
- Brohm J-M., (1993). *Les meutes sportives. Critique de la domination*, Paris, L'harmattan.
- Bromberger C., (2005). « Trichologiques : les langages de la pilosité ». In : Un corps pour soi (collectif), Paris, PUF/Pratiques physiques et sociétés, pp. 11-40.
- Broussarg, P. (1990). *Génération supporter*, Paris, Robert Lafont.
- Brunel V., (2004). *Les managers de l'âme. Le développement personnel en entreprise, nouvelle pratique de pouvoir ?*, Paris, La Découverte.
- Bui D., Gonzague A., Radier V., 2004. « Les révoltés du boulot », Paris, *Le Nouvel Observateur*, 23 septembre, pp. 12-22.
- Caillat, M. (1996). *Sport et civilisation*, Paris, L'Harmattan.
- Carroy, (1992). *Hypnose, suggestion et psychologie, l'invention de sujets*, Paris, PUF.
- Castel R., (2000). « La sociologie ou la réponse à la « demande sociale » », Paris, *Sociologie du travail*, 42, pp. 281-287.
- Castel R., (1981). *La gestion des risques ; de l'anti psychiatrie à l'après psychanalyse*, Paris, Editions de Minuit.
- Chertok L., (1989). *Hypnose et suggestion*, Paris, PUF q.s.j..
- Chertok L., (1992). *L'énigme de la relation au cœur de la médecine*, Le Plessis Robinson, Synthélabo, collection Les Empêcheurs de penser en rond.
- Clapier-Vallandon S., (1990). « Les modes médicales », Paris, Gallimard/La Pléiade, p.798.
- Corbin A., (2005). *Histoire du corps. De la Révolution à la Grande guerre* (dir.), Paris, Seuil.
- Coenen-Huther J., (2003). « Le type idéal comme instrument de la recherche sociologique », Paris, *Revue Française de Sociologie*, 44-3, 531-547.
- Comar Ph., (1993). *Les images du corps*, Paris, Découvertes Gallimard.
- Coubertin P. de, Rioux J.P., (1992). *Essai de psychologie sportive*, Grenoble, Edition J. Million.
- Cyrulnik B., (2001). *L'ensorcellement du monde*, Paris, Odile Jacob/Poches, 1997.
- Cyrulnik C., Morin E., (2000). *Dialogue sur la nature humaine*, Paris, Editions de l'Aube.
- Damasio A., (1995). *L'Erreur de Descartes ; la raison des émotions*, Paris, Odile Jacob.
- Damasio A., (2003). *Spinoza avait raison ; joie et tristesse, le cerveau des émotions*, Paris, Odile Jacob.
- Davisse, A., Louveau, C. (1991). *Sports, école, société. La part des femmes*, Paris, L'Harmattan.
- De Modenard J.P., (2004). « Football et dopage. Des manchots « chargés » : info ou intox... ? », *Les Irréductibles*, n°4, pp. 423-527.
- Delzescaux S., (2001). *Norbert ELIAS : une sociologie des processus*, Paris, L'Harmattan.
- Descamps M.-A., (1986). *L'invention du corps*, Paris, PUF.
- Descamps M.-A., (1992). *Corps et psyché ; histoire des psychothérapies par le corps*, Paris, PUF.
- Detrez C., (2002). *La construction sociale du corps*, Paris, Seuil/collection Points.
- Diana J.F., Meyer V., (2004). « Dire le dopage : les enjeux sociologiques et médiatiques »(dir.), *Questions de communication*, série actes 1.

- Donnat O., (1998). *Les pratiques culturelles des Français*, Paris, La Documentation Française/INSEE.
- Dubet F., (1994). *Sociologie de l'expérience*, Paris, Seuil.
- Durand De Bousigen R., (1992, 1971). *La relaxation*, Paris, PUF-q.s.j..
- Duret P., Roussel P., (2003). *Le corps et ses sociologies*, Paris, Nathan.
- Duret P., Trabal P., (2001). *Le sport et ses affaires*, Paris, Métailié.
- Duret P., Augustini M., (1993). *Sport de rue et insertion sociale*, Paris, INSEP.
- Dure, P. (1993). *L'héroïsme sportif*, Paris, PUF, coll. Pratiques corporelles.
- Dutruge A., (1994). *Rites initiatiques et pratique médicale dans la société française*, Paris, L'Harmattan.
- Ech Cherif-El-Kettani-Hajoui M., (1985). *Deux discours sur la personne dans sa dimension psychique et corporelle; psychothérapies occidentales et méthodes extrême-orientales de " libération " (Yoga hindou, Méditation bouddhiste et Zen)*, Thèse de troisième cycle, EHESS, janvier, sous la direction de AUGÉ Marc.
- Eco, U. (dir.). (2004). *Histoire de la beauté*, Paris, Flammarion.
- El Ali M., (1998). « *Corps, douleur et souffrance chez les marathoniens de haut niveau* », Mémoire de maîtrise Education et motricité (Direction S. Héas), Rennes, UFRAPS.
- Elias N., Scotson J.L., (1997). *Logiques de l'exclusion*, Paris, Fayard (1ère édition 1965).
- Elias, N. (1995). *The Symbol Theory*, London, Sage Publications.
- Elias N., (1993). *Engagement et distanciation. Contribution à la sociologie de la connaissance*, Paris, Fayard, (1983).
- Elias N., (1991). *La société des individus*, Paris, Fayard (traduit de l'allemand par J. Etoré).
- Elias, (1990). *Norbert Elias par lui-même*, Paris, Fayard.
- Elias N., (1981). *Qu'est-ce que la sociologie ?*, Paris, Pandora.
- Elias N., (1974). « The Sciences : towards a Theory », in : R. Whitley (ed.), *Social Processes of Scientific Development*, London, Routledge and Kegan Paul, pp. 21-42.
- Ehrenberg A., (1999), « Du dépassement de soi à l'effondrement psychique. Les nouvelles frontières de la drogue », (entretien avec), *Esprit*, janvier, pp. 134-146.
- Ehrenberg, A. (1998). *La fatigue d'être soi*, Paris, Odile Jacob.
- Ehrenberg, A. (1991a). *Le culte de la performance*. Paris, Calmann Levy.
- Ehrenberg, A. (1991b). *Individus sous influence : drogues, alcools, médicaments psychotropes* (dir.), Paris, Editions Esprit.
- Eitzen, B. Stanley, (1999). *Fair and Foul. Beyond the Myths and Paradoxes of Sport*, Rowman & Littlefield Publishers, Lanham.
- Fassin D., Memmi D. (dir.), (2004). *Le gouvernement des corps*, Paris, Editions de l'EHESS.
- Ferrand, C., Héas, (2001). *Etude d'une clientèle « fun » ; appréhension de la demande pour éclairer un projet de développement (des motivations d'une clientèle à une pratique d'activités vertigineuses)*, Mémoire de Maîtrise Management du sport, Rennes, UFRSTAPS, juin.
- Foucault M., (1984). « Sexe, pouvoir et la politique de l'identité », in : *Dits et écrits*, Paris, Gallimard, collection quarto, pp. 1554-1565.
- Fournier A.L., (2004). *La capoeira en EPS ?*, Rennes, Mémoire de maîtrise Education et motricité (direction S. Héas).
- Frenk H., Dar R., (2005). « L'addiction à la nicotine », *Le Nouvel Observateur*, Hors série, n°58, mai/juin, pp. 74-75.
- Gauthier S., (2001). *Approche sociologique de pratiquants des raids Nature-Aventure à travers le Raid Bretagne Evasion et le Rainet*, mémoire de maîtrise Management du sport, dir. S. Héas.
- Gérin P., Vignat J.-P., (1984). *L'identité de psychothérapeute*, PUF.
- Gleyse J., (1997). *instrumentalisation du corps ; une archéologie de la rationalisation instrumentale du corps, de l'Age classique à l'époque hyper moderne*, Paris, L'Harmattan.
- Goguel d'Allondans T., (2002). *Rites de passages, rites d'initiation. Lecture d'Arnold Van Gennep*, Montréal, Presses Universitaires de Laval.
- Godbout J.T., (2000). « L'engagement, une fidélité », Paris, *Sociologie du travail*, **42**, pp. 289-300.

- Goffman E., (1988). *Les moments et leurs hommes*, Paris, Le Seuil.
- Goffman E., (1974). *Les rites d'interaction*, Paris, Editions de Minuit.
- Goffman, E. (1959). *La mise en scène de la vie quotidienne. La présentation de soi*. Paris, éditions de Minuit, coll. Le sens commun, traduction 1973.
- Goffman, E. (1973). *La mise en scène de la vie quotidienne. Les relations en public*. Paris, éditions de Minuit, coll. Le sens commun, traduction 1971.
- Goffman E., (1968). *Asiles. Etudes sur les conditions des malades mentaux*, Paris, Edition de Minuit (1961).
- Gori R., (2005). « La pathologisation de l'existence ». In : L. Mayet (dir.), « Les nouvelles addictions », Paris, *Le Nouvel Observateur*, Hors série n°58, mai/juin, pp. 12-13.
- Gould S.J., (2002). *Les pierres truquées de Marrakech ; avant-dernières réflexions sur l'histoire naturelle*, Paris, Seuil (2000).
- Grossetti M., (2004). *Sociologie de l'imprévisible ; dynamiques de l'activité et des formes sociales*, Paris, PUF/sociologie d'aujourd'hui.
- Haxaire C., (2002). « "Calmer ses nerfs" : automédication, observance et dépendance à l'égard des médicaments psychotropes », *Sciences Sociales et Santé*, Vol. 20, n°1, mars, pp. 63-87.
- Haroche C., (1993). « Se gouverner, gouverner les autres. Eléments d'une anthropologie politique des mœurs et des manières (XVème-XVIIème siècles) », *Communications*, n°54, pp. 51-68.
- Héas S., (2005e). « Sports », In : M. Marzano (dir.), *Encyclopédie du corps*, Paris, PUF, en cours de publication.
- Héas S., Bodin D., (2005). « Exemple de technique athlétique : le travail des lièvres en course à pied ». In : L. Robène (dir.), *Les techniques corporelles*, Paris, Chiron, en cours.
- Héas S., Bodin D., Robène L., Chavet M., Aït Abdelmalek A., (2005). « Les Vietnamiens en France : essai d'analyse de l'évitement versus du dévoilement stigmatisants par la pratique sportive », *Migrations et société*, n°27, janvier, pp..
- Héas S., Bodin D., Robène L., Forsyth L., (2005). « Sports et publicités : une communication hygiénique... pour une société stéril(is)ée ? », *Questions de Communication*, n°7, en cours de publication.
- Héas S., Bodin D., Robène L., Jude A., « Football féminin : un exotisme genré ? Etude de cas d'une association locale », *African Journal of International Affairs*, en cours d'expertise.
- Héas S., (2005). « Sports », In : M. Marzano (dir.), *Encyclopédie du corps*, Paris, PUF/quadrige, 2005, septembre, en cours de publication..
- Héas S., (2005). « Relaxations ». In : B. Andrieu (dir.), *Le dictionnaire du corps*, Paris, Editions du CNRS, en cours de publication.
- Héas S., (2005). « Normes ». In : B. Andrieu (dir.), *Le dictionnaire du corps*, Paris, Editions du CNRS.
- Héas, S. (2005). Recension de Lévy Joseph J. (2004). *Déclinaisons du corps*, Entretiens avec David Le Breton, Montréal, LIBER de vive voix, Revue Epistémologie du corps, n°1 en cours de publication.
- Héas S., Bodin D., Rannou J.M., (2004). « Tourisme d'aventure et communication ; étude de cas d'un tour opérateur spécialisé dans l'organisation de treks et d'expéditions : le Club Aventure », *Revue Européenne de Management du Sport*, n°12, décembre.
- Héas S., Bodin D., Amossé K., Kerespars S., (2004). « Football féminin : "C'est un jeu d'hommes" », *Cahier du Genre*, n°36, pp. 185-203.
- Héas S., Bodin D., (2003). « La fête sportive : essai de compréhension chez les footballeuses et les rugbywomen », *Le Détour (ex Histoire et Anthropologie)*, nouvelle série, n°2, 2e semestre 2003, Strasbourg, pp. 79-92.
- Héas S., Bodin D., El Ali M., Régnier P., (2003). « Les autocontraintes aujourd'hui : essai d'application à la relaxation, aux arts martiaux et au marathon ». In : Y. Bonny, J.M. De Queiroz, et E. Neveu, *Norbert Elias et la théorie de la civilisation : lectures et critiques*, Rennes, PUR, pp. 229-248.

- Héas S, Bodin D., (2002). « Des corps en transe : les relaxations modernes », communication orale au colloque Le corps extrême dans les sociétés occidentales, GDR2322 Anthropologie des représentations du corps/Société d'Ethnologie Française, Marseille, 17, 18 et 19 janvier.
- Héas S., Bodin D., Rannou J.M., (2001). « Tourisme d'aventure et communication : étude de cas d'un tour opérateur spécialisé dans l'organisation de treks et d'expéditions », colloque « L'observation des pratiques sportives de pleine nature », DDJSD/TEO, Valence, 29-30 novembre, accessible dès 2002 sur [www.multimania.com](http://www.multimania.com).
- Héas S., Bodin D., (2001). « L'observation permanente des océans et l'éducation comme impératifs stratégiques de *Surfrider Foundation Europe* ». In : M. Desbordes *et al.*, *L'analyse stratégique dans le sport*, Paris, Economica, pp. 159-180.
- Héas S., Léziart Y., (1999). « Nervosité et sports aux débuts du XXème siècle ; Pierre de Coubertin : pionnier de la relaxation sportive ? », *S.T.A.P.S.*, n°48, hiver, pp. 39-54.
- Héas S., (1995). « Relaxation : recherches étymologiques », *Revue Française de Relaxation Psychothérapique*, n°14, novembre, pp. 151-170.
- Héas S., Lasnier E., (1988). *La Fraternité sacerdotale St Pie X : essai de sociologie religieuse*, mémoire de DEUG 2, juin.
- Heulme De M., (1998). « Les défis logiques aux approches scientifiques de la conscience », Rencontres francophones sur l'approche scientifique de la conscience, Paris, CNAM/CEDRIC, 14-15 mai 1998.
- Heinich N., (1997). *La sociologie de Norbert Elias*, La Découverte/repères.
- Héritier F., (1996). *Masculin/Féminin : la pensée de la différence*, Paris, Editions Odile Jacob.
- Héritier F., (2002). *Masculin/Féminin II. Dissoudre la hiérarchie*, Paris, Editions Odile Jacob.
- Herpin N., (2001). *Sociologie de la consommation*, Paris, La Découverte/collection Repères.
- Hode Y., (1998). « Psychopathologie de la conscience », Rencontres francophones sur l'approche scientifique de la conscience, Paris, CNAM/CEDRIC, 14-15 mai 199, *disponible sur le Net*.
- Honorez J-M., (2002). *Hyperactivité avec ou sans déficit de l'attention*, Logiques Editions.
- Honorez J-M., (1999). « Hyperactivité et déficit d'attention : l'impact pour l'éducation spécialisée des résultats des études épidémiologiques contemporaines », *Les recherches enseignées en espaces francophones*, n°2, pp. 259-276.
- Hubert A., (2004). *Corps de femmes sous influence. Questionner les normes* (dir.), Paris, Les Cahiers de l'OCHA, n°10.
- Huet A., Saez G. (dir.), (2002). *Le règne des loisirs : loisirs culturels et sportifs, dynamiques sociospatiales*, Paris, Editions del'Aube/DATAR.
- Hughes E. C., (1996). *Le regard sociologique ; essais choisis*. Textes rassemblés par J.M. Chapoulie, Paris, Editions Ecoles des Hautes Etudes en Sciences Sociales.
- Iacob M., (2004). *L'empire du ventre. Pour une autre histoire de la maternité*, Paris, Fayard.
- Jeu, B. (1977). *Le sport, l'émotion, l'espace*. Paris, Vigot, coll. Sport + enseignement.
- Jeu, B. (1987). *Analyse du sport*. Paris, PUF, coll. Pratiques corporelles.
- Jeu, B. (1993). *In honorem Bernard Jeu. Le sportif, le philosophe, le dirigeant*. Lille, PUL, coll. Travaux et recherches.
- Jourdain V., (2004). *La résidence « faute de mieux »*, mémoire DUPITH, dir. S. Héas, Rennes, Collège coopératif, juin.
- Jouvet M., (1992). *Le sommeil et le rêve*, Paris, Edition Odile Jacob.
- Jude A., (2003). *Etude de la scolarisation avec enjeux EPS en Afrique subsaharienne : le cas des Monts Bagzam, région de l'Air, Nord Niger* (Héas S. (dir.)), Rennes, mémoire de Maîtrise Education et Motricité, STAPS.
- Jude A., (2004). *Le football féminin dans la commune d'Ambohimadana (Madagascar) : exotisme ou occidentalisme ?*, Rennes, DEA SHS, direction : Héas S., Loirand G.
- Jullien F., (2005). *Nourrir sa vie à l'écart du bonheur*, Paris, Seuil.

- Katz-Gerro T., Sullivan O., (2004). « Loisirs, goûts et appartenance sexuelle en Grande Bretagne : évolution entre les années 1960 et 1990 », in : M. Ollivier & V. Fridman (dir.) « Goût, pratiques culturelles et inégalités sociales : branchés et exclus », *Sociologie et Société*, vol. XXXVI, n°1, pp.165-186.
- Kaufmann J.C., (2005). « Le corps dans tous ses états : corps visible, corps sensible, corps secret ». In : *Un corps pour soi* (collectif), Paris, PUF/Pratiques physiques et sociétés, pp. 67-88.
- Kaufmann J.C., (2004a). *L'invention de soi. Une théorie de l'identité*, Paris, Armand Colin.
- Kaufmann J.C., (2004b). « L'individu au centre des recompositions disciplinaires », *allocution au XVIIème congrès de l'AISLF*, Tours, 07/07.
- Kaufmann, J-C. (1998). *Corps de femmes. Regards d'hommes. Sociologie des seins nus*, Paris, Nathan.
- Kergoat D., (2001). « Le rapport social de sexe ; de la reproduction des rapports sociaux à leur subversion ». In *Les rapports sociaux de sexe, Actuel Marx*, n°30, Paris, PUF, pp. 85-100.
- Kupiec J.J., (2003). « Les gènes existent-ils », *Science et Avenir*, Hors série, octobre/novembre, p.4-7.
- Lahire B., (2004). *La culture des individus : dissonances culturelles et distinction de soi*, Paris, Editions La Découverte.
- Lapassade G., (1991). *Ethnosociologie*, Paris, Méridien Klincksieck.
- Lapassade G., (1987). *Les états modifiés de conscience*, Edition Agence d'Arc, Paris, PUF-q.s.j.?
- Lapassade G., (1990). *La transe*, Paris, P.U.F.-q.s.j.?
- Laplantine F., (1994). *L'Anthropologie*, Paris, Editions Seghers.
- Latour B., (2001). *L'espoir de Pandore ; pour une version réaliste de l'activité scientifique*, Paris, La Découverte, (traduction d'un texte de 1999).
- Latour B., (1995). *La science en action. Introduction à la sociologie des sciences*, Paris, Gallimard/Folio/essais (tr. fr. de Science in Action. How to follow Scientists and Engineers through Society, 1987, Harvard University Press, traduit par M. Biezunski).
- Latour B., (1996). *Petite réflexion sur le culte moderne des dieux faitiches*, Le Plessis Robinson, Synthélabo/collection les empêcheurs de penser en rond.
- Lemaire J-G., (1964). *La relaxation ; relaxation et rééducation psychotonique*, Paris, Petite Bibliothèque Payot.
- Lemoine P., (1996). *Le mystère du placebo*, Paris, Odile Jacob.
- Leonard II, W.M. (1998). *A Sociological Perspective of Sport*, Boston, Allyn and Bacon.
- Lévy Joseph J., (2004). *Entretiens avec D. Le Breton. Déclinaisons du corps*, Montréal, LIBER de vive voix.
- Le Breton D., (2005a). « Les médicaments de l'humeur », *Le Nouvel Observateur*, Hors série, n°58, mai/juin, pp. 68-71.
- Le Breton D., (2005b). « Le corps, la limite : signes d'identité à l'adolescence ». In : *Un corps pour soi* (collectif), Paris, PUF/pratiques physiques et société, pp. 89-114.
- Le Breton D., (2004). *L'interactionnisme symbolique*, Paris, PUF/quadrige.
- Le Breton D., (2003). *La Peau et la Trace. Sur les blessures de soi*, Paris, Métailié.
- Le Breton D., (2002). *Signes d'identité. Tatouages, piercings et autres marques corporelles*, Paris, Métailié.
- Le Breton D., (2000). *Eloge de la marche*, Paris, Métailié.
- Le Breton D., (1998). *Les passions ordinaires. Anthropologie des émotions*, Paris, Armand Colin.
- Le Breton D., (1995). *La sociologie du risque*, PUF-que-sais-je ? .
- Le Breton D., (1991). *Passion du risque*. Paris, Métailié, édition 2000.
- Le Goff J., Truong N., (2003). *Une histoire du corps au Moyen Age*, Paris, Liana Lévi.
- Le Pogam Y., (2004). « Corps et métissages dans l'anthroposociologie générative critique de Georges Balandier », *Corps et culture*, n°6/7, pp. 185-253.
- Lévi-Strauss C., (1964-1971). *Mythologiques*, Paris, Plon, 4 volumes.

- Ludwig A. M., (1969). « Psychedelic experiences associated with a novel hypnotic procedure, mutual hypnosis », in : C. Tart (Ed.), *Altered States of Consciousness : a Book of readings*, New York, John Wiley & Sons, pp. 291-308.
- Macé C., (2002). *Etude de la stratégie de communication de la Fédération homosexuelle française*, mémoire de maîtrise Management du sport, dir. S. Héas, juin.
- Maffesoli M., (1979). *La conquête du présent. Pour une sociologie de la vie quotidienne*, Paris, Desclée de Brouwer.
- Maffesoli M., (1985). *L'ombre de Dionysos. Contribution à une sociologie de l'orgie*, Paris, Librairies des Méridiens.
- Maffesoli M., (2004). *Le rythme de la vie. Variations sur l'imaginaire post moderne*, Paris, La Table ronde.
- Magnin P., (1992). *Le sommeil et le rêve*, Paris, PUF/qsj ?.
- Maier C., (2004). *Bonjour paresse et l'art d'en faire le moins possible*, Paris, Gallimard/Folio..
- Mandressi R., (2005). « Dissections et anatomies ». In : G. Vigarello, *Histoire du corps. De la Renaissance aux Lumières*, Paris, Seuil, tome 1, pp. 311-334.
- Marzano M., (2005). *Encyclopédie du corps* (dir.), Paris, PUF/quadriga, septembre.
- Mauss M., (1991). *Sociologie et anthropologie*, Paris, Quadrige/PUF (première édition, 1950).
- Mayet L., (2005 ). « Les nouvelles addictions », éditorial du numéro HS, Paris, *Le Nouvel Observateur*, Hors série n°58, mai/juin, p. 3.
- Merton R. K., (1965). *Eléments de théorie et de méthode sociologiques*, Paris, Plon (1949).
- Métraux A., (1958). *Le vaudou haïtien*, Paris, Gallimard.
- Michaux D., (1972). « La démarche thérapeutique du ndöp », *Psychopathologie africaine*, VIII, 1, pp. 17-57.
- Michel F., (2002). *Désirs d'Ailleurs, ; essai d'anthropologie des voyages*, Strasbourg, Editions Histoire & Anthropologie.
- Morin E., (1990). *Introduction à la pensée complexe*, Paris, ESF Editeur.
- Morin E., (1977). *La Méthode*, tome 1. *La Nature de la Nature*, Paris, Edition du Seuil.
- Morin, E. (1984). *Sociologie*, Paris, Essais, édition 1994.
- Nahoum-Grappe V., (2002). « La fugue des adolescents », Actes du colloque *Le corps extrême dans les sociétés occidentales*, GDR2322 *Anthropologie des représentations du corps/Société d'Ethnologie Française*, Marseille, 17, 18 et 19 janvier.
- Nathan T., I. Stengers, (1995). *Médecins et sorciers*, Le Plessis Robinson, Synthélabo, collection Les Empêcheurs de penser en rond.
- Ohl F., (2004). « Goût et culture de masse : l'exemple du sport », in : M. Ollivier & V. Fridman (dir.) « Goût, répertoires culturels et inégalités sociales : branchés et exclus », *Sociologie et Société*, vol. XXXVII, n°2, pp.209-228.
- Pastoureau M., (2004). *Une histoire symbolique du Moyen Age occidental*, Paris, Seuil.
- Patin B., Héas S., (2004). « La sexualité en psychiatrie : la fin d'un tabou, la fin d'une profanation ? », *Le Détour* (ex *Histoire et Anthropologie*), revue des Sciences Humaines, nouvelle série, n°3, 1e semestre, Strasbourg, pp. 113-134.
- Peretti-Watel, P. (2001). *La société du risque*, Paris, La Découverte.
- Perrin E., (2004). Préface à Héas S., (2004). *Anthropologie des relaxations : des moyens de loisirs, de soin et gestion personnelle ?*, Paris, L'Harmattan, collection Mouvement des sciences, juillet, 424 p..
- Picq P., (2003). *Au commencement était l'homme ; de Toumaï à Cro Magnon*, Paris, Odile Jacob.
- Pignarre Ph., (1997). *Qu'est-ce qu'un médicament ?*, Le Plessis Robinson, Les Empêcheurs de penser en rond/Synthélabo.
- Porquet J. L., (1994). *La France des mutants ; voyage au cœur du Nouvel Age*, Paris, Flammarion.
- Poutrain V., (2003). *Sexe et pouvoir ; enquête sur le sado-masochisme*, Paris, Belin.

- Prado P., (2004). « Le jilgré (*Datura stramonium*). Une plante hallucinogène, marqueur territorial en Bretagne morbihannaise », *Ethnologie française*, vol. XXXIV, n°3, juillet, pp. .
- Puységur A.M.J., (1986). *Mémoires pour servir à l'histoire et à l'établissement du magnétisme animal*, Toulouse, Privat, (1785).
- Rauch A., (1995). *Histoire de la santé*, Paris, PUF.
- Régnier P., Héas S., (2002). « Contribution à une compréhension ethnosociologique des arts et des sports de combat », *J.O.R.R.E.S.C.A.M.*, 11 et 12 avril Toulon.
- Rouget G., (1980). *Musique et transe*, Paris, Gallimard.
- Roustan M. (ss dir.), (2003). *La pratique du jeu vidéo : réalité ou virtualité ?*, Série « Consommations et sociétés », Paris, L'Harmattan, pp. 129-145.
- Sauter A., (2000). *"Etre rugby". Jeux du masculin et du féminin*, Paris, Maison des sciences de l'homme.
- Sabouret, J.F. (1983). *L'autre Japon des burakumin*, Paris, La Découverte.
- Sansot, P. (2004). *La beauté m'insupporte*, Paris, Payot.
- Schmidtt, J.C. (1990). *La raison des gestes dans l'Occident médiéval*, Paris, Gallimard.
- Servan Schreiber (2005). *Guérir le stress, la dépression sans médicaments*, Paris, Pocket.
- Simonot P., (1988). *Homo sportivus. Sport, capitalisme et religion*, Paris, Gallimard.
- Sindzingre N., (1985). « Rites de passage », Paris, *Encyclopaedia Universalis*.
- Sonigo P., (2003). « Le robot et la forêt », in : le corps humain de A à Z, *La Recherche*, numéro Hors série n°12, juillet-septembre, pp. 6-9.
- Spradley James P., Mann Brenda J., (1979). *Les bars, les femmes et la culture ; femmes au travail dans un monde d'homme*, Paris, PUF.
- Stengers I., (1995). *Médecins et sorciers ; le médecin et le charlatan*, Le Plessis Robinson, Les Empêcheurs de penser en rond.
- Stewart J., (2004). *La vie existe-t-elle ? Réconcilier génétique et biologie*, Paris, Vuibert.
- Suaud Ch., (1978). *La vocation ; conversion et reconversion des prêtres ruraux*, Paris, Editions de Minuit.
- Tart, Ch., (1969). *Altered States of Consciousness*, NY, Ed. John Wiley.
- Thomas L.V., (1985). *Rites de mort. Pour la paix des vivants*, Paris, Fayard.
- Thomas, R. (1993). *Sociologie du sport*, Paris, PUF.
- Tierney P., (2003). *Au nom de la civilisation. Comment anthropologues et journalistes ont ravagé l'Amazonie*, Paris, Grasset.
- Travaillot Y., (1999). *Sociologie des pratiques d'entretien du corps*, Paris, PUF.
- Tremel L., (2003). « La pratique des jeux vidéo : un objet d'études sociologiques ? ». In : Roustan M. (dir.), *La pratique du jeu vidéo : réalité ou virtualité ?*, Série « Consommations et sociétés », Paris, L'Harmattan, pp. 157-174.
- Van Gennep A., (1981). *Les rites de passage*, Bruxelles, Picard.
- Vassort, P. (1999). *Football et politique ; sociologie historique d'une domination*, Paris, Editions La Passion.
- Viard J., (2002). *Le Sacre du temps libre*, Paris, L'Aube.
- Viard J., (2002). *La France des temps libres et des vacances*, Paris, L'Aube.
- Vigarelo G., (2005). *Histoire du corps. De la Renaissance aux Lumières*, Paris, Seuil, tome 1.
- Vigarelo G., (2004). *Histoire de la beauté. Le corps et l'art d'embellir de la renaissance à nos jours*, Paris, Seuil, coll. L'univers historique.
- Vigarelo G., (2002). *Du jeu ancien au show sportif. La naissance d'un mythe*, Paris, Seuil.
- Vigarelo G., (1999). « Le sport dopé », *Esprit*, janvier, pp. 75-91.
- Vigarelo G., (1993). « Modèles anciens et modernes de gouvernement du corps », in *Communication*, 56, pp. 9-24.
- Vigarelo G., (1993). *Le sain et le malsain. Santé et mieux-être depuis le Moyen-Age*. Paris, Seuil.
- Vigarelo G., (1985). *Le propre et le sale. L'hygiène du corps selon le Moyen Age*, Paris, Seuil.
- Vigarelo G., (1982). « Le corps entre illusions et savoirs », *Esprit*, 2, pp. 5-8.

- Vigarelo, G. (1978). *Le corps redressé. Histoire d'un pouvoir pédagogique*, Paris, Delarge.
- Virilio P., (1980). *L'insécurité du territoire*, Paris, Balland.
- Weil P., (1993). *A quoi rêvent les années 1990 Les nouveaux imaginaires : consommation et communication*, Paris, Seuil.
- Weil P., (1986). *Et moi, émoi ; la communication publicitaire face à l'individualisme*, Paris, Editions d'organisation.
- Wintrebert H., (2003). *La relaxation de l'enfant*, Paris, L'Harmattan.
- Wieviorka M., (2001). *La différence*. Paris, Balland.
- Zarifian E., (1994). *Des paradis plein la tête*, Paris, Odile Jacob.
- Zarifian E., (1988). *Les jardiniers de la folie*, Paris, Odile Jacob.

## **Index des auteurs**

---

### **A**

Accardo · 97,  
Aït Abdelmalek · 9, 29, 50,  
Andrieu · 9, 33, 112, 122,  
Atlas · 31, 122  
Augustini · 20,

---

### **B**

Bacon · 54, 93, ,  
Badinter · 102,  
Balandier · 10, 62, ,  
Barley · 64, 94,  
Barruel · 26,  
Baudry · 24, 34,  
Becker · 13, 15, 21, 40, 56, 74, 96, 101,  
Benasayag · 102, 110,  
Berthelot · 98,  
Bodin · 6, 9, 14, 15, 18, 19, 20, 22, 24, 25, 27, 28,  
29, 31, 32, 42, 46, 50, 52, 54, 55, 67, 75, 80, 85,  
90, 91, 92, 93, 94, 98, 99, 105, 108, 110, 118,  
Boëtsch · 9  
Boltansky · 49,  
Bon · 69, 122  
Bouchayer · 49, 81,  
Bougeard · 48  
Bourdieu · 6, 25, 26, 97  
Bouteyre · 57,  
Breuil · 99, 100,  
Brohm · 48,  
Bromberger · 12  
Brunel · 49,  
Bui · 64,

---

### **C**

Caillat · 48,  
Carroy · 37  
Castel · 48, 70, 95,  
Chamalidis · 55  
Chapoulie · 60, 126  
Chavet · 29, 50, 125  
Chertok · 16, 37, 38, 43, 109,  
Chiapello · 49, 122  
Clapier-Vallandon · 16,  
Corbin · 31, 123  
Coubertin · 68,  
Cyrulnik · 7, 31, 43, 60,

---

### **D**

Damasio · 59,  
Davisse · 38,  
Debarbieux · 91,  
Delamarche · 13

Delzescaux · 24, 123  
Descamps · 64, 112,  
Detrez · 31,  
Diana · 34, 75,  
Dietschy · 99, 100,  
Druhle · 54  
Dubet · 69, 102, 124  
Duclos · 100,  
Dunning · 19  
Durand De Bousigen · 42, 124  
Duret · 14, 20, 31, 47, 75, 114, 122,  
Durif · 71  
Dutruge · 6, 18,

---

### **E**

Ech Cherif-El-Kettani-Hajoui · 50,  
Eco · 31,  
Ehrenberg · 26, 55, 57, 63, 64, 75,  
Eitzen · 58, 124  
El Ali · 9, 47, 92, 124,  
Elias · 7, 8, 13, 19, 24, 31, 38, 57, 60, 61, 62, 66,  
70, 73, 74, 86, 95, 96, 97, 99, 100, 109, 116,

---

### **F**

Fassin · 53, 67,  
Feillet · 9  
Ferrand · 46, 88, 89,  
Fost · 56  
Foucault · 24, 25, 57,  
Frenk · 55,

---

### **G**

Gauthier · 70, 90,  
Gennep · 6, 18, 35, 85, 88,  
Gentis · 48  
Gérin · 79,  
Gleyse · 31, 36, 64,  
Godbout · 95, 125  
Goffman · 13, 17, 18, 34, 43, 45, 53, 74, 116,  
Goguel d'Allondans · 85,  
Gori · 54,  
Gould · 14, 32, 100, 115,  
Grossetti · 115,

---

### **H**

Haroche · 57,  
Haxaire · 67, 69, 71,  
Heaulme · 39, 126  
Heinich · 55, 74, 89, 98, 100, 119,  
Honorez · 71,  
Hubert · 54,  
Huet · 9, 67,  
Hughes · 5, 39, 61, 88, 101,  
Hulin · 50

---

**I**

Iacob · 102,

---

**J**

Jarreau · 42, 130  
Jeu · 18, 19, 77, 81, 126  
Jeudy · 24, 122  
Jourdain · 52, 53  
Jouvet · 41, 126  
Jude · 86, 120, 125, 126, 127  
Jullien · 51, 127

---

**K**

Katz-Gerro · 63, 110,  
Kaufmann · 12, 14, 16, 31, 35, 61, 73, 102, 110,

---

**L**

Lahire · 12, 28, 35, 69, 115,  
Lapassade · 35, 37, 38, 41, 54, 59,  
Laplantine · 102  
Lasnier · 21  
Latour · 3, 17, 35, 45, 55, 60, 61, 79, 111, 112, 114,  
119,  
Le Bihan · 52, 53  
Le Breton · 5, 7, 8, 12, 14, 16, 17, 24, 31, 33, 34,  
40, 44, 46, 47, 50, 52, 53, 54, 60, 70, 71, 73, 85,  
88, 89, 91, 92, 97, 103, 104, 108, 109, 116, 117,  
Le Goff · 67  
Le Pogam · 24,  
Lemaire · 42,  
Lemoine, 55,  
Leonard II · 56,  
Lévi-Strauss · 105, 109, 128  
Lévy · 85, 125, 127  
Léziart · 9, 13, 67, 68, 69, 77, 122,  
Louveau · 38, 123

---

**M**

Macé · 91,  
Maffesoli · 41, 118  
Magnin · 41,  
Maier · 64,  
Maigret · 106, 107  
Mandressi · 31,  
Mann · 108,  
Mauss · 71, 72, 98, 99, 109,  
Memmi · 53, 67,  
Merton · 74,  
Messner · 55  
Meyer · 34, 75,  
Michel · 91,  
Molénat · 106  
Mora · 77, 93, 109, 110  
Morin · 7, 15, 23, 31, 39, 95, 111,

---

**N**

Nahoum-Grappe · 17, 73,

---

**P**

Pastoureau · 108,  
Patin · 9, 43, 75,  
Peretti-Watel · 70,  
Perrin · 9, 69, 77, 79, 122,  
Picq · 32,  
Porquet · 80, 113,  
Poutrain · 9, 75, 93, 98, 109,  
Prado · 18,

---

**R**

Rannou · 32, 80, 90, 93, ,  
Régnier · 84, 92, 126,  
Robène · 9, 14, 15, 19, 20, 25, 27, 28, 29, 31, 32,  
46, 50, 52, 54, 67, 75, 105, 110, 118, 122,  
Roncin · 9  
Roussel · 9, 31,  
Roustan · 110,

---

**S**

Sabouret · 53,  
Sansot · 31,  
Saouter · 19, 29,  
Sayeux · 32  
Schmidtt · 66,  
Schmitt · 66, 108  
Schumpeter · 79  
Scotson · 13, 19, 74, 97, 98, 124  
Servan Schreiber · 32  
Slater · 106,  
Sonigo · 31, 60,  
Spradley · 108  
Stengers · 16, 109,  
Stewart · 111,  
Suaud · 20, 21,  
Sullivan · 63, 110,

---

**T**

Thomas · 6, 18, 24, 26,  
Trabal · 75, 114, 124  
Travaillot · 34, 52,  
Tremel · 110,  
Truong · 67

---

**V**

Vassort · 48,  
Viard · 64,

Vigarello · 16, 24, 31, 33, 36, 52, 53, 70, 75, 109,  
112,  
Virilio · 70,

---

**W**

Weil · 69, 94,

Wieviorka · 92, 121,  
Wintrebert · 42,

---

**Z**

Zarifian · 44, 71,

## ***Index des disciplines, notions et concepts***

---

### **A**

accidents · 15, 18, 100  
addictions · 5, 15, 55, 56, 57, 58,  
adhocratie · 26, 68  
allopathique · 16  
allopatric · 14  
ambivalence · 22, 27, 64, 65, 73  
ancienneté · 15, 27  
anthropologie · 14  
arts martiaux · 12, 74, 75, 77, 84  
athlétisme · 19  
autocontraintes · 5, 23,

---

### **B**

base jump · 5, 12, 22, 23, 86, 92, 93

---

### **C**

capoeira · 12, 23, 84, 93, 124  
carrière · 4  
compétition · 14, 19, 34, 47, 65  
conscience · 2, 13, 21, 31, 51  
corps · 3, 9, 11, 12, 13, 14, 16, 21, 31, 33, 34, 36,  
39, 41, 42, 45, 46, 49, 52, 53, 57, 59, 61, 64, 65,  
69, 71, 72, 78, 104, 108, 112, 117, 119, 122,  
123, 124,

---

### **D**

dépendance · 5, 13, 33, 43, 56, 59, 78,  
désordre · 23, 40, 67  
diététique · 22  
domination · 7, 25, 26, 27, 29, 37, 45, 57, 97, 113,  
116, 117, 123,  
dopage · 5, 34, 54, 75, 122, 123

---

### **E**

émotions · 17, 22, 44, 47, 48, 60, 123,  
espaces · 15, 19, 29, 33, 43, 84,  
éthique · 33  
ethnocentrisme · 35, 52  
éthologie · 14  
expérience · 5, 15, 17, 21, 40, 46, 47, 51, 88, 94,  
102  
expériences · 17, 21, 36, 43, 44, 46, 47, 72, 80, 82,  
112  
exploit · 19

---

### **F**

fatigue · 18, 19, 20, 36, 64, 68, 88, 124  
fêtes · 15, 17, 18, 54, 62  
football · 5, 14, 15, 18, 19, 22, 27, 28, 29, 35, 43,  
74, 75, 81, 82, 87, 99, 100, 115, 123,

---

### **G**

groupes · 14, 16, 25, 26, 48, 49, 52, 57, 59, 61, 64,  
73, 82, 83, 89, 95, 98, 100, 102, 103, 106, 112,  
114, 118, 120

---

### **H**

habitus · 6  
histoire · 14, 32, 36, 43, 100, 112, 125,  
hypnose · 36, 43

---

### **I**

identification · 14  
identité · 8, 12, 14, 29, 35, 61, 73, 77, 80, 88, 89,  
90, 92, 102, 118, 124, 127  
image · 14, 66, 83, 91, 94, 99, 107, 110, 123  
immobilité · 13, 18, 21, 52, 66  
individus · 3, 12, 14, 23, 26, 45, 51, 57, 64, 87, 90,  
92, 100, 102, 103, 112, 114, 115, 118, 124,  
interactionnisme symbolique · 13, 21, 25, 45, 60,  
institution · 5, 52, 82, 84  
interactionnisme symbolique · 25  
interactions · 23, 26, 28, 39, 45, 57, 78, 85, 104,  
110, 120  
intérêts · 6, 16, 25, 27, 48, 49, 95, 108, 120

---

### **K**

karaté · 23, 118  
kung fu · 23

---

### **M**

maladie · 16, 43, 58, 67, 109  
marcher · 18  
méditation · 22, 49, 76  
mort · 18, 24, 37, 76, 109,

mouvement · 5, 13, 18, 49, 52, 63, 65, 67, 81, 94, 95, 117  
mythe · 48, 49, 55, 56, 110, 122,

---

## N

normes · 16, 26, 40, 48, 53, 73, 75, 104, 112, 113, 114,

---

## O

objets · 8  
ordre · 23  
orthodoxe · 5, 10, 16, 19, 21, 82, 86, 97, 103  
*Outsiders* · 2, 13, 45, 67, 74, 79, 83, 91, 92, 96, 97, 101, 116, 120, 122,

---

## P

paléontologie · 14  
physiologie · 13, 15, 41, 42

postures · 34, 50, 78, 109

pouvoir · 24, 49, 66, 123, 128  
processus · 3, 5, 20, 22, 26, 29, 32, 35, 40, 47, 51, 56, 61, 65, 73, 77, 79, 80, 81, 84, 85, 87, 88, 92, 99, 103, 113, 116, 118, 119, 120, 123  
profession · 8, 37, 60, 64, 82, 83, 88, 101  
psychiatrie · 14, 54, 57, 123, 128  
psychologie · 14, 15, 39, 41, 42, 47, 59, 70, 75, 98, 117, 123

---

## R

réalisme · 17  
relaxation · 8, 9, 10, 17, 21, 26, 32, 36, 38, 40, 42, 43, 48, 49, 50, 51, 64, 66, 69, 72, 76, 78, 80, 82, 83, 84, 93, 94, 97, 101, 108, 109, 112, 122, 124,  
représentations · 12, 13, 21, 66, 70, 104,  
risque · 2, 13, 18, 47, 50, 52, 62, 64, 65, 69, 70, 71, 85, 86, 94, 112, 116, 127, 128, 141  
rites · 6, 19, 20, 29, 35, 36, 85, 86, 109, 124, 125,  
rituels · 6, 20, 36, 52, 88  
rugby · 5, 14, 18, 22, 43, 74, 75, 115, ,  
rural · 3, 17, 20

---

## S

santé · 2, 11, 13, 16, 26, 31, 54, 71, 123,  
science · 17, 48, 98, 112, 119, 122,

sens · 6, 11, 12, 15, 18, 22, 29, 34, 41, 43, 46, 48, 50, 51, 67, 69, 73, 74, 76, 77, 78, 79, 85, 88, 89, 90, 93, 99, 100, 104, 106, 109, 114, 116, 117, 119,  
sensations · 12, 16, 21, 23, 40, 46, 47, 56, 57, 58, 59, 66, 88  
sentiments · 12, 16, 23, 35  
silence · 13, 18, 21, 36, 66  
situations · 5, 12, 13, 18, 21, 26, 29, 40, 44, 45, 52, 53, 54, 62, 75, 76, 98, 99, 101, 102, 103, 104, 107, 113, 114, 116, 117, 118  
sociabilité · 4, 41, 55, 56  
socialisation · 16, 20, 25, 40, 41, 75, 87  
sociologie · 2, 4, 5, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 23, 32, 38, 47, 55, 56, 59, 61, 66, 72, 75, 78, 98, 100, 102, 108, 114, 115, 116, 117, 122, 123,  
solidarité · 4  
sophrologie · 38  
spécialisation · 7, 49, 81, 83  
spectacle · 14, 27, 99  
spéléologie · 5, 12, 41, 86, 92, 93  
sujets · 8  
supportrices · 28  
surf · 32, 94, 97  
symbole · 28, 29, 34, 84, 99, 104, 110  
sympatrique · 14

---

## T

temps · 3, 5, 6, 7, 8, 11, 14, 19, 22, 38, 41, 42, 43, 45, 52, 53, 56, 60, 61, 62, 63, 65, 67, 69, 72, 78, 83, 84, 87, 88, 90, 91, 92, 94, 96, 97, 99, 100, 108, 110, 112, 113, 114, 119,  
terrain · 4, 8, 11, 14, 20, 22, 23, 26, 29, 33, 35, 40, 45, 47, 60, 62, 71, 79, 80, 83, 85, 86, 87, 93, 94, 95, 102, 107  
tourisme · 5, 33, 81, 90, 94  
transe · 2, 13, 34, 35, 37, 38, 40, 49, 52, 112,  
trekking · 32, 80, 93

---

## U

ultra endurance · 12, 75, 93

---

## V

vécus · 17, 22, 52, 104, 114, 116  
vertige · 16, 19, 21, 46, 47, 66, 90,  
vertigineuses · 18, 19, 21, 89, 124  
vertigineux · 17, 18, 46, 92  
viet vo dao · 23  
violences  
· 5, 11, 24, 53, 71, 75, 99, 105, 106, 110, 118, 122

## Table des matières

### *Des pratiques psychocorporelles aux sports : d'une sociologie à une autre...*

Sommaire.....	3
Avant Propos .....	4
INTRODUCTION .....	11
A) La santé hétérodoxe : des professions en construction et du vertige comme point d'ancrage technique de ces praticiens corporels ? .....	17
B) Du pouvoir des dominations sociales et culturelles : quelles places restent-ils aux dominées ? .....	26
CHAPITRE 1 : Analyse à partir d'un domaine de la santé hétérodoxe des Etats Modifiés de Conscience et de Corps entendus comme des révélateurs socioculturels, et plus encore anthropologiques ? .....	33
A) D'une transe à l'autre... ..	37
1) Le poids de l'histoire des pratiques médicales... ..	38
2) Quid du dualisme cartésien ? Quid du corps et de l'esprit non contrôlés dans les EMC... ..	41
B) Corps et vertiges modernes .....	48
1) Transes : de l'état psychologique ou physique à l'expérience humaine .....	53
2) L'addiction ou l'approche individualiste et biochimique de l'être humain. ....	57
3) L'addiction sportive entre hyper civilité et « a-civilité » .....	59
C) Les usages (corporels) font-ils autre chose que d'évoluer... par paire ? Le couple risque-sécurité .....	65
1) Risque et non risque, activité, inactivité : l'ambivalence des axiologies modernes. ....	67
2) Vers l'analyse du gouvernement de soi et des autres... ..	75
CHAPITRE 2 : Corps Established versus Outsiders : des oppositions plurielles .....	77
A) Des objets en marge pour des résultats marginaux ? .....	77
1) La marginalité socioprofessionnelle ou ludique comme processus. ....	82
2) Entre processus collectif et rupture individuelle : réflexions sur les interactions entre l'enquêteur et son terrain. ....	88
B) Vers une « démarginalisation » ? .....	96
1) Des Outsiders stratégiques ? .....	100
2) Vers l'analyse d'autres réalités sociales ? .....	102
3) « Nos » Outsiders ne sont pas des victimes, et... nous ne sommes pas leurs victimes non plus .....	104
C) Des symboles et des réalités : <i>coincidentia oppositorum</i> ? .....	108
1) Des violences en images, des violences en actes ? .....	110
2) Les pratiques et les images peuvent devenir des symboles efficaces .....	112
3) Le symbolique n'est pas seulement virtuel et vice versa .....	113
CONCLUSION : Eléments pour une synthèse théorique .....	116
Vers une sociologie plurielle ? .....	119
Références .....	126
Index des auteurs .....	135
Index des disciplines, notions et concepts .....	138
Table des matières .....	140

Résumé :

Une sociologie des pratiques corporelles et physiques *Outsiders* est présentée concernant les relaxations, les football et rugby féminins, le *base jump*, les arts martiaux minoritaires, les jeux vidéos, etc. Elle souligne les avancées théoriques et méthodologiques nécessaires à son entreprise qui tente d'une part d'être ouverte à l'articulation de différents paradigmes : l'approche bourdieusienne, la *figurational theory* et l'interactionnisme symbolique. D'autre part, et tout autant une sociologie compréhensive ouverte à des manières d'aborder les terrains minoritaires avec le plus de respect et de tact possible sans adhérer aux discours des acteurs eux-mêmes. Une notion synthétise les acquis : l'individualisation symbolique.

Mots clefs : sociologie, corps, vertige, risque, minorités sportives.

Abstract :

Sociology of Outsiders body and Physical practices is presented concerning relaxations, feminine soccer and rugby, *base jump*, martial arts, videos Games, etc. It underlines the theoretical and methodological projections necessary to its analyse which tries on the one hand to be opened with the articulation of various paradigms : bourdieu's approach, *figurational theory* and symbolic interactionnism. On the other hand, and as much an understanding sociology opened with manners of approaching the minority grounds with the most respect and of possible tact without adhering to the speeches actors themselves. A concept synthesises the assets : individualisation symbolic process.

Key words : sociology, body, vertigo, risk, sport's *Outsiders*.