

CECI EST NOTRE CORPS

Soigner la tête, écouter le cœur, muscler les jambes





BRUNO LÉVY/OLYMPIA

C'est par la dimension corporelle que le message évangélique se comprend et se transmet le mieux.

Faire corps encore

Durant l'été, saison où, pour beaucoup, les corps se reposent, se dévoilent et se laissent hâler, l'inclination naturelle pousse à envisager la santé, la jeunesse et une certaine idéalisation physique. C'est l'image opposée qui s'est imposée ces jours-ci : un corps fatigué, souffrant, allant pourtant au-devant de ses limites pour manifester concrètement, par des actes, la profondeur de son « pèlerinage pénitentiel ». En maintenant coûte que coûte son voyage au Canada, à la rencontre des autochtones, quitte à apparaître presque tout le temps en fauteuil roulant, les traits tirés, le pape n'a-t-il pas choisi de mettre son propre corps au service de la guérison, spirituelle et mémorielle, de membres souffrants de l'Église ? Laissons ici de côté les débats sur les mots et les discours – pour certains, François est-il allé assez loin dans la dénonciation d'un génocide culturel ? trop, pour d'autres ? – pour retenir la valeur des gestes posés, qui visiblement lui ont coûté et disent beaucoup de son rapport personnel, physique, non seulement à sa mission, mais aussi à sa vision de l'Église comme corps mystique. À l'institution qui a blessé, le vieil homme de 85 ans oppose son leitmotiv, celui d'une Église soignante et consolante, comme un hôpital de campagne.

Si le christianisme est la religion de l'Incarnation, on le sait, du moins en Occident, la tentation d'une fuite vers le spirituel a pu le détacher des réalités humaines. C'est aussi la leçon de ce pape qui s'inclinait devant le peuple au soir de son élection en 2013, ce pape qui marche dans les rues, ce pape qui caresse et qui embrasse, qui serre le poing parfois, qui s'oppose à cette « culture du déchet » méprisant les plus fragiles, qui remet en valeur les formes de la piété populaire et défend le dialogue des cultures plutôt que la pétrification du catholicisme dans un modèle européen. Tout cela procède d'un

rappel simple : c'est par la dimension corporelle que le message évangélique se comprend et se transmet le mieux. Encore et en corps. On prie avec son corps, on sert avec son corps ; c'est dans la chair que l'humanité vit et meurt. La tentation de s'en extraire est, à vue humaine, une aberration, et à vue chrétienne, une hérésie. De même pour l'autre tentation, celle de se réfugier dans un culte excessif du corps, comme s'il l'on n'était qu'un tout fermé sur soi-même.

C'est l'autre versant du message du pape : réapprendre à l'ensemble des fidèles à faire corps. Et à s'inscrire dans l'ensemble des corps sociaux, qu'ils ont vocation à irriguer. C'est dans ce sens qu'il aura, par ses déplacements, rapproché les membres de l'Église qui pouvaient sembler les plus éloignés (géographiquement comme spirituellement), et par ses nominations enrichi les terminaisons nerveuses de l'institution dans le monde. La métaphore de la famille pour évoquer la communauté chrétienne, un temps en vogue, a montré ses limites : la famille est certes le lieu de la relation et de la transmission, mais elle peut aussi être celui des jalousies, des souffrances, des violences, des abus. L'image du corps, dans ce qu'elle porte de communion et d'interdépendance, est bien plus juste, plus propice à une attention réelle à tous les membres, à commencer par ceux qui sont blessés. C'est aussi ce qu'assume aujourd'hui François, comme Jean Paul II avant lui, en engageant son corps malade dans sa mission, acte de communion et de résistance.

« Si tout orgueil était mort en nous, écrivait Bernanos, la grâce des grâces serait de s'aimer humblement soi-même comme n'importe lequel des membres souffrants de Jésus-Christ. » Cela commence par repenser notre rapport au corps, avant de nous repenser comme corps. ✎ EDITORIAL@LAVIE.FR

Ce numéro de *La Vie* est double, il n'y aura pas d'édition la semaine prochaine. Nous serons de retour le 18 août.

CECI EST NOTRE CORPS

c'est dans
la
tête

LA FABRIQUE DES ÉMOTIONS MESSAGÈRES

La théorie des émotions construites, approche révolutionnaire, remet la sensation au cœur de la dynamique émotionnelle. Selon elle, nos humeurs seraient en lien direct avec les perceptions du corps.



réseau neuronal en lien avec celles qui gèrent nos humeurs. Ainsi, nos humeurs seraient liées à ce que notre cerveau perçoit de l'état de notre corps.

Cela vous semble improbable ? Et pourtant, l'intelligence humaine et donc les émotions sont d'abord au service du corps. Les premiers embryons de système nerveux ne datent que de 500 millions d'années environ, alors que la vie, elle, est apparue il y a 3,8 milliards d'années sous forme de bactéries. C'est parce que ces petits organismes unicellulaires sont devenus de plus en plus complexes que le besoin d'une coordination s'est fait sentir. Et c'est ainsi que se sont constitués peu à peu le système nerveux puis le cerveau. Pendant longtemps, ces derniers n'étaient pas là pour « penser », mais pour servir le corps. Leur rôle : garantir « l'homéostasie », une caractéristique découverte par Claude Bernard au XIX^e siècle, qui désigne l'ensemble des processus vitaux permettant à un organisme d'œuvrer à sa conservation.

TENIR SON BUDGET CORPOREL À L'ÉQUILIBRE

Notre cerveau fonctionne ainsi comme le département chargé des finances d'une entreprise. Il liste les recettes et les dépenses et effectue des transferts d'argent, afin que son budget reste à l'équilibre. Ce n'est pas de tout repos : sans cesse sollicité – chaque action, chaque pensée a un coût énergétique –, le cerveau va chercher à toujours compenser les dépenses par des gains. « *Les sensations de calme ou d'agitation, de plaisir ou de déplaisir, ce que les scientifiques nomment les "affects", et que nous appelons "humeurs", seraient ainsi des résumés de l'état de notre "budget corporel" venant de notre système intéroceptif* », explique Lisa Feldman Barrett.

Comme des flashes d'informations nous tenant au courant de l'état de notre budget corporel. Sauf que tout cela est un peu difficile à décrypter. Nous ne recevons pas de notifications venant de notre système intéroceptif nous informant que nous avons besoin d'une sieste ou de boire un verre d'eau. Mais ces affects, nos humeurs, sont en quelque sorte la matière première de nos émotions. Ce sont ces sensations associées à ce que notre cerveau perçoit de l'extérieur qui nourrissent le processus mental à l'origine de celles-ci.

Comment ? Parce qu'il fonctionne de façon prédictive, comme nous l'avons vu, notre cerveau va tenter de donner du sens à nos réactions physiques. Exactement comme il le fait déjà avec les informations venant de nos cinq sens. De la même manière que nous avons appris le concept de « pomme » pendant notre enfance, nous avons aussi intégré les concepts



L'ÉCRAN ET L'ILLUSTRATION : PHOTOMARKET - MARC COUDÉ DE LA SÈRE NÉPHÉLISSES

« À chaque fois que vous ressentez une émotion, vous la classez à l'aide de concepts, en donnant un sens aux sensations issues de l'intéroception et de vos cinq sens. »

LISA FELDMAN BARRETT, NEUROSCIENTIFIQUE

de peur, de joie, de surprise, etc. et nous les avons associés à des sensations physiques spécifiques. « À chaque fois que vous ressentez une émotion ou que vous en percevez une chez les autres, vous la classez à l'aide de concepts, en donnant un sens à la fois aux sensations issues de l'intéroception et de vos cinq sens, écrit ainsi Lisa Feldman Barrett. Dans chaque cas, votre cerveau suit un processus similaire, il classe par catégorie pour mieux s'adapter à la fois à la situation et à vos sensations internes, sur la base de vos expériences passées. Puis sélectionne un concept gagnant qui devient votre perception et guide votre action. » Le simple bourdonnement d'une abeille, par exemple, va provoquer des réactions physiques différentes selon les personnes. Si vous avez été piqué par une abeille dans votre enfance, votre cœur va se mettre à battre, vous allez transpirer, etc. et votre cerveau va forger un concept de peur. Ce ne sera pas le cas si vous avez un souvenir d'enfance heureux lié aux abeilles, si votre grand-mère avait des ruches au fond de son jardin. Ou si vous êtes... apiculteur !

COMME UN PUZZLE À ASSEMBLER

« Toutes les informations sensorielles constituent un énorme puzzle en constante évolution que votre cerveau doit résoudre, poursuit la chercheuse. Les objets



MIEUX DANS SON CORPS, MIEUX DANS SA TÊTE

À doses adaptées, le sport est conseillé, y compris en psychiatrie. Traiter les patients dans leur globalité, telle est la démarche de nombreux professionnels de santé.

À L'HÔPITAL
psychiatrique de
la Fondation de Nant,
en Suisse.

Dans son cabinet de sophrologie à Courbevoie, Caroline Jolivet, 43 ans, reçoit des adultes angoissés par leur travail, dépressifs ou en souffrance après un deuil. Mais aussi des adolescents souhaitant se préparer à des examens ou à des compétitions sportives, des enfants souffrant de troubles du sommeil... Assis ou allongé, chacun prend conscience de chaque partie de son corps au contact du sol. De sa voix douce, Caroline les aide à se libérer du stress, à « ne plus le subir ». Elle les guide pour qu'ils « se connectent » à eux-mêmes, se mettent à l'écoute de leur corps, sans jugement. La technique se base sur des exercices de respiration,

de visualisation positive, de contraction et décontraction musculaire. Complétés par une relaxation profonde pour parvenir à un état proche du sommeil.

LA SANTÉ MENTALE, UN DÉFI MONDIAL

« La sophrologie s'intéresse à l'individu dans sa globalité : émotions, pensées et corps, explique celle qui s'est reconvertie et formée il y a cinq ans, après l'assassinat de son mari au Bataclan. C'est une pratique phénoménologique basée sur l'observation, de pleine conscience, comme la méditation. Trop axé sur son mental, on oublie que l'on a un corps. Il s'exprime sans qu'on l'écoute, car on en est coupé : c'est un problème culturel. Troubles

digestifs, mal au dos : le corps envoie des signaux que l'on n'entend pas. Or il faudrait s'en faire un allié. Et entrer en lien avec ses ressources de calme. »

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), le prochain défi sanitaire mondial sera celui de la santé mentale. Déjà, 300 millions de personnes souffrent de dépression. En 2030, cette maladie sera la première cause d'invalidité sur terre. La France est le pays qui compte le plus de psychiatres et celui où l'on consomme le plus d'antidépresseurs : 18 % des Français sont concernés par les troubles psychiques, soit 12 millions. Or les bienfaits de l'activité sportive sur la santé mentale sont avérés : humeur, anxiété, cognition gagnent à la pratique d'exercices physiques. Si le fait de bouger son corps éloigne le risque de maladies cardiovasculaires, il aide aussi à conserver la forme psychique.

Cheffe de clinique à l'hôpital Sainte-Anne et chercheuse en épidémiologie, spécialiste de la dépression, Astrid Chevance, 36 ans, reconnaît les vertus du sport en psychiatrie. « *Que l'on souffre de schizophrénie ou de troubles bipolaires, de dépression ou de troubles obsessionnels compulsifs, une activité physique peut être bénéfique. À condition qu'elle soit adaptée à la personne et tienne compte de sa fatigabilité. Dans chaque service, des programmes sont développés. À doses raisonnables, pour ne pas se faire mal ou se mettre en échec. Le sport régule le cortisol, l'hormone du stress* », explique celle qui a dirigé *En finir avec les idées fausses sur la psychiatrie et la santé mentale*, à paraître en septembre aux éditions de l'Atelier. Un livre qui sensibilise à ce sujet tabou et combat les préjugés.

Selon l'OMS, la santé mentale est un « *état de complet bien-être, mental et social, permettant aux individus de développer leur potentiel et d'être en adéquation avec leur environnement social* ». Or, l'exercice physique, parce qu'il régule l'humeur, augmente l'estime de soi ou le sentiment de fierté. D'où l'intérêt de la pratique d'un sport, collectif ou pas. Le sport, qui uniformise dépenses et apports énergétiques, aide à rééquilibrer corps et mental. Avec sa pratique, des tensions sont évacuées, des hormones utiles à la réduction du stress sont secrétées. La dopamine, un neurotransmetteur, molécule du bonheur, l'ocytocine, hormone du plaisir et de l'attachement, l'endorphine, libérée par l'hypophyse pour aider à lutter contre la douleur : toutes ces substances chimiques produites par le cerveau ont une action sur le fonctionnement des organes.

Souvent, quand la tête va bien, le corps aussi – et inversement. Un esprit sain dans un corps sain. Il est admis que le patient doit être traité dans sa globalité : le corps est sensible aux émotions et aux humeurs au travers du système nerveux. Les praticiens considèrent

l'humain comme un tout. « *Le médecin ne peut pas penser la tête sans penser le corps, ni séparer la maladie mentale de la maladie organique. Car les deux sont liés. Ainsi, administrer un antidépresseur à un patient qui a subi un infarctus du myocarde peut lui faire du bien, car des symptômes dépressifs surviennent souvent après une crise cardiaque ou un AVC* », note Astrid Chevance.

RAMENER LE PATIENT À SON PHYSIQUE

Traumatismes physiques et psychologiques sont traités de pair. En ostéopathie notamment, le lien est toujours établi entre un dysfonctionnement organique et un problème mental. « *Tête et corps : l'un ne va jamais sans l'autre* », estime Emmanuel Hauss, 52 ans, ostéopathe à Paris depuis plus de 30 ans, qui s'y connaît en thérapie psychocorporelle. Un harcèlement ? Un burn-out ? « *Le corps l'imprime* ». Il cite le titre éloquent du livre d'Alice Miller, *Notre corps ne ment jamais* (Flammarion). Dans son cabinet, très fréquenté, le thérapeute tend à réharmoniser corps

et mental. Il tâche de « *faire entendre au patient* » ce qu'il sent que dit son corps. De le ramener à son physique. « *Quand on est coupé de son corps, on n'a plus de repères. Il ne faut pas le négliger. J'aide la personne à aller chercher ses propres ressources. Si elle n'écoute pas son corps, il parlera toujours plus fort* », dit le soignant. En cas de troubles psychiatriques plus graves, y compris

schizophrénie ou bipolarité, « *le plus important reste le traitement médicamenteux, qui traite la maladie neurophysiologique* ». Mais, selon lui, le travail de l'ostéopathe, qui aide les patients à se reposer, à faire des exercices, est utile et complémentaire.

Depuis le Covid et ses confinements, les troubles mentaux se sont étendus dans les populations, surtout chez les jeunes. Est-ce lié à une moindre pratique sportive ? Peut-être, mais pas seulement. « *Le Covid a surtout révélé que l'humain est un animal social, qui a besoin de contacts physiques*, ajoute Astrid Chevance. *Les adolescents, en particulier, ont besoin de se sociabiliser avec leurs pairs et, à l'inverse, de décrocher de leurs parents. Le Covid a eu un autre effet sur le corps : la prise de poids. On a mangé du sucre pour diminuer ses angoisses. Il existe un rapport émotionnel à la nourriture* », dit-elle. Emmanuel Hauss estime qu'il peut, dans le sas de son cabinet, « *apprendre à ses patients à souffler sur la berge ou à nager : la personne a les outils pour aller mieux* ». Caroline Jolivet, également hypnotiseuse, va dans le même sens : « *La sophrologie est une langue qui apporte des réponses quand le corps se manifeste. Pour l'assimiler, il faut la répéter, comme on le fait avec un idiomme. Donc refaire les exercices, pour retrouver cette sérénité de façon autonome.* » ➤ CORINE CHABAUD ➔

« J'aide la personne à aller chercher ses propres ressources. Si elle n'écoute pas son corps, il parlera toujours plus fort. »

EMMANUEL HAUSS, OSTÉOPATHE

« L'ÉROTISME EST LE RÉGNE DE LA LENTEUR »

Pour le philosophe Alexandre Lacroix, la relation charnelle est un acte de polyphonie sensorielle et polysémique. Il nous invite à renouveler notre langage corporel.



ALEXANDRE LACROIX est directeur de la rédaction du mensuel *Philosophie Magazine*. Il a écrit plusieurs livres, dont *Comment ne pas être esclave du système ?* ou *Devant la beauté de la nature*.

LA VIE. Dans votre dernier livre, *Apprendre à faire l'amour*, vous invitez à renouveler notre regard sur l'acte sexuel...

ALEXANDRE LACROIX. On croit que la relation charnelle constitue un jeu mécanique et d'hormones. Nous n'aurions qu'à nous laisser guider par nos pulsions. Toute la dimension culturelle est passée sous silence. Certes le biologique est toujours présent, mais il n'explique pas tout ce qui est mobilisé. Les pratiques sont codifiées. Prenez le baiser, il est interdit en Inde et passible d'une amende. En Afrique subsaharienne, il n'a jamais été développé. Quand on balait l'histoire, on rencontre une dimension politique, religieuse, métaphysique et esthétique. Sous l'Empire romain, une période ouvertement bisexuelle, on recensait trois pratiques : le *basium*, le baiser échangé entre père et fils; l'*osculum*, donné entre sénateurs; et enfin le *suavium*, le baiser des amants. Les premiers chrétiens, qui détournent les institutions familiales romaines, s'emparent aussi du baiser. Ils s'appellent frères et sœurs et s'embrassent sur la bouche en guise de reconnaissance entre croyants. Quand ils ne le pratiquent plus, les poètes prennent le relais dès le XV^e siècle. Le baiser échangé au moment du mariage en est une survivance.

Pourquoi réduit-on l'acte sexuel à des faits de nature ?

A.L. C'est lié au grand élan positiviste du XIX^e siècle. La réflexion sur la sexualité est alors prise en charge par Freud. Dans une vision punitive, la civilisation doit encadrer les pulsions. Dans notre société plus permissive, nous nous sommes affranchis du carcan moral, mais avons conservé le réductionnisme scientifique. Le sentiment amoureux serait ramené à des histoires d'appariement de patrimoine génétique, d'immunités... Nous croyons que nous faisons l'amour

toujours de la même manière. Comme le disent les sociologues américains William Simon et John Gagnon, notre manière de faire l'amour suit un « script sexuel », sans le savoir. Et ce script, que je nommerai « Freud-porn », est fondé sur trois moments successifs : les préliminaires, la pénétration et l'éjaculation dans la cavité vaginale. Ce script, on le suit selon un mode sportif et performant. Savoir que c'est un fait culturel donne une marge de manœuvre. Cela signifie que l'on peut nourrir une culture érotique dissidente par rapport au modèle dominant et donner à ces moments davantage d'intensité. Dans ce livre, j'essaie de donner des pistes pour échapper au script dominant, de proposer une autre narration.

À vous lire, faire l'amour, c'est comme bâtir une œuvre d'art vivante...

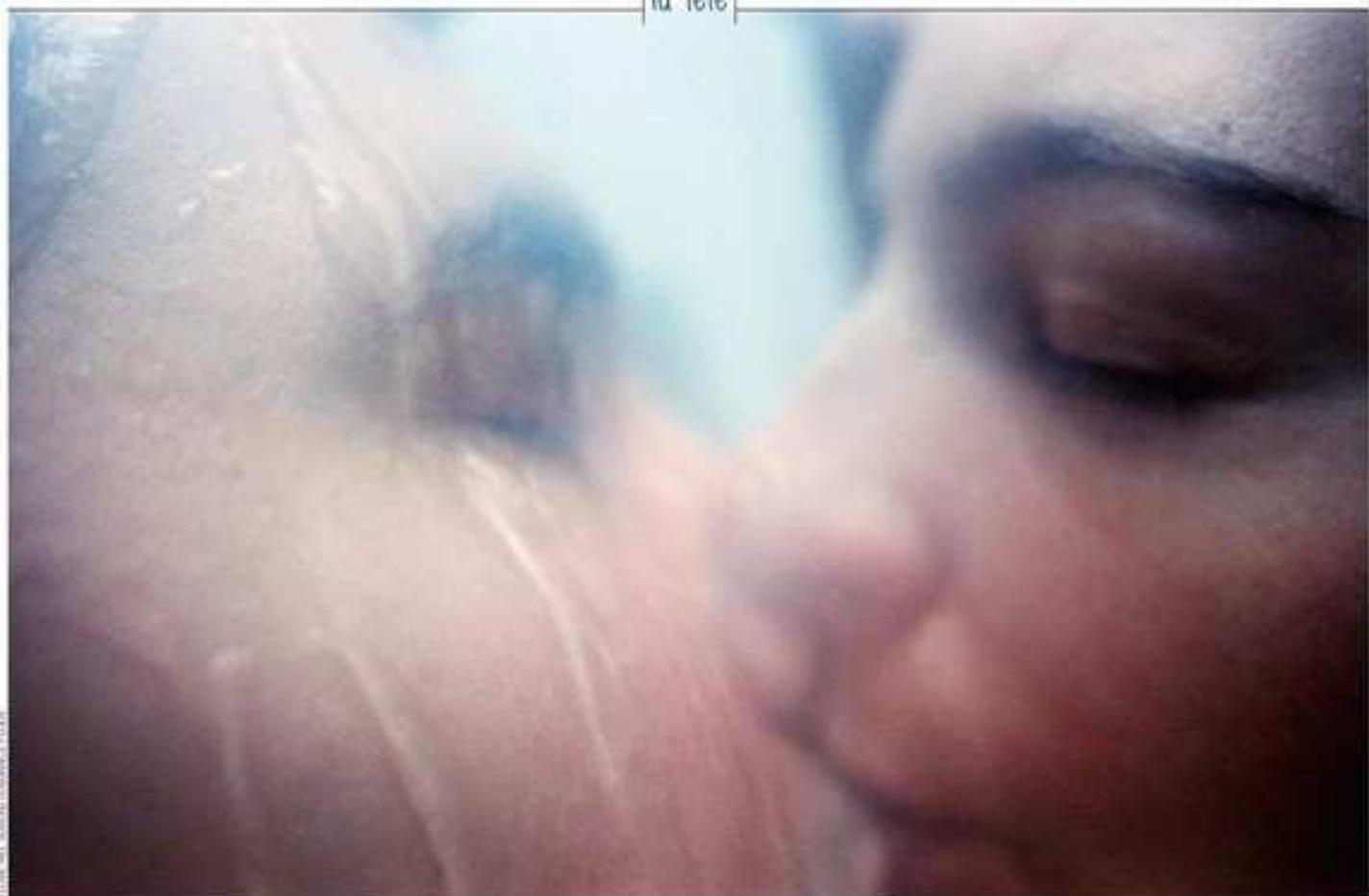
A.L. Oui, ce n'est pas un acte de consommation banal, mais c'est comme si j'allais danser ou faire de la musique avec quelqu'un. Il s'agit de composer avec ce que l'on est en fonction de l'inspiration du moment, de sculpter le temps. Le temps de l'exploration de l'autre et de soi-même. Dans la relation mécanique en mode pornographique, on va chercher la stimulation maximale, mais on éteint toutes les nuances. Les rapports vont être assez courts, monotones et pas passionnants pour les femmes. L'érotisme est le règne de la lenteur. On va tenir compte des petites perceptions, que l'on nomme *qualia*. C'est par exemple s'imprégner du parfum et de l'odeur de l'autre, être attentif à sa respiration, au grain de sa peau. La dimension esthétique surgit à la faveur d'une certaine lenteur.

Vous revenez sur l'idée de l'habitude. En quoi jouerait-elle un rôle prépondérant dans la vie des couples et se distinguerait-elle de la routine ?

A.L. En 1838, Félix Ravaisson a écrit un petit traité, *De l'habitude* (Allia) – qui a eu une influence majeure sur Bergson. Il soutient que l'habitude volontaire, celle que nous élisons, est une sorte d'acte de fidélité par lequel nous essayons de prolonger le bonheur d'un changement fortuit. On tente de revivre ce qui nous a plu un peu par hasard, de réactiver la flamme de la nouveauté dans le présent. Chaque couple essaie ainsi de retrouver un geste, une configuration, une disposition des corps qui a surgi tout à trac, par accident. Et créer ainsi sa grammaire d'habitudes. C'est un avantage sur les couples qui viennent de se former. Souvent, les premières nuits comportent des ratés et bien des maladresses. On ne sait pas ce qui fait plaisir à l'autre.

Vous consacrez un long passage au Britannique Roger Scruton, qui propose une vision imprégnée de théologie chrétienne, où le dialogue des consciences est possible...

A.L. Ce philosophe, plus connu pour sa pensée sur le conservatisme, a écrit *Sexual Desire* (Continuum).



C'est une réponse à la pensée de Jean-Paul Sartre, pour qui il y a toujours quelque chose de raté dans la rencontre. Selon l'auteur de *l'Être et le Néant*, la structure se rapprocherait du sadomasochisme. Deux personnes ne peuvent pas se regarder en même temps. L'une serait liberté agissante, l'autre objet du plaisir. Roger Scruton corrige le pessimisme sartrien en s'appuyant sur la valeur de l'Incarnation, le miracle du Dieu fait homme. Je dois être complètement chair, complètement corps, pour m'unir à l'autre en tant que corps. Et quand je m'unis à l'autre comme corps, les âmes vont se rencontrer parce qu'elles se sont incarnées. D'après Scruton, le sexe est certes physique, mais il peut être envisagé comme un équivalent de la Passion du Christ.

La tradition chrétienne vis-à-vis de la sexualité n'a pas toujours été aussi « enchantée »...

A.L. Il existe des sources qui peuvent donner raison à Scruton, comme le Cantique des cantiques. Dans *les Confessions* de saint Augustin, le sujet du corps est présent. Son choix d'abstinence vient après. La figure du Christ est aussi libérale. Imprégné du judaïsme à la morale sexuelle stricte, il adopte dans le même temps des gestes de grande ouverture et de tolérance, comme vis-à-vis d'une femme prostituée. Mais il est vrai que de nombreux textes proposent la mortification du corps. Origène (185-253), l'un des Pères de l'Église, se serait châtré pour échapper à la

tentation. La grande canalisation du désir se joue un peu plus tard, notamment avec la propagation de l'autoflagellation ou du port du cilice, tel que le pratiquait saint Thomas. Érigé vers le XII^e siècle, le mariage chrétien vise aussi à encadrer la sexualité et, à travers elle, la procréation, à maîtriser la transmission des héritages et des noms.

Notre époque met au jour que dans la chambre à coucher se jouent des rapports de force entre hommes et femmes. Est-il imaginable de s'en affranchir ?

A.L. Dans *Intercourse*, publié dans les années 1980, la féministe américaine Andrea Dworkin estime que la manière dont on fait l'amour prolonge la domination existant dans la sphère politique et économique. Elle a raison. Les rapports standards peuvent être vécus comme des actes de possession. Pour en sortir, il ne s'agit pas de s'abstenir de tout geste qui pourrait être interprété comme dominateur. Sinon chacun va être sur ses gardes et on risque de basculer dans une nouvelle censure. Je propose plutôt que le pouvoir circule entre l'homme et la femme, sans qu'aucun n'en détienne jamais le monopole. Comme dans une danse, il est bon que ce ne soit pas toujours le même qui tient les rênes. Encore une fois, c'est un acte plein, où l'on engage sa conscience, sa vision du monde, de polyphonie sensorielle et auquel il faut donner toute son importance. ➔ INTERVIEW PASCALE TOURNIER



À LIRE

Apprendre à faire l'amour, d'Alexandre Lacroix, Allary Éditions, 18,90 €.

UN PEU DE PUDEUR !

Peut-on tout montrer ? Que faut-il cacher ? Entre deux écueils que sont l'exhibition et la pudibonderie, la pudeur est comme un voile protégeant son moi profond. Elle est naturelle, mais s'acquiert aussi.

La pudeur est définie comme une « disposition à se retenir de montrer, d'observer, de faire état de certaines parties de son corps, celles de nature sexuelle principalement, ou de quelque chose qui touche de près la personnalité, à la vie intime ». Il existe donc une pudeur corporelle et une pudeur sentimentale, qui fait que l'on cache son chagrin, par exemple.

Ma fille est très à l'aise avec son corps, alors que mon fils est plus réservé. Pourquoi ?

Il y a une question de tempérament, comme l'explique Inès Pélissier du Rausas, auteure et conférencière en éducation affective et sexuelle : « Les personnes plus introverties, dont les événements résonnent davantage en elles, qui à la fois anticipent et ruminent, les émotions dotés d'une forte sensibilité et d'une grande affectivité, se montrent souvent plus spontanément pudiques. » Mais la pudeur s'acquiert aussi, poursuit cette docteure en philosophie, dont la thèse *De la pudeur à l'amour* a été publiée aux éditions du Cerf. « Elle permet de traduire le respect du corps et la protection de son intimité. »

La tenue féminine n'est-elle pas une fausse excuse ; ne suffit-il pas aux hommes de ne pas scruter ?

« Le corps féminin n'a pas à être pris pour un objet sexuel. Le regard s'éduque », accorde la professeure de philosophie Jeanne Larghero. Une éducation non réservée aux hommes, rappelle-t-elle : « Quand une femme scanne une autre femme des pieds à la tête, elle est impudique ! Car elle objectivise, juge, compare. Est juste le regard qui considère la personne dans son entièreté. » Néanmoins, reporter l'accusation sur les hommes révèle une méconnaissance de l'impact d'un corps dénudé, dans une société marquée par la pornographie. « Un néoféminisme revendique une déssexualisation du corps féminin, une absence totale de contraintes, dans une vision individualiste de la liberté. Or la vraie liberté ne se construit pas aux dépens des autres ou en les ignorant : elle les intègre, car elle n'est pas absolue, précisément. » Cette attention à l'autre s'apprend et se manifeste dans le quotidien : fermer la porte des toilettes, toquer à celle de la chambre avant d'entrer... Mère de cinq enfants et infirmière scolaire, Marie Sentier complète : « Ne pas laisser traîner ses vêtements sales partout, ne pas rester en pyjama toute la journée, adopter une tenue correcte. Chez nous, pas question de passer à table torse nu ou avec un marcel : chacun s'habille, par respect pour les autres. »

Selfies, nourriture, états d'âme, réactions... ils partagent tout sur les réseaux !

« Le numérique est par essence le monde de l'exhibitionnisme, qui invite à se montrer, à cultiver le paraître. Il flatte le voyeurisme inhérent à l'être humain. Internet a fait naître une génération Narcisse, qui aime à être vue et se donne à voir », explique Stéphane Blocquaux, docteur en sciences de l'information et auteur du *Biberon numérique* (Artège). Avec un enjeu à la clé : « Pour gagner des likes, des followers, faire le buzz,

il faut être original, car le commun n'intéresse pas. Ainsi s'explique la surenchère du déballage émotionnel, du trash. » Sans contrôle social, du fait de la gratuité, l'anonymat et l'impunité. La pudeur, elle, relève d'une vertu, la tempérance. Il y a différentes façons d'être intempérant, énumère l'écrivaine Jacqueline Kelen dans le *Jardin des vertus* (Salvator) : « Par un bavardage incessant, une curiosité envahissante, le déferlement

émotionnel, en parlant de soi exagérément, en étalant ses problèmes et ses malheurs, par la dépravation, mais aussi par les rumeurs que l'on répand. Est intempérance tout ce qui relève de l'ostentation, de la voracité, de la transgression. » Elle prévient : « De ce flot bourbeux d'avidité, seule l'ascèse peut garder l'être humain. » Car tempérance rime avec maîtrise de soi, mesure et modestie. Tout un programme...

Comment leur apprendre ?

Selon Inès Pélissé du Rausas, la mission essentielle des parents consiste à « donner à l'enfant une conscience de sa valeur, une connaissance de soi, qui conduisent à protéger son intimité et à attirer un respect spontané ». Mais surtout, poursuit-elle, à « former le cœur : nous sommes faits pour aimer et être aimés avec tendresse, pour des relations interpersonnelles authentiques, confiantes et non utilitaires. Là se trouve le bonheur ». Un dialogue s'instaure dès le plus jeune âge. « Beaucoup de jeunes en classe de 4^e ignorent tout de leur fonctionnement physiologique, pointe Marie Sentier. Le cycle féminin, par exemple, doit être connu par les filles

comme par les garçons, afin d'éviter des remarques misogynes. Il y a des règles simples à exprimer : l'intimité ne se partage pas, ces parties-là ne se dévoilent pas, les seins sont des attributs sexués de la femme. » Selon Jeanne Larghero, « la pudeur est la sentinelle de notre intériorité. L'intime, c'est ce qui a besoin d'être apprivoisé pour être compris ». Auteure de *Quand la philosophie se mêle de sexe* (Desclée de Brouwer), elle évoque le modèle parental. « L'enfant imite... Ses parents déballent-ils leurs sentiments ou ressentis sur la belle-mère, le voisin, devant lui ? Les voit-il adapter leur tenue vestimentaire à leurs activités ou à leurs hôtes ? » →



Ils veulent s'habiller à la mode,
que je ne trouve pas toujours décente

Crop top (haut court), minishort, braless (sans soutien-gorge), mode laissant apparaître les mamelons, slip de bain ou boxer moulant... la mode actuelle laisse peu de place à l'imagination. Faut-il pour autant s'habiller tels des Amish ? « Le vêtement sert à mettre en valeur la personne, sans la réduire à son sexe, ni véhiculer le message "je suis sexuellement disponible", nuance Inès Pélissier du Rausas. Nous-mêmes, adultes, comment vivons-nous notre masculinité et notre féminité, sommes-nous à l'aise avec notre corps, évitant deux excès : la négligence et l'hyperfocalisation sur nos atouts comme sur nos défauts ? » Suivre la mode à l'adolescence correspond à un fort besoin d'appartenance. « La décence invite au respect des normes relatives à une société, qui varient selon les cultures, les époques, le contexte, précise Jeanne Larghero. La pudeur, elle, n'est pas relative : elle réside dans cette délicatesse vis-à-vis de l'autre. L'impudeur se révèle ainsi dans le manque de perception de l'effet d'un regard, d'un geste, d'une parole. Elle en vient à imposer à l'autre mon intimité alors qu'il n'est pas prêt à la recevoir, à faire effraction dans son intériorité. »

© GETTY IMAGES/STOCK MARKET

Elle a envoyé un nude / Il a envoyé une dick pic

En France, 63 % des 18-24 ans ont reçu la photo non sollicitée d'un pénis (dick pic) et 35 % des moins de 30 ans ont déjà envoyé une image d'eux à connotation sexuelle (nude) (Ilop pour CAM4, 2020). « Offrir un Smartphone à son enfant le connecte à un monde infini, qui le rend imperméable aux limites », martèle Stéphane Blocquaux, qui invite les parents à « redonner des limites psychiques, des horaires, de l'importance au sensible : Internet donne la vertigineuse possibilité d'être vu sans être touché et de voir sans être vu. Aidez votre enfant à revenir dans le réel, dans le rapport à soi-même et aux autres, à le distinguer du virtuel ». Quelle fut l'intention derrière cette exhibition ? Jeanne Larghero esquisse plusieurs pistes : « Si le jeune a agi par un mécanisme d'entraînement, cela révèle sa fragilité à l'égard de ses pairs. Peut-être s'agit-il d'une recherche narcissique, d'un besoin de reconnaissance pour la fille, de montrer sa puissance pour le garçon... En tant que parents, avons-nous transmis à nos enfants la beauté de la sexualité, qui est le lieu par

excellence du don de soi et de la relation exclusive ? À l'heure où le sexe est banalisé, ils ont besoin d'être valorisés, réassurés dans la valeur intrinsèque de chacun, même si elle n'est pas regardée, même s'il n'a pas le plus grand pénis... » Pour la psychanalyste Aurélie Mestre, auteure de *Pudeur et impudeur* (Césura Éditions), « une absence de pudeur peut venir d'un manque de conscience des limites, des frontières entre le symbolique, l'imaginaire et le réel ». Pourquoi ? « Un déficit de contenant parental a pu créer un manque de confiance en soi. L'enfant cherche alors ailleurs cette assurance : la loi de la bande va primer, et le jeune risque de se soumettre aux modes, aux injonctions de ses pairs, devenus des référents. Il éprouvera le besoin de se raconter, parfois même de s'exhiber afin de capter le regard de l'autre et se sentir exister. » Avoir confiance en soi aide à dire non, quitte à résister seul face au groupe. « Certains passages à l'acte ont lieu simplement pour entrer dans ce qui apparaît comme une norme », confirme Marie Sentier.

On a l'impression de jouer les Père et Mère la Morale...

« Pourquoi n'y a-t-il pas de pudeur dans le monde animal ? », interroge Inès Pélissié du Rausas. Réponse : « Parce que l'animal n'a pas d'intériorité à protéger ; l'instinct seul régule sa vie. La pudeur témoigne de ce que l'homme et la femme sont faits pour aimer, sans appropriation de l'autre. Elle renvoie donc à la conscience d'être "quelqu'un", d'avoir une dignité personnelle, d'être à l'image de Dieu. » Le Catéchisme de l'Église catholique (§ 2524) note : « Les formes revêtues par la pudeur varient d'une culture à l'autre. Partout, cependant, elle reste le pressentiment d'une dignité spirituelle propre à l'homme. » Elle révèle le sacré en soi. Ainsi, au-delà de la morale ou de la décence, la pudeur n'est autre qu'une justice rendue à soi-même et une délicatesse à l'égard d'autrui.



Pouvons-nous nous promener nus devant nos enfants qui grandissent ?

« Non ! Il faut cesser. Ce n'est pas une question de morale, mais de confort affectif et de bien-être psychologique pour votre ado », répond Stéphane Clerget, pédopsychiatre, dans son manuel *Ados : le décodeur* (Leduc Éditions). Et de préciser : « À l'adolescence, on contrôle mal ses émois sexuels. La nudité de ses parents peut induire, même partiellement, ce type d'émoi. J'en vois certains qui sont très angoissés d'avoir fait des rêves érotiques avec un parent, même si, dans la journée, ils ne ressentent sexuellement rien vis-à-vis de ce dernier et semblaient insensibles à sa nudité, voire se baladaient aussi nus. J'ai vu des ados qui, lors de leurs premières relations sexuelles, étaient parasités par des images de leurs parents nus. » Il invite donc les parents adeptes de naturisme à ne pas pratiquer avec leurs enfants. Et conclut : « Ne traitons pas nos ados plus mal que les voisins ou le livreur, pour lesquels on se couvre le corps quand ils passent à la maison. J'ai reçu beaucoup de jeunes venus pour instabilité, qui se sont apaisés après que leurs parents sont devenus pudiques à la maison. »

Mon fils de 14 ans refuse de prendre une douche collective après le sport.

« Le droit à l'intimité n'est pas négociable, surtout à la puberté, que les adolescents ne vivent pas au même rythme, avec parfois deux à trois ans de décalage, souligne Marie Sentier, infirmière scolaire. Certains ont déjà un corps d'homme ou de femme, quand les autres sont encore des enfants. Ces derniers peuvent ressentir un malaise, voire une angoisse de ne pas être normal(e), d'être montré(e) du doigt. » Or si les pratiques hospitalières ont beaucoup évolué en la matière afin de préserver l'intimité du patient, il reste des progrès à réaliser, notamment pour les sports collectifs, dont les vestiaires et les douches sont communs. « L'enfant n'est pas obligé de se retrouver en tenue d'Adam devant des pairs qui ont tôt fait de comparer leurs attributs et de ridiculiser, reprend-elle. Il peut arriver déjà habillé et rentrer chez lui pour se laver. L'éducation à la sexualité à l'école devrait aussi être davantage individualisée : tout le monde n'est pas concerné par les questions intimes qui sont posées et qui peuvent aggraver. »

CONVERSATION AVEC UN ROBOT

Selon Justine Cassell, spécialiste des interactions humain-machine, l'intelligence artificielle est un outil efficace de développement de la communication entre les humains, qui passe par le corps.

LA VIE. Que nomme-t-on « intelligence artificielle » ?

JUSTINE CASSELL. L'intelligence artificielle est une approche, un paradigme, ce n'est pas une technologie : les technologies évoluent au service de l'intelligence artificielle. L'expression « intelligence artificielle » a été inventée en 1956 par le mathématicien américain John McCarthy. Avec ses collègues, il considérait que tout aspect de l'intelligence humaine pourrait être simulé par des machines et qu'ainsi ces machines apprendraient comment penser de façon autonome. À mon avis, mettre l'accent sur l'autonomie a amené la discipline dans un cul-de-sac. D'ailleurs, un autre groupe mené notamment par l'anthropologue Margaret Mead travaillait parallèlement aux États-Unis pour créer des machines qui, elles, collaboreraient avec l'humain. Cette approche s'appelle la cybernétique. Eux gardaient l'humain au centre de leurs recherches.

La machine doit-elle rester au service de l'homme ?

J.C. J'ai choisi d'établir une « intelligence artificielle sociale », pour comprendre comment se bâtissent les connivences, comment naît l'empathie... Cette approche vient de ma formation initiale en sciences sociales : j'ai fait une thèse sur le rôle du gestuel dans l'apprentissage du langage chez les enfants. Ensuite, j'ai regardé les gestes des mains chez les adultes, mais aussi les expressions faciales, les mouvements de la tête et la prosodie (le rythme et le ton sur lequel on parle). Tout cela joue un rôle, tout à fait inconscient, dans la construction de nos phrases et la façon dont elles sont reçues. Je cherchais des moyens pour mieux comprendre les relations entre le verbal et le non-verbal et j'ai eu l'idée de créer un logiciel qui ressemblerait à une personne et permettrait de distinguer les différents types de relations entre les sujets. C'est comme ça que l'agent conversationnel, qu'on appelle parfois « avatar » ou « chatbot », est né, avec la participation d'une équipe incroyable. C'était en 1993, mais je continue aujourd'hui à travailler dessus, pour étudier le rôle du corps dans le social.

Comment articuler recherche sur le corps et travail avec les robots – par définition sans corps ?

J.C. Avec le Conseil national du numérique, nous préparons un dossier sur le corps, pour lequel nous étudions le rôle de l'intelligence artificielle dans l'avenir du travail, ce qu'on a choisi d'appeler la « distribution



JUSTINE CASSELL est docteure en linguistique et en psychologie, membre du Conseil national du numérique, enseignante-chercheuse à l'Inria (Institut national de recherche en sciences et technologies du numérique) de Paris.

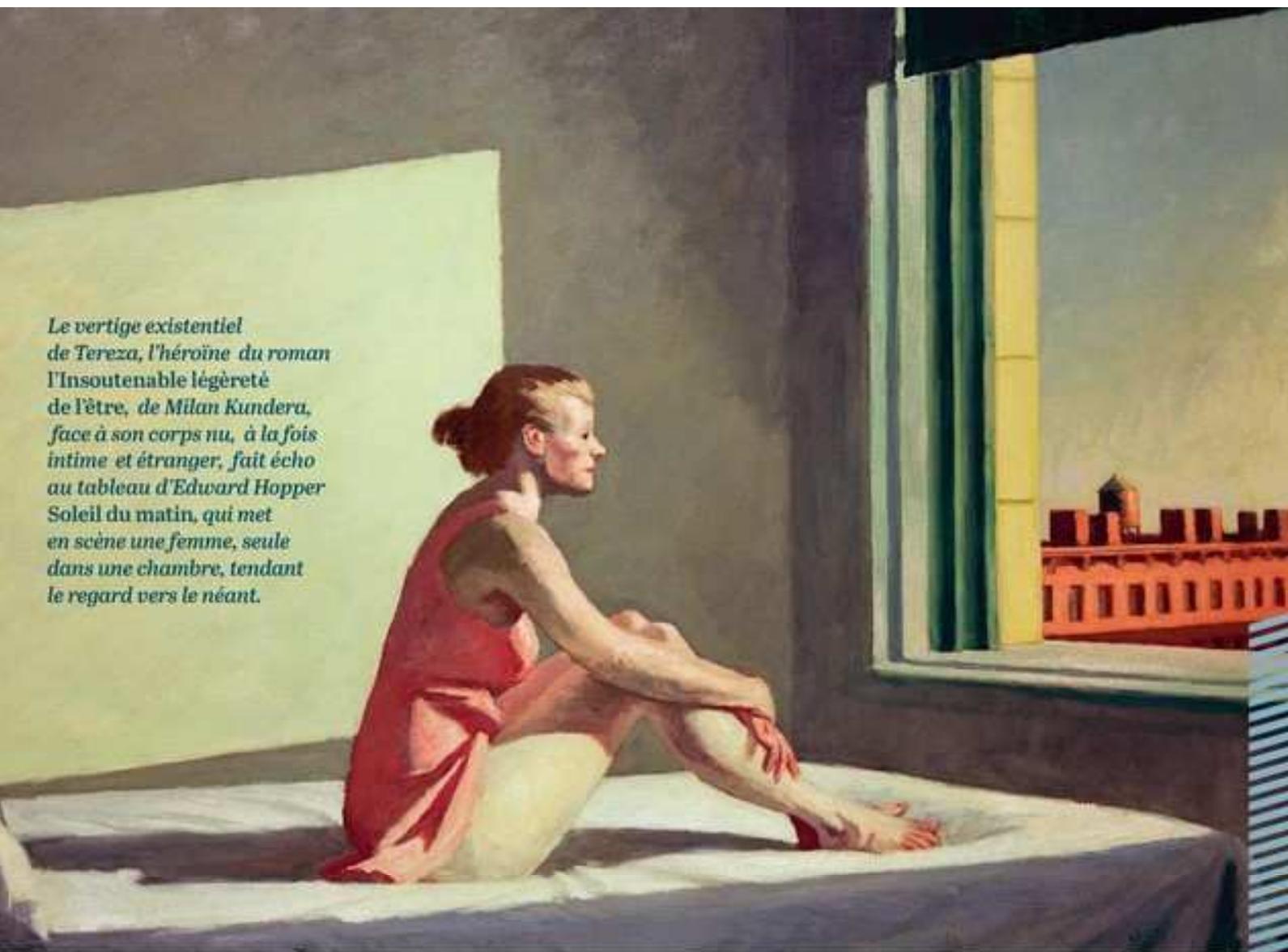
des corps entre humains et machines ». Cela comprend l'usage des robots sur les lieux de travail, avec lesquels nous interagissons de façon inconsciente, comme nous interagissons avec les humains, en utilisant notre corps. Par exemple, nous veillons sans nous en apercevoir sur chaque regard ou détournement de regard, geste des mains, sourire, et nous en tirons des conclusions sur la fiabilité de la personne en face, sur son engagement dans la conversation. Cette capacité d'utiliser le corps pour s'impliquer dans la connaissance de l'autre commence à la naissance et dure toute la vie : les bébés le font avant même de parler, comme les vieilles personnes, qui avec l'âge, oublient les mots. C'est passionnant de se rendre compte que l'on fait la même chose face à un robot.

Faut-il pour cela que le robot prenne forme humaine ?

J.C. Plus le robot ressemble à un humain, plus il génère de notre part ces gestes et ces regards, plus nous l'apprécions et plus nous l'intégrons dans notre conversation. Je travaille avec des images de synthèse projetées sur un très grand écran, dont on peut choisir l'aspect jusque dans les détails de l'habillement, et on observe le même phénomène. Mais à un certain point de réalisme, les personnes n'ont plus envie d'interagir avec la machine. L'hyperréalisme provoque ce qu'on appelle « la vallée de l'étrange » : presque un dégoût de ces êtres qui nous ressemblent mais qui ne sont pas nous. En plus des robots et agents conversationnels qui servent d'interlocuteur, il existe aussi deux autres technologies, où on peut clairement parler de distribution du corps entre l'utilisateur et la machine : la première, c'est le robot téléprésence qu'on envoie sur un lieu de travail à la place d'une personne qui ne peut s'y rendre. C'est le cas à Tokyo, où, dans un café, les serveurs sont des robots contrôlés par des personnes handicapées depuis chez elles, avec un bénéfice social évident. La seconde technologie est l'avatar, ou humain virtuel, qui existe dans les mondes virtuels, comme le métavers de Mark Zuckerberg. Des chercheurs ont démontré que la construction de l'estime de soi était stimulée par la confiance acquise dans ces lieux où le handicap n'existe plus, où l'on choisit d'être grand, petit, jaune ou bleu. Ainsi, une fois revenu dans le monde réel, cette technologie peut servir d'échafaudage à l'interaction humaine. ♣

INTERVIEW JULIE QUAILLET

Le vertige existentiel de Tereza, l'héroïne du roman l'Insoutenable légèreté de l'être, de Milan Kundera, face à son corps nu, à la fois intime et étranger, fait écho au tableau d'Edward Hopper Soleil du matin, qui met en scène une femme, seule dans une chambre, tendant le regard vers le néant.



SE VOIR EN PEINTURE

Dans *Écrire le corps*, la professeure de littérature comparée Emmanuelle Hénin fait dialoguer textes littéraires et œuvres artistiques. Une façon d'embarquer au cœur de notre condition humaine.

On croyait le corps libéré depuis Mai 68, mais un demi-siècle plus tard, il est devenu tabou. Notre époque néopuritaine est habitée par un refus de la chair. Comme le constatent les sociologues, tel David Le Breton, l'avènement actuel du corps se double paradoxalement d'un « adieu au corps ». En effet, plus nous l'idolâtrons, moins nous supportons ses limites, qui nous rappellent trop l'humilité de notre condition. La technoscience nous fait miroiter le fantasme d'un corps sans chair, d'un homme « augmenté » par des prothèses bioniques, d'une reproduction entièrement artificialisée. La précarité de la chair, lieu d'une présence et d'une singularité irréductibles, laisse place à une volonté de purifier, de rectifier le corps jusqu'à l'abolir en lui substituant une machine.

Détaché du concept de personne, le corps menace de perdre sa spécificité : le transhumanisme efface peu à peu la frontière entre l'homme et la machine, tandis que l'antispécisme refuse de le distinguer essentiellement de l'animal. Délié de tout au-delà de lui-même, devenu sa propre transcendance, il est appelé à disparaître dans le monde posthumain. La sécularisation de la société est arrivée à son terme, frappant d'obsolescence les références philosophiques →

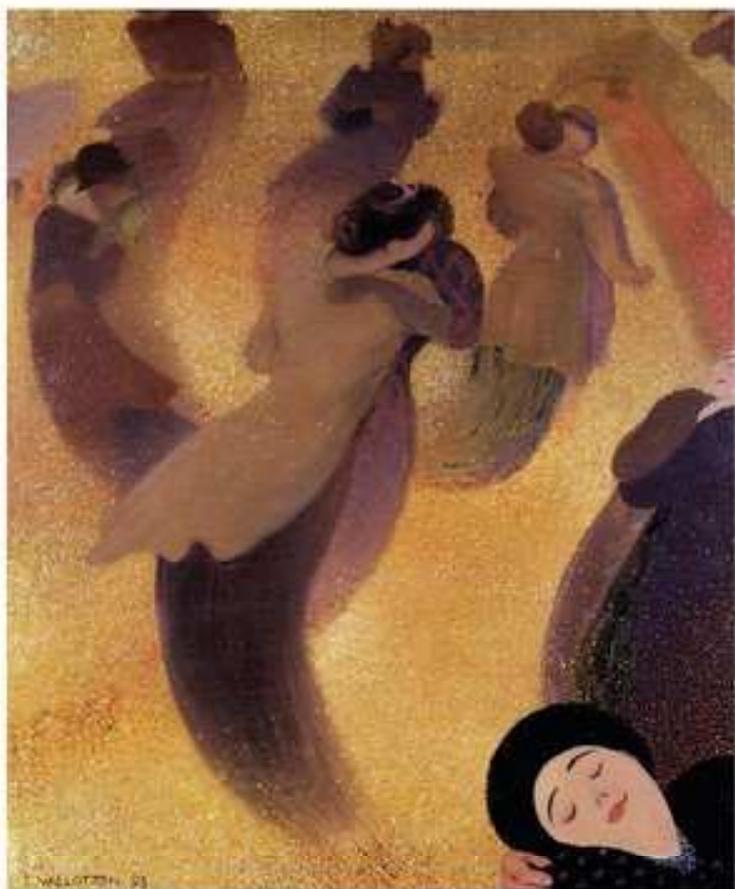
Face à la poésie litanique de la pièce Partage de midi, de Paul Claudel, imitant les versets bibliques, le Baiser, de Gustav Klimt, célèbre l'union des corps en « une seule chair » ; homme et femme fusionnent dans une seule silhouette dorée, en continuité avec les mille fleurs de la Création.



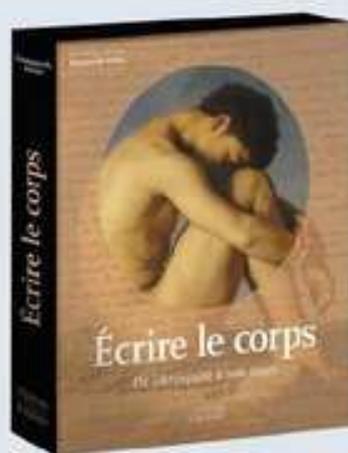
et anthropologiques des deux derniers millénaires – voire plus, si l'on tient compte de la continuité du christianisme avec la civilisation gréco-romaine. Or l'effacement de l'anthropologie chrétienne affecte aussi l'idée d'une dignité spécifique et inaliénable du corps humain, par-delà l'épreuve du temps et les violences de l'histoire. Devant les silhouettes fantomatiques des rescapés des camps, le peintre Zoran Music admirait la « tragique élégance de ces corps fragiles ». Ses tableaux, comme les récits de Primo Levi et de Robert Antelme, apportent un démenti éclatant à l'entreprise de chosification de l'homme ourdie par les nazis.

AU GRÉ DU TEMPS, AU GRÉ DES LIEUX

Se plonger dans les textes et les images en regard, c'est découvrir d'autres conceptions du corps, pour prendre conscience que notre image varie au gré des temps et des lieux et qu'il est aussi en partie un construit social. En témoigne le rapport changeant aux normes de politesse, à la nudité, à la mort et à la maladie, aux supplices corporels, à la violence physique ou à la sexualité. Si les auteurs de la Renaissance (Montaigne, Rabelais, Érasme) l'évoquent de manière crue et directe, dans sa réalité physiologique, la société de cour au XVII^e siècle, puis la société bourgeoise au XIX^e siècle l'ont progressivement caché, le reléguant dans les marges de la littérature burlesque ou obscène, illustrant et confirmant le grand mouvement d'occultation du corps décrit par le sociologue Norbert Elias. Pour autant, le corps fait son retour dans le roman et la peinture réaliste d'un Zola ou d'un Courbet – notamment le corps du travailleur, de la prostituée, du supplicié ou du mourant. Le corps est lui-même partie prenante de la création et de la réception des œuvres. C'est pourquoi ce thème est particulièrement fascinant : les œuvres nous disent quelque chose de nous-mêmes, de notre rapport à autrui et à notre condition incarnée. ➤ EMMANUELLE HÉNIN



Dans la Valse, de Félix Vallotton, les couples forment autant de volutes étincelantes et nous entraînent dans le vertige entêtant de la danse, cette impression éprouvée par la jeune fille tournoyant dans les bras d'un inconnu lors de son premier bal dans le roman de Virginia Woolf Les Vagues.



UN MUSÉE CHEZ SOI

Conçu comme une anthologie littéraire, le très bel ouvrage d'Emmanuelle Hénin s'offre au butinage, au fil des textes et des magnifiques reproductions. Il suit un plan progressif et organisé en sept chapitres et 38 sections, introduites par autant de courtes notices, de sorte qu'il donne matière à penser, multipliant les points de vue historiques et philosophiques, de l'Antiquité au XXI^e siècle. La Bible n'est pas en reste, de la Genèse au Cantique des cantiques en passant par la vision d'Ézéchiel, jusqu'aux Évangiles de la Passion du Christ. Les écrits spirituels non plus : citons la méditation de Tertullien sur les mains de Dieu pétrissant la pâte humaine, associée à la Main de Dieu, de Rodin ; les récits de

martyres (saint Sébastien), stigmatisation (saint François d'Assise) ou transverbération (sainte Thérèse) ; la vision par Dante des corps glorieux au paradis et des tortures de l'enfer... La variété de l'ouvrage est trop grande pour se laisser résumer : à chacun de se frayer un chemin singulier dans cet ensemble foisonnant et de se laisser embarquer dans un voyage au cœur de notre condition humaine, marquée par la finitude et la souffrance, mais sauvée par la rédemption de la chair. Seule une civilisation de l'incarnation pouvait susciter tant de variations inspirées et d'œuvres magistrales sur un objet si commun : le corps. **Écrire le corps**, textes rassemblés par Emmanuelle Hénin, Citadelles et Mazenod, 225 €. ➔

NOTRE SÉLECTION POUR ALLER PLUS LOIN

À ÉCOUTER

J'irai danser avec vous, pour un échange authentique



Lancé le 3 juin par la journaliste Isabelle Demangeat, ce podcast s'attache à découvrir intimement des personnes diverses grâce à la danse, fil rouge de la démarche. Rencontre.

LA VIE. Comment cette thématique originale s'est-elle imposée à vous ?

ISABELLE DEMANGEAT. Je suis journaliste depuis une dizaine d'années et j'ai toujours eu envie de faire un podcast en allant à la rencontre des Français. Cette idée autour de la danse m'est venue après une rupture amoureuse un peu douloureuse. Je me suis rendu compte que danser me faisait du bien. Plus qu'un exutoire, c'était une nécessité : mon corps et mon être avaient besoin de cela pour traverser ce moment. Mon casque audio sur les oreilles, j'ai commencé à danser partout, dans la rue ou dans les magasins. C'était l'occasion d'interagir avec des inconnus, et je trouvais qu'il y avait une certaine authenticité dans cet échange. J'ai ensuite appliqué ce concept à mon podcast, en développant certains éléments.

Vous dites aller chercher les rêves de vos invités non pas en passant par la tête, mais par le corps.

I.D. Je trouve que nous vivons dans une société très intellectuelle, qui a tendance à mettre le corps de côté. En réalité, c'est impossible de faire l'impasse sur ce dernier. Plus qu'un outil, je pense qu'il permet de comprendre nos émotions et ce qu'il y a au plus profond de nous. Ce n'est pas forcément conscient, mais c'est quelque chose que nous devons approfondir. Et danser permet justement de connecter de nouveau l'esprit et le corps.

Comment parvenez-vous à retranscrire visuellement ces moments physiques ?

I.D. Au début de chaque épisode, je décris le décor et ce qui se passe tout autour. Mais c'est un challenge, parce que l'on ne voit pas ces moments de danse, alors que c'est une discipline très visuelle. Cela permet de nourrir l'imaginaire et les rêves des auditeurs. Et surtout de favoriser l'intimité entre l'invité et moi-même. ♣

SUZANNE RUBLON

jiraidanseravecvous.lepodcast.fr

Le Corps dans les trois livres sacrés

« Parce que précisément l'homme a été créé à l'image de Dieu, n'est-ce pas honorer Dieu lui-même que de prendre soin de son corps ? » Dans un grand entretien (« Le corps dans les trois livres sacrés ») mené par le journaliste et historien Christophe Dickès, Fabrice Aghassian, ancien journaliste, ethnographe, auteur de *Beautés sacrées* (Cerf), propose de répondre à cette question et de partir à la découverte du corps dans la Bible hébraïque, le Nouveau Testament et le Coran. Nous découvrons que si le plus souvent nous opposons soins du corps et soins de l'âme, la réalité est plus complexe : il conviendrait de le préserver, pas forcément de l'embellir, parce que nul n'est censé retoucher l'œuvre de Dieu... Que penser alors du tatouage, du maquillage ou encore de l'habillement ? Un entretien passionnant à découvrir sur Storiavoce, le podcast du magazine *Histoire & Civilisations* dédié à l'histoire. ♣

JULIE QUAILLET

storiavoce.com

À LIRE

L'Autre Femme

de Mercedes Rosende



ROMAN Úrsula López, femme obèse, a tiré de cette maladie un regard singulier sur le monde, féroce et truculent. Nous la suivons dans les réunions d'obèses anonymes de sa paroisse de Montevideo, ressentir son « soufflet de forge » lorsqu'elle doit monter les escaliers après une panne d'ascenseur et percevoir cette colère rentrée née d'une humiliation permanente. Alors, quand des malfrats lui annoncent avoir kidnappé son mari, à elle, la solitaire endurcie, elle s'empare de ce quiproquo homonymique pour se libérer. Un roman noir étonnant qui interroge le mépris de soi nourri par la société. ♣ YOANN LABROUX-SATABIN
Quidam éditeur, 20 €.

Silence radio

de Xavier Bétaucourt, Bruno Cadène, Olivier Perret



BD Comme 150 000 Français par an, le grand reporter de Radio France Bruno Cadène a fait un AVC en février 2017. Du jour au lendemain, le voici paralysé, avec un corps qui ne répond plus aux ordres. « C'est la grève ! » Spécialiste des pays de l'Est, il enchaînait encore les reportages la semaine d'avant et se retrouve à ne plus pouvoir faire la différence entre sa gauche et sa droite. Cinq ans plus tard, il raconte cette lente reconstruction, épaulé par le scénariste Xavier Bétaucourt. Un témoignage à la première personne, modèle inspirant de résilience pour reprendre le contrôle de son corps et reconquérir son autonomie. ♣ Y.L.-S.
Delcourt, 15,95 €.

Faire corps



REVUE *Esprit* consacre son numéro d'été à notre rapport au corps, en donnant la parole aux spécialistes dans trois parties : « Le corps engagé », « Le corps abusé » et « Le corps choisi ». ♣

Juillet-août 2022, 22 €.

Le Corps vu et révélé. L'art en dialogue avec la Bible



BEAU LIVRE Un échange entre histoire de l'art, Écritures et théologie né de conférences données au Collège des Bernardins, par Mélina de Courcy, Christine Pellistrandi et David Sendrez, préfacé par François Boespflug. ♣
Academic Press Fribourg, 29 €.

CECI EST NOTRE CORPS

le
cœur
de la foi

LA LOGIQUE DE LA RÉSURRECTION

Selon le philosophe Denis Moreau, en occultant la Résurrection, on perd quelque chose dans le christianisme. Pourtant, 30 à 40 % des Français pratiquants se déclarent sceptiques.

LA VIE. « Sur aucun point, la foi chrétienne ne rencontre plus de contradiction que sur la résurrection de la chair », écrivait saint Augustin. Pourquoi ?

DENIS MOREAU. Si l'on considère toutes les civilisations, l'idée dominante est-elle qu'il n'y a rien après la mort ou que l'esprit continue à vivre ? Ce n'est pas clair. Néanmoins, dans les deux cas, la mort est conçue comme la liquidation du corps. Une idée phénoménologiquement attestée : lorsqu'une personne meurt, son corps se décompose et disparaît. À tous égards, la résurrection de la chair va ainsi contre la conscience commune. Pas étonnant, donc, que beaucoup de gens aient du mal avec ce thème-là. Je les comprends !



DENIS MOREAU est professeur d'histoire de la philosophie et de philosophie de la religion à l'université de Nantes.

que ce qui après la mort ne finit pas ou continue d'exister c'est « moi », alors la survie de mon corps devient assez logique. Car cette personne que je suis, c'est, indissociablement, l'union très étroite d'un esprit et d'un corps. Cette condition incarnée représente, dans les actes à la fois banals et cardinaux qui me définissent (boire, manger, respirer, jouir, etc.), l'horizon indépassable de mon existence. Dès lors, quand on me soutient qu'après la mort ce qui reste de moi, c'est un pur esprit, j'ai envie de dire : ce n'est plus vraiment moi, mais autre chose !

Sauf à considérer le corps comme le tombeau de l'âme...

D.M. « Sôma, "corps", sêma, "tombeau" », c'est le jeu de mots de Platon. Cette thèse philosophique, au même titre que la tradition pythagoricienne, abaisse le corps et exalte l'âme. Elle considère la corporéité comme une diminution, un amoindrissement de l'humain qui ne parviendrait à sa plénitude qu'une fois délivré de ce corps l'empêtrant ici-bas.

L'Église n'a-t-elle pas fait sienne ce mépris du corps ?

D.M. Des trois grands monothéismes, le christianisme est celui qui a choisi de se dire et de se penser dans les catégories de la philosophie grecque. Et, sur ce point précis, les noces (par ailleurs magnifiques !) du christianisme et de la philosophie n'ont peut-être pas été une réussite. Une hypothèse est qu'aux I^{er} et II^e siècles certains penseurs, comme Philon d'Alexandrie, un auteur juif, et Clément d'Alexandrie, un auteur chrétien, ont véhiculé un platonisme durci, rudement dualiste. L'idée que le corps et, *a fortiori*, le sexe sont la source du péché s'est peu à peu infiltrée dans la pensée chrétienne. Lente et longue déviance qui a mené à ce que Nietzsche appelait la « somatophobie » du christianisme. C'est heureusement en train d'être corrigé : Jean Paul II a proposé une « théologie du corps » et Benoît XVI a réhabilité l'éros dans son encyclique *Dieu est amour*. Mais ce bug n'aurait jamais dû se produire !

Pourquoi ?

D.M. Parce qu'un catholique ne peut être que « somatophile ». La Bible, du début à la fin, lui enjoint d'aimer la matière en général et son corps en particulier. Dans la Genèse, chaque épisode de la création

« On ne peut pas affirmer que le corps est une mauvaise chose, qu'il est méprisables, inutile, secondaire, puisque Jésus-Dieu, c'était de la bidoche ! »

Y compris parmi les chrétiens...

D.M. Selon plusieurs études, 30 à 40 % des Français se déclarant pratiquants sont sceptiques quant à la résurrection. Il faudrait d'abord demander aux personnes interrogées ce qu'elles entendent par « résurrection ». Et puis c'est inévitable d'avoir des difficultés avec certains articles de foi. J'ai eu l'occasion d'échanger avec Guillaume de Fonclare qui, dans son dernier livre, *Une foi inaccomplie* (Bayard), avoue avoir du mal, à la messe, à réciter l'article du credo concerné. Cet homme a manifestement une vie intérieure riche et une foi vive, je ne vais pas lui dire qu'il n'est pas chrétien parce qu'il ne cocherait pas une case ! Cela dit, si Jésus n'était pas réputé être ressuscité, je ne suis pas sûr que l'on se souviendrait de lui aujourd'hui. La résurrection est le cœur de l'affaire et, en l'occultant, on perd quelque chose de central dans le christianisme. En cela, saint Paul dit vrai quand il écrit que « si le Christ n'est pas ressuscité, alors votre foi est vaine » (1 Corinthiens 15, 14).

En quoi la survie post mortem de l'esprit seul est-elle une idée qui ne tient pas, philosophiquement parlant ?

D.M. La vie après la mort telle que la conçoivent la plupart des gens implique la continuité de l'identité personnelle. Autrement dit, d'une vie à l'autre, je peux continuer à dire « moi », « je ». Or, si je postule



du monde matériel se termine par : « Dieu vit que cela était bon. » J'ouvre mes Évangiles, et qu'est-ce que je lis dès le premier verset du prologue de saint Jean ? « Et le Verbe (logos) s'est fait chair (sarx). » Il s'est incarné. Dieu a pleinement pris la nature humaine, y compris dans sa dimension corporelle. Du point de vue chrétien, on ne peut donc pas affirmer que le corps est une mauvaise chose, qu'il est méprisable, inutile, secondaire. C'est doctrinalement impossible puisque Jésus-Dieu, c'était de la bidoche, un corps humain dans toutes ses dimensions, y compris les plus triviales ! Saint Paul ajoute : « votre corps est le temple de l'Esprit saint » (1 Corinthien 6, 19, voir aussi page 52).

RÉSURRECTION DU CHRIST, huile sur toile, de Carlos Taborda Vlamé Frey (1517-1540), Musée national d'Art ancien, Lisbonne (Portugal).

Même après sa résurrection, Jésus est d'ailleurs doté d'un corps.

D.M. Et selon les Évangiles, ce corps n'est pas celui, immatériel ou gazeux, d'une sorte d'ectoplasme ou de fantôme. Il possède les propriétés d'un vrai corps : il est visible, tangible et susceptible d'être nourri. C'est un corps d'une nature analogue au nôtre, mais en mieux.

Les récits des apparitions nous donnent-ils donc des indices sur ce que sera notre propre résurrection ?

D.M. Les Évangiles, en leur laconisme même, nous invitent à une certaine ascèse de l'imagination sur ce →

point. À défaut de se figurer la chose, on peut essayer de la conceptualiser. Saint Paul est le premier à l'avoir fait au chapitre 15 de sa Première Épître aux Corinthiens. Ce petit traité de la résurrection est une esquisse de réflexion sur ces « corps glorieux » dont seront dotés les ressuscités. Thomas d'Aquin va plus loin dans la *Somme contre les gentils* (IV, 84-88). Considérant que ces corps seront parfaits, c'est-à-dire parachevés et idéaux, il construit un modèle de corporéité accomplie, en identifiant les manques ou les défaillances de nos corps actuels, puis en recherchant ce qui permettrait de les supprimer pour constituer un corps « incorruptible », « agile », exempt de souffrances, etc.

N'est-ce pas le rêve transhumaniste ?

D.M. Le transhumanisme est comme une réalisation fantasmagorique de la résurrection des corps : on nous promet un corps parfait, mais dès à présent. Ce genre de tentatives d'inscrire le schéma chrétien dans l'horizontalité et le présent est une caractéristique de la modernité. Ainsi du communisme : on a voulu établir le paradis sur terre, et ça a donné des enfers tout à fait convenables...



À LIRE
Résurrections.
Traverser les nuits de nos vies.
 de Denis Moreau,
 Seuil, 22 €.

Quid de la fascination actuelle pour la dématérialisation ?

D.M. J'y vois une résurgence gnostique. La gnose – tout pour l'esprit, mépris de la matière – est l'une de ces tendances qui ressurgissent périodiquement depuis des millénaires. À titre personnel, j'ai compris, pendant les confinements et lorsque je dispensais mes cours à distance, l'importance de la dimension incarnée dans la relation que j'avais avec mes étudiants.

Pouvons-nous avoir un avant-goût, dès ici-bas, de ce que sera notre corps glorieux ?

D.M. Il peut nous arriver de connaître comme une jouissance anticipée de la béatitude promise à la résurrection de la chair. Selon moi, il y a trois types d'expériences où l'existence prend ainsi, comme le disait le slogan publicitaire vantant une barre chocolatée à la noix de coco, « un goût de paradis ». Les « instants d'éternité » d'abord, ces expériences fugaces où j'ai l'impression que le temps est suspendu, que tout est parfait, qu'il n'y a rien à ajouter. Ensuite, quand je pratique la course à pied et que j'expérimente l'extase du coureur de fond. C'est un état de plénitude et de facilité, une sensation de puissance et de légèreté. État de grâce existentiel où esprit et corps se trouvent parfaitement harmonisés en un « corps spirituel » euphorique. De telles expériences d'intégration aboutie de notre dualité constitutive sont rares, le cours de l'existence ordinaire se caractérisant plutôt par le constat de la coordination imparfaite de l'esprit et du corps. J'ai également une anticipation de la résurrection, et de sa dimension collective cette fois-ci – étant entendu qu'au paradis, on n'y sera pas tout seul –, quand j'assiste à un match de football et que l'équipe que je soutiens marque un but : exultation collective d'une foule immense qui se lève et crie sa joie partagée, tendue dans la contemplation euphorique d'un même objet.

N'est-il pas difficile de souscrire à cette vision quand on souffre dans son corps ?

D.M. Un ami très malade avec qui j'évoquais ce genre de considérations m'a dit un jour : « Tu me fatigues avec ton paradis de bobo survitaminé ! Le paradis, pour moi, ce sera le repos. » Oui, on ne doit pas oublier que, pour bien des gens, la résurrection de la chair est encore plus difficile à penser car le corps est avant tout présent dans leur vie comme un lieu de souffrance, un lourd fardeau. **INTERVIEW ALEXIA VIDOT** →

LA SAINTE TRINITÉ,
 première représentation
 du Sacré-Cœur de Jésus,
 peinture de 1688, à Paray-le-
 Monial (Saône-et-Loire).



LE LINCEUL DE TURIN EST-IL L'IMAGE VÉRIDIQUE DU CHRIST ?

La pièce de lin qui aurait servi à ensevelir Jésus présente l'image d'un corps. Est-ce le sien ? Quelle que soit la réponse, elle suscite la dévotion dans le monde entier.

Des cheveux coupés aux épaules encadrent un visage fin. L'homme porte barbe et moustache. Les yeux sont clos. De l'image à moitié effacée se dégage une atmosphère paisible. Son corps, en revanche, est celui d'un supplicié. Des traces de tortures compatibles avec la crucifixion, s'accordent à dire les chercheurs. Tel est l'homme du linceul, ou suaire, de Turin. Ce grand drap de lin de plus de 4 m de longueur et de 1 m de largeur porte la double image, de front et de dos, d'un homme nu, dont le corps entier aurait été enveloppé dans ce drap avant d'être enseveli.

Depuis le XIV^e siècle, date de sa première apparition dans les sources documentaires, une tradition considère l'homme du linceul comme Jésus-Christ lui-même. Ce qui en fait une relique d'une valeur exceptionnelle. « *Il y a une histoire de tombeau vide qui fait que les traces matérielles du Christ restent très rares !* », plaisante l'historien Nicolas Guyard, spécialiste du catholicisme, auteur des *Reliques du Christ* (Cerf). « *Le suaire est un objet chargé d'histoire, cousu et recousu, qui comporte des traces de noircissement en raison de différents incendies qu'il a traversés. Ces incendies participent d'ailleurs d'une narration sur le miracle. L'objet prend un pouvoir charismatique.* » S'il existe d'autres linceuls dont on prétend qu'ils seraient celui du Christ, aucun ne renferme une telle image.

TOUT EST POSSIBLE

Vrai ou faux ? Cette épineuse question suscite le débat depuis l'apparition du linceul dans les sources documentaires. De quand date cet objet ? « *Tout est possible* », indique l'historien et archiviste Yann Potin. « *Mais la seule chose qu'il est impossible de dire, c'est s'il apparaît dans la conscience collective de l'Occident avant 1357.* » À cette date, la relique est mentionnée à Lirey, en Champagne. Elle est ensuite cédée aux ducs de



VÉNÉRATION ET CONTROVERSE, c'est ce que suscite le suaire conservé à Turin, depuis 1578.

Savoie, qui la transfèrent dans la chapelle de leur demeure de Chambéry en 1502, avant de l'envoyer en 1578 à Turin, devenue la capitale du duché. Autre question majeure : l'image du linceul est-elle vraiment celle imprimée par le corps du Christ ? « *En 1390, le pape Clément VII estime que c'est une peinture* », indique Yann Potin. Mais son attitude essaie de ménager les deux parties. Il autorise l'ostension du suaire à la condition que le public soit averti « *qu'on ne montre pas ladite figure ou représentation comme vrai suaire de notre Seigneur Jésus-Christ, mais comme figure ou représentation du suaire qu'on dit avoir été celui de notre Seigneur Jésus-Christ* ».

Cette intervention papale ne signe pas la fin de la popularité du suaire. En 1898, dans le cadre des premières études scientifiques sur le linceul, le photographe italien Secondo Pia est autorisé à en prendre des clichés. Sur les négatifs, le visage de l'homme du linceul apparaît avec une netteté époustouflante, ce qui relance la dévotion. Cette image de l'image révèle pour

Yann Potin « *l'ambiguïté du suaire* » qui est d'être « *une image relique* », alors qu'en Occident le culte des reliques avait imposé l'importance du corps sur les images, dont le culte s'est davantage développé en Orient. « *Au fond, le suaire de Turin est une sorte de rattrapage sur le culte des images, estime l'historien, à un moment où la société est en train de devenir une société de l'image.* »

UNE ICÔNE PLUTÔT QU'UNE RELIQUE

Le cliché de 1898 suscite aussi les tentatives de démonstration scientifique de l'authenticité du linceul, en pleine crise de la modernité dans l'Église, estime Nicolas Guyard. « *Deux camps s'affrontent au sein du catholicisme. D'un côté, le camp sceptique, mené par Ulysse Chevalier, un historien, chanoine du diocèse de Grenoble, qui démontre que le suaire est faux en s'appuyant sur la documentation. De l'autre côté, des membres de l'Académie des sciences en France qui essaient de prouver qu'il est la preuve de la Résurrection.* » Au-dessus de la mêlée, la hiérarchie catholique reste prudente.

L'apparition des techniques de datation au carbone 14 dans les années 1960 ouvre une nouvelle phase de débat. En 1988, un groupe de chercheurs révèle que l'objet remonterait au XIII^e ou au XIV^e siècle. Fidèle à Clément VII, l'évêque de Turin prend acte et proclame que le suaire est une icône, donc pas une relique. Néanmoins, les résultats publiés dans la revue *Nature* ne convainquent pas les partisans de l'authenticité. En avril 2022, une nouvelle étude menée par une équipe italienne annonce que le tissu était bien contemporain de l'époque du Christ, selon une méthode de datation par rayons X (WAXS). Néanmoins, les chercheurs appellent à poursuivre les études sur d'autres échantillons. Pour les ardents défenseurs du saint suaire, le débat est relancé. ♣

SIXTINE CHARTIER

DEVANT LA DÉPOUILLE

L'allongement de l'espérance de vie, l'évolution des rites post-mortem ont évacué la mort de notre quotidien. Lorsqu'elle survient, même ceux qui croient dans un au-delà se trouvent démunis.

« **A**ujourd'hui, il n'est pas rare de n'avoir jamais vu un mort à 40 ans, voire à 50 ans », relève Christian de Cacqueray, fondateur du Service catholique des funérailles. Du fait de la médicalisation, la mort jadis apprivoisée est devenue taboue au cours du XX^e siècle. La crise sanitaire a néanmoins rappelé la réalité de notre condition mortelle, ainsi que l'importance de l'adieu au défunt, comme il le souligne dans son dernier ouvrage, *Vivre en mortel* (Salvator). « Je suis un ouvrier de portes : après le décès, je montre un chemin que je sais balisé. » Visite au mort, prières spécifiques, mise en bière, rendez-vous pour la levée du corps, célébration, inhumation... « Le rite est dans le temps ce que la demeure est dans l'espace. Après le chaos psychologique qu'entraîne l'annonce du décès, la perspective de ce parcours organisé apporte un apaisement. »

Cette relégation de la mort entraîne souvent une appréhension de découvrir le cadavre de la personne aimée. Comment se confronter à son corps désormais inanimé, rigide, à son visage pâle, voire cireux, dans une chambre funéraire éclairée au néon et où il fait froid ? « Souvent la personne défunte est belle : son visage est apaisé, moins ridé », rassure le père François Buet, médecin et aumônier en soins palliatifs à la clinique Sainte-Élisabeth, à Marseille. Afin de faciliter ce dernier hommage, la chambre funéraire de la clinique est particulièrement soignée : éclairage tamisé, sièges confortables, décoration, jardin d'Éden représenté en peinture.

DES RITUELS POUR ACCOMPAGNER LES VIVANTS

« La mort et la vision du mort nous invitent à comprendre la perte », relève Christian de Cacqueray, à accepter que nous ne nous verrons plus dans l'ordre de la chair et, plus profondément, à prendre conscience de notre humanité, jusque dans sa finitude. » Lors de cet ultime face-à-face, différents rituels peuvent accompagner l'« à Dieu » : allumer des cierges ou des bougies, symboles de la lumière vers laquelle le défunt est allé, déposer des fleurs qui embaument, veiller le corps, lui parler, l'embrasser ou le caresser, prier autour de lui...

« Face au silence du mort, je suis renvoyé au sens de mon existence : la conscience de ma finitude m'invite-t-elle au bien ou au mal ? À mourir ou à me fermer ? »

CHRISTIAN DE CACQUERAY, FONDATEUR
DU SERVICE CATHOLIQUE DES FUNÉRAILLES

Ce dernier rendez-vous se prépare. Le prêtre considère d'ailleurs les soins palliatifs comme « une retraite permettant à la grâce de se déployer dans les cœurs avant l'accolade divine ». À la clé, une mission, que souligne ce docteur en théologie, auteur de *l'Accompagnement spirituel de la personne en soins palliatifs* (Nouvelle Cité) : « Nous essayons d'être des catalyseurs de réconciliation : avec soi-même et avec les autres. Un travail d'anamnèse révèle l'histoire sacrée de la personne. On y voit son fil d'or, malgré ses épreuves, ses défaillances... » Le personnel soignant est formé aux rituels des monothéismes autour de la mort.

Médecin en soins palliatifs pendant 30 ans, Constance Yver-Ellemaume interroge : « Quel regard portons-nous sur la mort ? Elle est pour moi une opportunité, un maître puissant qui nous permet de grandir dans la foi que tout est à sa place, jusqu'au décès, et que la vie donne à profusion. » Son dernier ouvrage s'intitule *le Sourire de la chenille. Le jeu de la naissance et de la mort* (le Souffle d'or), en référence à Lao-tseu : « Ce que la chenille appelle "fin du monde", le reste du monde l'appelle papillon. » Elle-même témoigne de cette prise de conscience, à l'âge de 30 ans : « J'avais beaucoup d'attentes à l'égard de mes parents, de mes proches, de la vie... En réalité, rien ni personne ne me doit quoi que ce soit. L'attente rend exigeant, pressant, en proie à la déception. Alors que si rien ne m'est dû, tout devient cadeau... »

Il n'empêche, ce corps inanimé matérialise une situation que l'on sait irréversible. Il souligne cruellement notre impuissance, notre incapacité à rembobiner le film et augure de la morsure de l'absence. « Une mort

UN CORPS INTACT

Le corps de Carlo Acutis, l'adolescent italien décédé en 2006 d'une leucémie foudroyante, a été découvert en 2018 intègre, c'est-à-dire muni de tous ses organes. Certaines dépouilles se révèlent incorruptibles, non décomposées : Thérèse d'Avila (dont le tombeau dégageait une odeur suave) ; Philippe Néri, le Curé d'Arz ; Catherine Labouré (intacte 56 ans après son décès) ; Bernadette Soubirous ; Daniel Brottiier (fondateur des Apprentis d'Auteuil). La science n'explique pas cette préservation. La putréfaction commence 24 à 48 h après le décès. Le temps de décomposition varie selon la température ambiante et le gabarit de la personne : à l'air libre, il suffit de deux à trois ans pour que l'enveloppe charnelle redevienne poussière. Dans un cercueil, environ 50 années sont nécessaires.



FRANÇOIS COURRÈRE/AGF

soudaine ou une relation intense rendent la douleur de la séparation plus vive », convient-elle. Devant la dépouille, des sentiments peuvent remonter avec force : regrets, colère, ressentiment... « Même si les relations ont été difficiles et sans nier ce que l'on ressent intérieurement, reprend Constance Yver-Elleaume, il est possible de rechercher les moments positifs vécus avec ce proche. Il y a toujours eu, au moins une fois, un sourire, un geste, une étincelle... Remercier fait du bien tout autant à celui qui est dans la gratitude qu'à celui qui s'en va. » Une manière de laisser l'âme partir en paix et d'éviter à celle qui reste d'être consumée par l'amertume.

ACCUEILLIR LA TRISTESSE

En outre, lors de cette ultime entrevue peut se jouer quelque chose de plus profond encore, comme l'explique Christian de Cacqueray : « Tout mort a une parole à dire aux vivants. Face à son silence, je suis renvoyé au sens de mon existence : la conscience de ma finitude m'invite-t-elle au bien ou au mal ? À m'ouvrir ou à me fermer ? À me donner ou à thésauriser ? Nous construisons notre être pour l'éternité. »

Les rites post mortem de notre société contemporaine ont évolué : condoléances limitées, deuil estompé. « Toute manifestation excessive est jugée comme une anormalité morbide », note l'historien Philippe Ariès

VEILLER LE DÉFUNT

permet d'adresser un dernier au revoir, différents rituels peuvent marquer ce moment.

dans l'Homme devant la mort (Seuil). « On cherche à épargner les enfants en ne pleurant pas devant eux. » À tort ! Comme Jésus a laissé couler ses larmes devant le tombeau de Lazare, l'émotion est le propre de notre humanité. « Nous sommes là pour accueillir la tristesse, les pleurs, estime François Buet, mais aussi pour être les témoins de la compassion de Dieu, qui est proche de l'affligé. Et nous partageons notre espérance que la personne décédée est entrée dans la vie éternelle, qu'elle est en paix et veillera autrement sur chacun. » Aux vivants qui restent, l'équipe d'aumônerie peut proposer des prières de consolation à la chapelle.

Souvent une question se pose : faut-il mener les enfants auprès de la personne défunte ? « Ne leur laissez pas penser que s'approcher de la mort tue !, recommande instamment le directeur du Service catholique des funérailles. S'ils sont écartés du lit funéraire, il sera difficile pour eux de faire leur deuil. » Il invite les adultes à veiller à leur langage non verbal : « Ce que nous manifestons par nos attitudes, nos gestes, nos silences est déterminant dans la construction des enfants. Si nous donnons à penser qu'il y a un loup, ils classeront la mort au chapitre de l'ombre, de l'obscur, de l'innommable. La réalité, c'est que nous sommes tous mortels. La mort est notre perspective à tous ; elle donne paradoxalement de la valeur à notre vie. » ➤ STÉPHANIE COMBE

UNE ŒUVRE FAÇONNÉE PAR DIEU

Parce que Dieu s'est incarné, les chrétiens sont invités à respecter l'expérience du corps. Paul le valorise au point d'utiliser l'image du « temple du Saint-Esprit » : le corps est le lieu de la présence du Christ.

Comme toutes les grandes religions, le christianisme prône une nécessaire maîtrise du corps par l'esprit. Cette subordination, quand elle est comprise à tort comme une dichotomie radicale, a hélas ! pu donner lieu dans l'histoire à une dévalorisation du corps et de la dimension charnelle dans certains milieux chrétiens au profit de ce qui relèverait du spirituel, supposé plus pur, et surtout désincarné ! Une déconnexion qui a aussi alimenté une fausse

**ADAM GOÛTE
LE FRUIT DÉFENDU,**
mosaïque de la
coupole de la Création
du monde, vers 1230,
basilique Saint-Marc,
Venise (Italie).

représentation du christianisme, puisqu'elle est principalement le fait de différents rigorismes, comme le jansénisme, et de nombre d'hérésies, comme le catharisme.

LA RELIGION DE L'INCARNATION

Le christianisme est justement la religion de l'incarnation, celle qui constate que le « Verbe s'est fait chair ». L'idée que le corps a forcément quelque chose de sale ou de suspect – sous-entendu parce



que la chair est encline au péché, en plus d'être périssable – n'est donc pas chrétienne, mais elle est répandue dans certaines cultures ecclésiales. Elle a sans doute trouvé son illustration la plus caricaturale dans la peur de la sexualité et du corps de la femme dont on trouve encore aujourd'hui des traces, notamment dans l'Église catholique. Les raisons sont liées à l'histoire. Un philosophe comme Michel Foucault a mis en évidence l'importance de la mortification de la chair en vue du salut telle qu'elle était prônée par des Pères de l'Église du II^e au IV^e siècle à l'intérieur de ce qu'il appelle le « *pastorat* » chrétien (pouvoir ecclésial sur les gens dans leur vie quotidienne). Or, dans son ouvrage *les Aveux de la chair* (publié seulement en 2018 chez Gallimard), il avait notamment démontré que l'idéal de l'abstinence et la méfiance du corps en général n'avaient rien de spécifiquement chrétien, mais venaient du paganisme et des philosophies antiques.

Le mépris du corps, tout comme la peur de celui-ci et de la sexualité, n'est pas biblique et ne correspond pas non plus à ce que promeuvent l'Église catholique ou les autres grandes communautés chrétiennes. Au contraire, en théologie chrétienne, le corps est bon et constitue la personne que Dieu a créée, précisément à son image. « *Le corps dit quelque chose de Dieu. Il parle surtout du Christ, venu jusqu'à nous en chair et en os. On peut même dire qu'on ressemble à Dieu dans notre corps* », expose Louis-Marie Guitton, prêtre du diocèse de Fréjus-Toulon qui donne un enseignement en la matière à des laïcs. Par-dessus tout, le corps ne peut pas être séparé de l'âme ou de l'esprit, contrairement à ce que pensaient les platoniciens et leurs héritiers, ou d'ailleurs les gnostiques et les manichéens.

LE TEMPLE DU SAINT-ESPRIT

Celui qui l'explique le mieux dans les Écritures est l'apôtre Paul : « *Le corps est le temple du Saint-Esprit* » (1 Corinthiens 6, 19). Il veut ainsi signifier que le corps est l'unité de la personne et que le corps a même une dimension spirituelle. En l'occurrence, le corps est le lieu où Dieu est présent par son Esprit, comme dans le temple.

« *Pour le dire avec nos mots d'aujourd'hui, nous sommes corps et âme. Nous ne sommes ni seulement l'un ni seulement l'autre, mais les deux. Le corps participe donc aussi à l'alliance avec Dieu* », assure Pierre Amar, prêtre du diocèse de Versailles et auteur de plusieurs livres à usage pastoral. Pour illus-

trer son propos, il cite le besoin de beaucoup de chrétiens de prier avec le corps. Une pratique recommandée dans l'Ancien et le Nouveau Testament, mais aussi

« *Le corps dit quelque chose de Dieu. Il parle surtout du Christ, venu jusqu'à nous en chair et en os. On peut même dire qu'on ressemble à Dieu dans notre corps.* »

LOUIS-MARIE GUITTON, PRÊTRE



ADAM ET ÈVE HONTEUX DE LEUR NUDITÉ, mosaïque de la coupole de la Création du monde, vers 1230, basilique Saint-Marc, Venise (Italie).

dans l'histoire de l'Église. Les exercices spirituels de saint Dominique et de saint Ignace valorisent l'expression corporelle dans l'expérience spirituelle, parfois même pour la provoquer. « *Nous ne sommes pas des anges, mais des humains. Donc notre corps aussi doit entrer en prière* », résume Pierre Amar.

Ce prêtre dynamique a lui-même fait l'expérience de ne plus être capable de prier avec son corps quand il est tombé gravement malade et a frôlé la mort, il y a quatre ans, comme il l'a relaté dans son livre *Hors service* (Artège) : « *Je suis passé de 200 à l'heure à 0 en une seule soirée* », nous confie celui qui a ensuite repris ses activités. « *J'étais malade, comme crucifié. Je n'ai pas pu dire la messe pendant deux mois. J'ai certes prié. Mais quand j'ai enfin pu me lever, faire des genuflexions, prier avec mon corps, j'en ai pleuré d'émotion. J'ai compris qu'il y avait là identité entre ce que je voulais et ce que je suis comme humain.* »

NOUS SOMMES « MEMBRES DU CORPS DU CHRIST »

Quand Paul utilise l'image du « temple du Saint-Esprit », il le fait dans le cadre d'un enseignement théologique et éthique. Citons le verset *in extenso* : « *Ne savez-vous pas que votre corps est le temple du Saint-Esprit qui est en vous, que vous avez reçu de Dieu, et que vous ne vous appartenez point à vous-mêmes ?* » (1 Corinthiens 6, 19). Il s'adresse aux Corinthiens, réputés pour leur relâchement moral. Dans les versets précédents (1 Corinthiens 6, 12-18), il énonce que le corps n'est pas destiné à la *porneïa* (« débauche ») – comme « *le ventre est pour les aliments* » destinés à la destruction –, mais « *pour le Seigneur* » et en vue de la résurrection. Les corps des croyants sont, dans la théologie paulinienne, des « *membres du corps du Christ* ». Puisque les croyants sont ainsi, spirituellement, unis au Seigneur, ils ne doivent pas s'unir « *à la prostituée* » (Paul fait allusion aux prostituées présentes dans les temples corinthiens, où l'on venait chercher le plaisir pour soi-même, non pour Dieu). Car ils deviennent alors « *une seule chair* » avec elle et pécheraient alors →

contre leurs propres corps. Saint Paul se réfère ici au célèbre passage dans la Genèse où l'homme et la femme deviennent « une seule chair » (Genèse 2, 24).

GLORIFIER DIEU

Cette analogie – qui fait de l'Église « l'épouse du Christ » dans la théologie de Paul – permet aussi de comprendre que nos corps de croyants ne sont pas destinés seulement à notre plaisir personnel (« *Tout m'est permis, mais tout ne convient pas* »), mais à l'autre, à Dieu. Autrement dit, le corps, suggère Paul, doit refléter notre foi, car il s'agit de « glorifier Dieu » (1 Corinthiens 6, 20). On peut y déceler un enseignement qui peut avoir des vertus pour nous aujourd'hui. « *D'après Paul, le corps doit laisser transparaître l'esprit, non être enfermé en lui-même, ce qui peut être un piège* », précise sœur Veronica Tournier, théologienne et dominicaine vivant en Suède, qui a rédigé plusieurs ouvrages utilisés dans les facultés de théologie catholique et protestante. « *Paul s'opposerait probablement à la façon très contemporaine dont on cherche à prendre soin de son corps pour soi-même, puisqu'il conduit à ce que j'appelle un "corps opaque", analyse-t-elle. Le but, c'est "moi et mon corps". On cherche donc sa jouissance en soi-même, ce qui peut conduire à une idolâtrie qui nous dévore. J'y vois un produit de la société individualiste.* » La religieuse préfère penser le corps « comme une œuvre d'art », façonnée par

Dieu, pour rayonner, ouvert à l'autre. « *Pour Paul, nous devons viser la transfiguration, au sens où nous pouvons être transformés de l'intérieur par l'Esprit parce que membres du Christ. Des personnes âgées peuvent ainsi avoir un corps rayonnant.* »

Pour y parvenir, sœur Veronica ne croit pas aux règles extérieures ni aux interdits. « *Il faut que cela soit un chemin de liberté. Mais on peut s'inspirer de Jésus, qui a vécu dans un corps d'homme. Il n'a pas refusé le banquet ni le parfum de Marie.* »

« *Un corps pur est un corps unifié, et la pureté vient de l'intérieur. C'est en effet le souffle – l'Esprit en nous – qui doit animer le corps.* »

« LE LIEU DE LA PRÉSENCE DU CHRIST »

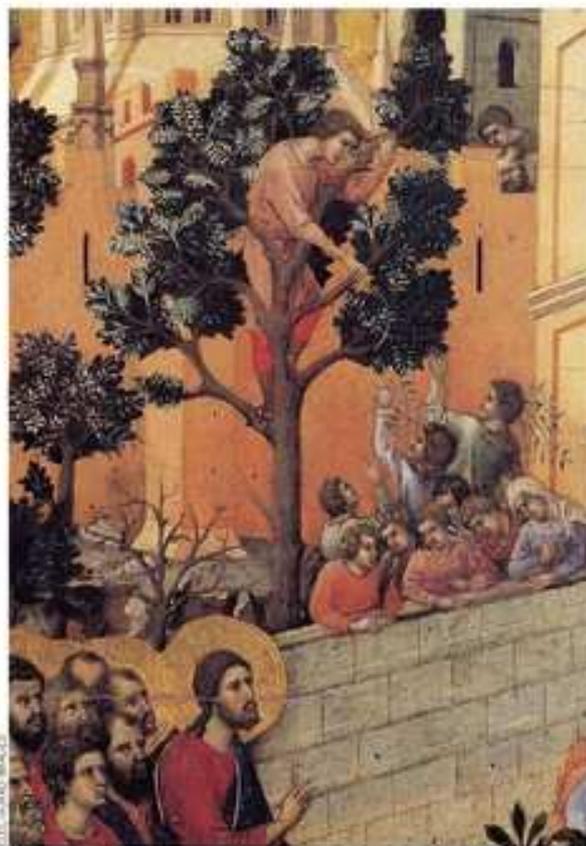
Cette expérience peut concerner ceux qui souffrent, grâce au processus d'identification à Jésus auquel nous invite sans cesse Paul. « *La dimension religieuse de l'existence est profondément modifiée par l'expérience christique : le corps devient en effet le lieu de la présence du Christ jusque dans l'épreuve du corps souffrant* », écrit le théologien protestant Élian Cuvillier dans un article de référence paru dans la revue *Cahiers d'études du religieux. Recherches interdisciplinaires* (n° 12, 2013). Dans le christianisme, il est central de se laisser habiter dans son corps – ou dans sa réalité, ici et maintenant – par Jésus, Verbe de Dieu fait chair. « *C'est l'expérience que fait Zachée dans l'Évangile de Luc (Luc 19, 1-10) quand Jésus lui demande de descendre de son arbre pour qu'il demeure chez lui* », affirme Benoît Dubigeon, prêtre franciscain au service du diocèse de Fleury-Mérogis. « *Il faut noter, poursuit-il, que Zachée n'avait pas les pieds sur terre – puisqu'il était monté dans un arbre pour voir Jésus – et sa vie n'était conforme à aucune justice, car il prenait l'argent pour le donner aux Romains. Mais c'est quand il descend sur terre et accueille Jésus que tout est transformé. Il demande pardon à ceux à qui il a fait du tort et il partage ses biens. Il le fait parce qu'il est désormais habité par Dieu.* »

« LE CHRIST S'EST INCARNÉ DANS L'IMPUR »

Comme le rappelle le franciscain, habitué à l'accompagnement de personnes qui souffrent, « *le Christ est venu s'incarner dans le corps de notre humanité telle qu'elle est au plus bas. Il ne s'est pas incarné dans ce qui est pur, mais dans l'impur pour lui permettre de s'élever à sa véritable dimension. C'est ainsi qu'un corps, grâce à l'Esprit qui procède du Père et du Fils, peut passer de la défiguration – parfois abimée par le péché – à la transfiguration. Nous devenons ainsi ce que nous sommes* ». ✎ HENRIK LINDELL

« On peut s'inspirer de Jésus, qui a vécu dans un corps d'homme. Il n'a pas refusé le banquet ni le parfum de Marie. »

SŒUR VERONICA TOURNIER, THÉOLOGienne



L'ENTRÉE DU CHRIST À JÉRUSALEM, détail montrant Zachée dans l'arbre, 1308-1311, Duccio di Buoninsegna, musée de l'Œuvre de la cathédrale, Sienne (Italie).

CECI EST NOTRE CORPS

jeu de
jambes





BAPTISTE, 25 ans, vient à la salle pour avoir un cadre, se muscler et maigrir.

POURVU QUE LE BICEPS SOIT GROS

Partout dans l'Hexagone, les Français s'engouent pour les exercices de cardio et la musculation, cherchant prise de muscle rapide et épuisement du corps. Avec, à la clé, l'espoir d'une estime de soi retrouvée.

« **T**u aimes repousser tes limites ? Te challenger ? Viens te surpasser aux entraînements à haute intensité. Nos coachs te motiveront à donner le meilleur de toi-même pour développer rapidement tes capacités physiques de manière durable », lit-on sur le site internet de Fitness Park. Ces salles de fitness à la dure, au look spartiate, mêlant machines, tapis de course, bancs de musculation, sacs de frappe et cours en tous genres se multiplient, après avoir conquis la capitale il y a une huitaine d'années. Des pratiques sportives intensives qui promettent un changement de corps rapide.

Les franchises Basic-Fit, Fitness Park et KeepCool se partagent l'essentiel de ce marché de la sueur avec des formules toutes prêtes : 20 à 30 € par mois pour

« aller à la salle », et ce, tous les jours, de 6 heures à 23 heures. On y achète des barres protéinées, on s'abreuve d'une « boisson hydratante » à volonté, disponible depuis une fontaine qui se déclenche au passage de son badge d'abonné. Un instructeur est là pour accroître l'efficacité de chacun et des applications prennent le relais. Des sociologues établissent un prolongement naturel entre le monde de l'entreprise contemporain et ce loisir individuel où le dépassement de soi et les objectifs de performance vont de pair.

MIEUX GÉRER SON STRESS

Des communes de toutes tailles accueillent ces espaces aux murs couleur charbon. Comme ici, dans la zone commerciale de Saint-Gervais-la-Forêt, village

de Loir-et-Cher de 3200 habitants, en périphérie de Blois. Passé le tourniquet, nous découvrons Camille, 27 ans, hissée sur son mini-escalator individuel. C'est un « StairMaster » à utiliser 20 min par jour, trois fois par semaine, pour des muscles fessiers bien charpentés, apprend-on. « Je sors surtout d'une longue session d'haltérophilie », précise cette doctorante en kinésithérapie à San Francisco, après des études dans le génie civil en France, puis en Chine. « Je suis l'extraterrestre de la famille », résume-t-elle, en montrant son tee-shirt Wonder Woman. « Les Californiens ont créé le temple du culturisme. Mais San Francisco, c'est pas Los Angeles. On mange plus sain, on vit plus "green" plus "healthy"... Moi, je reste française, je préfère continuer de manger de tout ! » Camille explique avoir choisi de soulever des haltères pour mieux gérer son stress. « Maintenant, je m'entraîne beaucoup moins pour mon mental que pour espérer vieillir en bonne santé. » Elle nous montre des vidéos TikTok de sa coach états-unienne laissant rebondir ses haltères sur le sol, sourire aux lèvres.

À 17 ans, Yann est capable de soulever un poids de 30 kg dans chaque main, allongé sur un banc. Une souffrance choisie. « Vous êtes dans le coin des pectoraux », nous chuchote son meilleur ami, maillot de Ronaldo à la Juventus de Turin sur le dos, qui veille au grain. Yann vient de décrocher son bac avec mention assez bien et enchaîne déjà les petits boulots. Après deux ans de salle, il se verrait devenir coach sportif. « Quand j'ai commencé, j'étais vraiment très maigre, je complexais et il me fallait un défi, quelque chose pour me canaliser... me valoriser aussi ! » « Mon cousin est devenu un peu hors norme. Il peut perdre 4 kg en une semaine s'il ne mange pas ses six repas par jour », ajoute Margot, 20 ans, en l'examinant. La jeune femme va à la salle dès 6 h du matin, puis elle enchaîne avec son stage de vendeuse, pour valiser un BTS en « négociation et digitalisation de la relation client ». « Aller s'entraîner, c'est déjà s'entraîner. Il faut une sacrée discipline pour se réveiller à 5h20 et partir faire du sport. Aujourd'hui, je dirais que le "renfo" et le "cardio" rythment ma vie », résume-t-elle fièrement.

PERFORMANCE RADICALE

Plus loin, Dylan, 23 ans, et Xavier, 24 ans, grimacent et s'encouragent à tour de rôle. Les deux ont terminé leur master en sciences de l'éducation et deviendront professeurs des écoles à la rentrée. Dylan a tatoué une photo de famille sur son avant-bras gauche, mais les visages n'ont ni yeux ni bouche. « Avant, j'allais à la salle tout seul pour perdre du gras et améliorer ma détente, parce que je joue aussi au basket. Je venais avec mes écouteurs et je m'entraînais dans ma bulle. » Xavier l'a rejoint, inspiré par son frère livreur et son père vétérinaire dans les fermes laitières, « deux hommes plutôt costauds ». Affairé sur une machine, Alexandre, 26 ans,

commercial aux yeux verts et cheveux roux, a suivi l'exemple de son frère policier : « Pour lui, c'est fonctionnel. Dans mon cas, faut être franc, je suis allé à la salle pour devenir beau. » Pourvu que le biceps soit gros. Et la performance radicale. « Depuis deux années que je m'entraîne, j'ai pris 25 kg de masse, tandis que mon épouse, qui va à la salle aussi, en a perdu 20. »

Cet entraînement se pratique aussi dans l'assiette. Les puristes sont adeptes du régime paléo, qui proscribit les aliments transformés, produits laitiers inclus – « de toute façon, le lait de vache me donne de l'acné », ajoute Alexandre. Lui dépense entre 600 et 700 € de nourriture par mois pour son couple. « Tout en pesant ma nourriture et en calculant la quantité d'huile d'olive à la cuillère près. » Après avoir obtenu la silhouette de bulldozer tant espérée, le jeune homme ne compte pas étendre le domaine de sa lutte au-delà de la salle de sport. « Je n'ai plus de grand projet, sauf peut-être mettre suffisamment d'argent de côté chaque mois pour profiter de la vie », espère-t-il. Son compte Instagram s'enrichit sans cesse de photos « Avant/Après ». →



CAMILLE, 27 ans, vit aux États-Unis, mais, en vacances chez ses parents, poursuit son entraînement en haltérophilie.



YANN, 17 ans, fréquente la salle de sport depuis deux ans pour se muscler, aidé par un ami.



NEILA (debout) donne notamment des cours de cuisses-abdos-fessiers (Caf). Les participants, qu'elle a fidélisés, viennent spécialement pour écouter ses conseils.

KATIA ET STÉPHANIE, deux sœurs quinquagénaires, viennent quatre fois par semaine, pour rester en forme et bien vieillir.

Katia, 50 ans, à la blondeur scandinave, a lâché la course à pied en avril, à cause d'une entorse à la cheville mal soignée. « Je n'ai pas voulu m'en occuper, mais j'aurais dû aller aux urgences, qu'est-ce que je regrette ! » Depuis, quand s'achève sa journée de bureau, elle s'en va rejoindre sa sœur Stéphanie à la salle, à raison de quatre séances par semaine. Les deux sportives quinquagénaires enchaînent pompes, tractions, rameur, et se verraient bien évangélistes de leur nouvelle passion : elles réfléchissent ainsi à lancer une page Facebook pour y mettre des routines de musculation, d'alimentation et d'entretien de soi à l'attention des femmes de leur âge. « On a envie d'expliquer que l'on peut bien vieillir, en pleine forme et non en se goinfrant de chips devant la télé. »

« Nous sommes tous dans une démarche similaire : la moitié de ceux qui vont à la salle, c'est pour perdre du poids, l'autre, c'est pour en gagner. »

BAPTISTE, 25 ANS

les extrêmes. On y voit des gens qui s'entraînent trois fois par jour, tous les jours. Ici, on se prend moins la tête. » Baptiste est actuellement en stage, en télétravail, pour un énergéticien allemand, après trois mois de présentiel. « Il y a trois ans, j'étais obèse, je devais

SE PROTÉGER DES REGARDS

Au fond de la vaste salle s'entraîne Baptiste, 25 ans, muscles scintillants et cuisses velues façon Wolverine, ce superhéros Marvel. Son téléphone émet un bip, signe qu'il peut s'accorder une pause de 1 min 30. « À Paris, où je me suis entraîné deux ans pendant mes études d'ingénieur, ce sont

être à 117 kg. Je viens de la culture rugby, où, même si c'est du sport, on nous apprend à bien bouffer, mais jamais à maigrir. La salle m'a donné un cadre. » Il a donc fondu. « Aujourd'hui, je suis à 90 kg. J'étais descendu à 87. Cela dit, quand on se regarde dans un miroir, cela déclenche encore une spirale négative où on a envie de se dépasser un peu plus. » Le voici doté d'une muraille de muscles pour se protéger des regards moqueurs, voire aller vers son prochain. « Avant, j'étais un faux introverti. Je parlais beaucoup pour compenser un mal-être. Ici, je vais vers les gens en confiance, car nous sommes tous dans une démarche similaire : la moitié de ceux qui vont à la salle, c'est pour perdre du poids, l'autre, c'est pour en gagner. Aujourd'hui, je ne me sens pas 100 % bien, mais ça va de mieux en mieux. »

Une musique entêtante s'échappe d'une salle de cours collectifs éclairée de spots bleus. C'est Neila qui, chaque soir, anime. « Pour faire ce métier, il faut toujours être à l'affût des nouvelles tendances », assure cette coach d'origine tunisienne. Ce soir, c'est donc cours de Caf (cuisses-abdos-fessiers), suivi du Body barre, soit des exercices de souplesse avec une barre lestée. Demain, place au Fonctionnel Body, un cours visant « à connaître les fonctions primaires de chaque muscle ». Et pourquoi pas une séance particulière d'électrostimulation ? Neila poste régulièrement des photos de sa silhouette ciselée sur Instagram : « Hey tu as bien séché ! », « Ta shape (forme, ndlr) a bien changé », commenteront ses disciples, conquis. »

TEXTE JORDAN POUILLE

PHOTOS NICOLAS WIETRICH POUR LA VIE

ATHLÈTES DES PLANCHES

Bien dormir, faire attention à ce que l'on mange, s'économiser... la condition physique des comédiens est une donnée essentielle pour être à son meilleur sur scène.



Les acteurs ont-ils un corps ? La question paraît évidemment absurde. Pourtant, en interrogeant des comédiens sur la façon dont ils vivent l'épreuve de la scène, l'aspect physique de leur métier et la tension extrême endurée au fil des représentations, on sent une réticence. Peut-être y a-t-il une superstition à évoquer ce qui touche au corps... Avant de monter en scène, les Britanniques ne disent-ils pas « *Break a leg* » (littéralement « Casse-toi une jambe »), pour conjurer le mauvais sort – l'équivalent de notre « *Merde* » bien français ? Le corps du comédien est son outil de travail, au même titre que son cerveau. Et si l'on considère les nombreuses créations présentées cet été et à la rentrée, dont la durée

peut excéder les huit heures, difficile de dire que le corps des acteurs n'est pas fortement sollicité autant qu'éprouvé dans de telles épopées théâtrales.

L'ENTHOUSIASME D'ÊTRE EN SCÈNE

Norah Krief, qui a plusieurs fois joué dans des spectacles de longue durée – dont une mémorable version du *Henry IV* de Shakespeare, épopée théâtrale de huit heures montée par Yann-Joël Collin en 1999 au Festival d'Avignon – ne se souvient pas tant d'avoir fourni un effort particulier à l'époque que de l'enthousiasme d'être en scène une nuit entière. Habituee des spectacles de plusieurs heures, elle jouera cet automne dans *Racine carrée du verbe être*, nouvelle création de →

BERTRAND DE ROFFIGNAC (debout) et Xavier Gailis durant les répétitions de *Ma jeunesse exaltée*, d'Olivier Py, un spectacle de huit heures créé en 2022.

Wajdi Mouawad, au théâtre de la Colline, à Paris (XX^e), prévue pour durer au moins sept heures. « Il existe une différence importante entre les spectacles où on reste tout le temps sur le plateau et où, de ce fait, on est dans le bain, pris par l'histoire, et ceux où on se retrouve dans les loges quand on n'apparaît pas sur scène. Là, ça demande une certaine concentration pour être prêt au quart de tour, quand on va entrer de nouveau en scène. En fait, c'est très prenant de jouer dans un spectacle long. On est comme des athlètes, il faut se préparer. »

Se préparer : tel pourrait être le mot d'ordre quand il est question d'aborder un spectacle au long cours. Bertrand de Roffignac, qui joue Arlequin, personnage central de *Ma jeunesse exaltée*, saga de 10 heures créée au dernier Festival d'Avignon par Olivier Py, en sait quelque chose. « Tout d'abord, il faut se mettre en condition psychologiquement et physiquement. Dans mon cas, cela veut dire pas d'alcool ni de cigarettes plusieurs semaines avant et pendant les représentations. » Mais ce n'est pas tout, car une fois les représentations commencées, l'acteur se tient à un régime très strict, que certains n'hésitent pas à qualifier de « monacal ». « Quand on doit enchaîner plusieurs représentations, j'essaie de dormir beaucoup et surtout de parler le moins possible dans la journée pour laisser reposer ma voix. » De ses années passées sur les plateaux de théâtre, Bertrand de Roffignac a compris la nécessité de s'économiser pour ne pas mettre son corps en danger. Une prudence d'autant plus indispensable que sa façon de jouer est très physique. « Je me suis beaucoup entraîné, notamment sur le plan musculaire, pour ce spectacle. C'était nécessaire si je ne voulais pas me faire trop mal. Quand j'avais 20 ans, je jouais dans des spectacles où le corps était très impliqué. Je me préparais, mais à chaque représentation je me blessais au même endroit. Comme j'étais jeune, ça m'était égal. Aujourd'hui, je sais qu'il faut faire attention parce que, 5 ou 10 ans plus tard, on le paye. »

UN STRESS ÉNORME

Bertrand de Roffignac n'hésite pas à comparer le travail du comédien à celui d'un danseur. « Je parlais récemment avec des amis danseurs de l'Opéra de Paris de cet engagement du corps. Chez eux, l'implication physique est totale ; ce n'est pas aussi intensif pour un comédien, mais c'est tout de même important. C'est une question de santé. On a un capital physique et on l'épuise : ce n'est pas anodin, même si cela ne correspond pas à l'image que l'on se fait de l'acteur ! En France, tout ce qui a trait à la préparation physique, aux soins médicaux éventuels après les spectacles, les séances chez la kinésithérapeute, relève de la responsabilité de l'acteur. »

« Quand on doit enchaîner plusieurs représentations, j'essaie de dormir beaucoup et surtout de parler le moins possible dans la journée pour laisser reposer ma voix. »

BERTRAND DE ROFFIGNAC, COMÉDIEN

De fait, monter sur scène tous les soirs, quelle que soit la durée du spectacle, suppose des conditions physiques optimales, pour la simple raison que jouer la comédie suscite énormément de stress. Chacun ou chacune doit gérer sa forme physique, et par conséquent mentale, à sa manière. La chose est encore plus sensible quand on s'embarque jour après jours pour des représentations de plusieurs heures. « Je me souviens, remarque Norah Krief, que, dans les années 1990, quand je débute avec la troupe du Ballatum Théâtre de Guy Allouche et Éric Lacascade, avant chaque répétition, on faisait de longs trainings très physiques pour se mettre en train... C'est fini tout ça, aujourd'hui on n'a plus temps. On attaque directement les répétitions. » Aux acteurs de gérer eux-mêmes et comme ils le souhaitent leur condition physique.

John Arnold, qui joue le *Nid de cendres*, créé cet été au Festival d'Avignon par Simon Falguière, a sa méthode. « Je suis un acteur assez physique. J'ai 60 ans et, quand je suis en scène, je me dépense beaucoup. Le reste du temps, je vis en Bourgogne, à la campagne, et je peux dire que les travaux de la campagne vous entretiennent physiquement ! Je ne pourrais pas faire ce métier avec autant de plaisir si je n'avais pas la possibilité de m'extraire



CHRISTOPHE BARTHOLOMEU / LE LANC



PHOTOGRAPHIE: ENRIQUETA LACI

de cet univers pour me retrouver dans la nature. C'est un mode de vie totalement différent, mais je me suis adapté à ces deux rythmes. » Cela n'empêche pas John Arnold, qui a fait ses premiers pas auprès d'Ariane Mnouchkine et de Michel Bouquet, de remarquer que jouer un spectacle de 13 heures n'a rien d'anodin.

DES FORCES QUI VOUS DÉPASSENT

D'accord avec Norah Krief ou Bertrand de Roffignac, il insiste sur le régime diététique. « Quand on interprète ce genre de spectacles, il faut manger léger. Quand on jouait *Richard II* et *la Nuit des rois*, de Shakespeare, avec Ariane Mnouchkine, le matin, à 7 heures, je me forçais à manger un steak. Mais c'était mon unique repas. À la fin on est épuisé. Après avoir tourné les Shakespeare pendant un an, je me souviens que l'on a eu six semaines de vacances, et que j'ai entièrement passé les trois premières à dormir. » John Arnold explique aussi que, pendant les entractes au cours des représentations du *Nid de cendres*, il dort. Ce qui, pour Norah Krief, est impossible.

De son côté, Anouk Grinberg se rappelle s'être parfois réveillée le lendemain d'une représentation avec le sentiment « d'avoir 120 ans ». Jouer la comédie n'est pas un métier ordinaire, comme l'évoque avec beaucoup de perspicacité son très bel essai intitulé *Dans le cerveau des comédiens* (Odile Jacob),

BERTRAND DE ROFFIGNAC

avec Céline Chéenne (photo de gauche) et Émilien Diard-Detoeuf (ci-dessus).

À VOIR

Racine carrée du verbe être, du 30 septembre au 30 décembre au théâtre de la Colline, Paris (XX^e).

Ma jeunesse exaltée, du 11 au 19 novembre au théâtre Nanterre-Amandiers (92), les 25 et 26 novembre au TNP, à Villeurbanne (69).

À LIRE

Dans le cerveau des comédiens. Rencontres avec des acteurs et des scientifiques, d'Anouk Grinberg, Odile Jacob, 22,90 €.

fruit d'une enquête auprès d'acteurs et de scientifiques, en particulier de neurologues. Jouer, analyse Anouk Grinberg, c'est aussi s'exposer à des forces qui vous dépassent, ce qui suppose une grande disponibilité de corps et d'esprit. « Sur scène, on se laisse traverser par des choses dont on n'a pas vraiment conscience sur le moment. Après, quand on se couche, il y a des intensités qui doivent s'atténuer. Il faut que la tension baisse. Pour ça, il faut du temps. Dans la journée, l'organisme se régénère, les vides se remplissent. Je fais du sport, du yoga, de la méditation. Je n'aime pas avoir l'impression que mon stylo fuit, donc je l'entretiens. »

S'ADAPTER AUX ESPACES DE JEU

De fait, jouer, c'est aussi créer des conditions de travail : d'une manière ou d'une autre, façonner un contexte, physique autant que mental, où va se déployer la représentation. Depuis quelques années, la comédienne et metteuse en scène Clara Hédouin installe des spectacles dans des espaces naturels, avec leurs creux, leurs bosses, des trous, des endroits glissants, des racines d'arbre, contrairement au plateau de théâtre, lisse et plat : *les Trois Mousquetaires*, d'après Alexandre Dumas, et, depuis peu, *Que ma joie demeure*, d'après Jean Giono. Joués dans des lieux variés, comme le parc de Sceaux ou le château de Chambord, ces créations supposent un fort investissement des comédiens, contraints de s'adapter à des espaces qu'ils découvrent parfois au dernier moment. « Physiquement cela demande beaucoup d'énergie : il n'y a pas d'éclairages ni de gradins, tout repose sur le corps des acteurs qui doivent apparaître et disparaître à des endroits différents pour surprendre le public et changer de costumes en quatrième vitesse, car chacun a plusieurs rôles. » En effet, il s'agit d'adaptations de romans, où les personnages sont plus nombreux que dans une pièce de théâtre. « Par ailleurs, on double les acteurs en cas d'accident. Récemment, on a dû réorganiser une scène de bataille parce que celui qui jouait d'Artagnan avait fait une mauvaise chute. »

Avec *Que ma joie demeure*, Clara Hédouin a poussé plus loin l'expérience en répétant en plein air. « On a travaillé cet hiver sur le plateau du Haut-Lignon. Parfois sous la neige, au milieu des pâturages, avec des gros manteaux, plusieurs couches de vêtements. C'était très intéressant d'éprouver physiquement les conditions de la nature en relation avec le texte de Giono. Finalement, on l'a créé au printemps dans l'Hérault, dans la garrigue, un espace très différent, plus tortueux, plus sec, plus sauvage, et avec des températures très élevées. » Une façon singulière de mettre à l'épreuve le corps de l'acteur, de créer une tension en le confrontant à chaque fois à des conditions géologiques, mais aussi météorologiques, différentes, comme en écho, un écho d'ordre physiologique, au roman de Giono. ➤ HUGUES LE TANNEUR ➔

CECI EST NOTRE CORPS



MOUNIR AL RAFEI SE BAT CONTRE SON IMMOBILITÉ

Devenu paraplégique en 2010 à cause d'un accident de la route, il souhaite retrouver ses capacités physiques et suit un entraînement dans lequel il met toute sa volonté, malgré la douleur.

La date a marqué sa mémoire au fer rouge. C'était le 3 août 2010, à Rueil-Malmaison (Hauts-de-Seine). Le restaurant près de son travail était fermé. Mounir Al Rafei a pris sa moto pour aller déjeuner plus loin. Il roulait à 40 km/h. Une voiture qui venait à contresens l'a percuté de plein fouet : 24 heures d'opérations sans interruption, 17 heures de transfusion sanguine, trois semaines de coma artificiel. Il est resté hospitalisé deux mois à l'hôpital Georges-Pompidou, à Paris (XV^e), puis neuf mois à l'hôpital Raymond-Poincaré, à Garches. Tibia, bassin, nez, doigts, bras fracassés, traumatisme crânien : ses cicatrices attestent de l'immense souffrance vécue. Mounir, surtout, a eu des vertèbres cassées, la moelle épinière comprimée : il a perdu l'usage de ses jambes. Paraplégique !

COUPER AVEC SA VIE D'AVANT

Mais l'ancien responsable de magasins d'encadrement de tableaux a survécu. « *Ce qui m'a sauvé la vie, c'est que j'étais semi-marathonien. J'envisageais de courir le marathon de New York. J'étais donc en forme, le cœur solide : les médecins ont enchaîné les opérations après mon accident, sans m'infliger plusieurs anesthésies* », raconte-t-il dans un parc de Nanterre, assis sur son scooter pour personne à mobilité réduite. Intubé, il a entendu une infirmière dire qu'il ne retrouverait jamais l'odorat ni la parole. Faux ! Mounir a voulu déjouer les pronostics. Et il a nourri un « *rêve obsédant : remarquer un jour* ».

Très vite, cet homme né à Suresnes il y a 55 ans, d'origine libanaise, a changé de logement, de mobilier, de travail. Désir de couper avec sa vie d'avant. Mais il n'a « *pas changé d'épouse* ». Marié avec Nadia depuis 2008, il a eu avec elle un fils, en 2015. Sa force. Son amour. En mars 2010, Mounir venait d'acheter un appartement au deuxième étage sans ascenseur. À Garches, il s'est entraîné à monter trois étages en s'appuyant sur la rampe et une béquille. Demander toujours plus à son corps amoindri. Aller de l'avant, quitte à se faire violence. « *Au début, je ne bougeais*

plus du tout. Mais je voulais absolument retrouver ma mobilité. J'ai commencé par passer d'un plan à un autre, avec des planches. Puis j'ai marché entre des barres, soulevé par une sangle qui me soulageait de mon poids.

« *Accepter son handicap, ce sont des termes de valide. Le handicap, c'est une sacrée saloperie qui vous vole votre vie.* »

MOUNIR AL RAFEI

Ensuite, j'ai avancé avec un déambulateur, puis deux béquilles, puis une béquille. J'ai bossé à fond avec ma kiné. En 2014, une fois mes capacités récupérées au maximum, j'ai pu conduire de nouveau. »

Mounir Al Rafei aime ne dépendre de personne. Il a mal vécu le Covid et les confinements, synonymes d'enfermement. Depuis son séjour à l'hôpital, il est claustrophobe. Nadia, depuis son accident, préfère le train. Conduire, au moyen d'une pédale d'accélérateur inversée, aide Mounir à se sentir libre. « *La voiture est le seul endroit où je ne sois pas handicapé. C'est très agréable* », confie-t-il.

PRÉVENTION CONTRE LA VIOLENCE ROUTIÈRE

Après six ans de procédure judiciaire, Mounir a gagné son procès. Le chauffard a été condamné à six mois de suspension de permis et 2500 € d'amende. Les assurances, suspicieuses, ont dû lui verser des indemnités. Avec la somme, Nadia et lui ont fait construire une maison adaptée avec jardin, à Nanterre. L'avocat de l'association Victimes et Citoyens l'a bien défendu. Il a tenu à rendre au centuple ce qu'il avait reçu : depuis 2014, il est délégué bénévole de l'association, engagé dans la prévention contre la violence routière. « *Sur la route en France, il y a beaucoup de morts, plus de 3000 par an. Nous sommes entre 900000 et 1,2 million de personnes en fauteuil roulant. Et, chaque année, les accidents font au moins 70000 blessés* », regrette-t-il.

Autant de personnes qui se retrouvent avec un corps abîmé. Un corps douloureux dont elles ont honte, souvent. Il enrage : « *Accepter son handicap, ce sont des termes de valide. Je n'aime pas mon image, me voir dans la glace. Douze ans après, mes jambes se* →

figent parfois, j'ai des spasmes. Le handicap, c'est une sacrée saloperie qui vous vole votre vie. Quand je pense que c'est seulement à cause d'un trou gros comme une tête d'épingle dans ma moelle épinière que je ne marche plus ! »

L'ancien sportif est très actif. Deux fois par semaine, il va chez son kiné, pour des séances d'étirement, afin d'assouplir ses muscles. Mounir préside aussi l'association Point carré handicap, basée à Garches, qui organise des stages de ski et de char à voile. Dans cet hôpital spécialisé dans les troubles neuro-locomoteurs, il retourne deux heures par semaine à la salle de sport. Il y fait du vélo, de la presse – un travail avec des poids. Il ne se ménage pas. « En tant que semi-marathonien, je croyais

« C'est comme si je m'entraînais à un haut niveau. Quand je sors, je suis rincé. Le mental, c'est 80 % du travail »

MOUNIR AL RAFEL

connaître la fatigue. Je me trompais. Là, c'est comme si je m'entraînais à un haut niveau. Quand je sors, je suis rincé. Le mental, c'est 80 % du travail », admet-il.

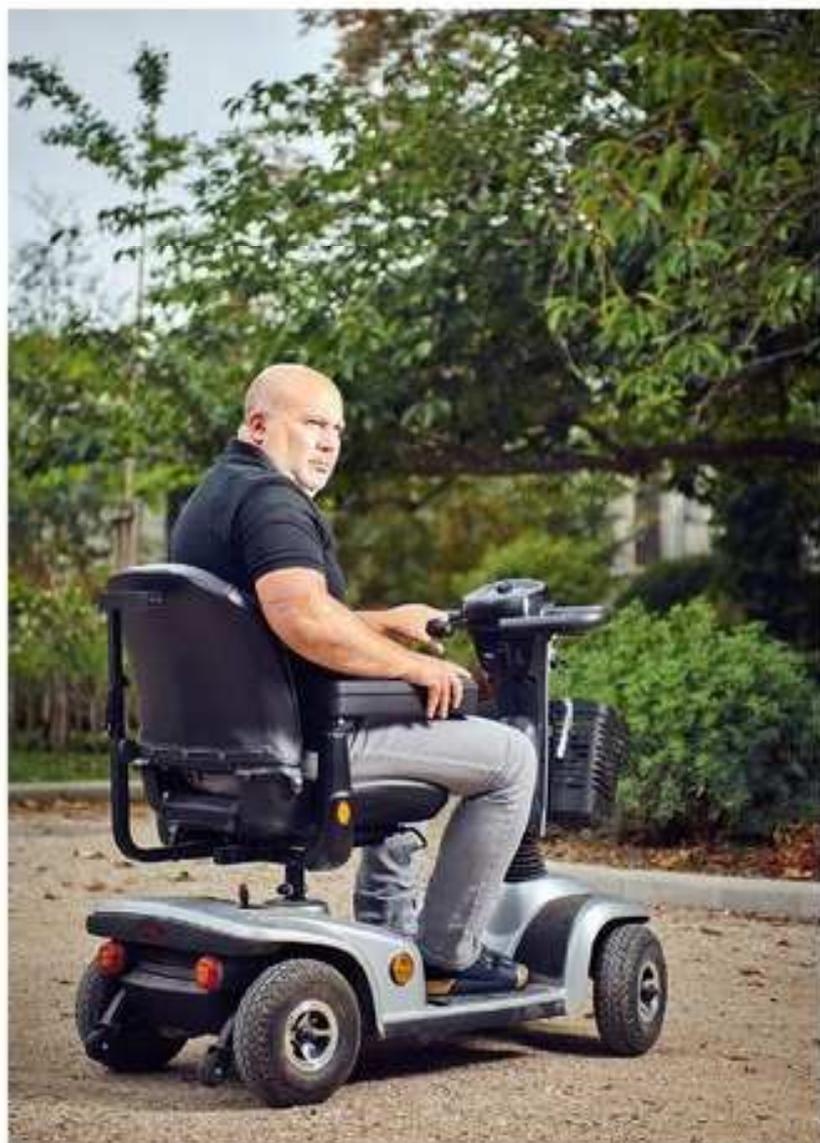
À l'hôpital, une maladie nosocomiale lui a valu de contracter une méningite. Il se trouve moins vif qu'avant. Il regrette de mettre un quart d'heure pour aller aux toilettes, mais se félicite de ne pas avoir de sonde. Et que ses membres soient restés sensibles. Dans le film *Intouchables*, François Cluzet, qui joue un riche tétraplégique, ne réagit pas quand Omar Sy, qui incarne son auxiliaire de vie, lui verse du thé sur les jambes. Mounir explique que lui a la chance de les sentir. Il cite aussi *Patients*, le long métrage de Grand Corps Malade, pour rappeler que « l'on pourrait faire beaucoup de films comiques avec l'hôpital » et la retape physique. À condition d'être doué d'humour.

CHANGER LE REGARD SUR LE HANDICAP

À la maison, Mounir se déplace en fauteuil roulant manuel. Un engin léger, qui, hélas ! bascule facilement. À hautes doses, les déplacements sont éreintants, car les épaules chauffent. « Si les épaules servaient à marcher, cela se saurait », lui a fait remarquer un médecin. Mounir Al Rafel se bat aussi pour les autres. Son nouveau travail consiste en l'élaboration d'un fauteuil à deux roues auto-équilibré inspiré du « gyropode ». De quoi élargir sans souffrir son rayon d'action à 20 km, bien plus qu'avec un fauteuil électrique. Et contribuer à changer le regard sur le handicap. Quand il l'a testé dans un parc, un jeune est venu lui demander s'il pouvait l'essayer ! Vingt exemplaires seront prêts cet été, dont 13 ont déjà été vendus. Étape suivante : l'industrialisation...

Au quotidien, Mounir passe du temps avec son fils, va le chercher à l'école, l'accompagne au judo et au basket. Il aime qu'il ait le goût du sport. Lui regarde le football à la télévision, depuis le canapé. Quand il souffre, il évite de se plaindre. Histoire de préserver ses proches. Il déteste « voir la douleur dans le regard de (sa) mère », âgée de 83 ans. Il aimerait perdre les 10 kg pris pendant le Covid, mais il faudrait cesser de manger des pâtes, qui lui plaisent tant, à lui, l'ex-marathonien. Les séances à la salle de sport visent aussi à le faire maigrir. Mais surtout à rendre son corps plus vigoureux. « Si un jour, par miracle, mon circuit neurologique refonctionnait, mes muscles seraient prêts. Il y a bien des aveugles qui recouvrent la vue grâce aux progrès de la science... », ose-t-il. Marcher à nouveau reste une idée fixe. Même si, 12 ans après son accident, il devient « moins optimiste ». **TEXTE CORINE CHABAUD**

PHOTOS NICOLAS FRIESS/HANS LUCAS POUR LA VIE →



MOUNIR AL RAFEL, sur son scooter pour personnes à mobilité réduite, dans un parc, à Nanterre.

Le chorégraphe Thierry Thieû Niang va à la rencontre des patients d'un hôpital francilien. Par le geste partagé, il invente une forme sensible qui vient rompre la solitude imposée par la maladie.

« L'ART, C'EST UNE FAÇON DE MASSER L'ÂME »

« Grâce à la MC 93, scène nationale de Seine-Saint-Denis, à Bobigny, j'ai bénéficié d'une carte blanche à l'hôpital Avicenne, dans le cadre du programme interministériel "Culture et Santé". Pendant plus de deux ans, quand mon planning d'artiste le permettait, j'allais accompagner les patients de différents services. Les médecins choisissaient des patients susceptibles d'être intéressés par la rencontre, qui acceptaient ou pas. Je restais avec la personne parfois 20 min, parfois trois heures, le temps d'une séance de chimiothérapie...

Au début, je présente au patient ma recherche autour du corps vulnérable, vieillissant ou blessé. Je dis mon intérêt d'échanger avec lui autour du corps. Nous parlons de la place de la danse et du mouvement dans sa propre histoire. De son origine culturelle, de son métier, de sa situation familiale : être enseignant ou garagiste ne donne pas la même expérience corporelle. Être grand-mère ou jeune maman non plus. J'essaye d'accorder nos corps en m'appuyant sur l'instinct, sur l'écoute de l'autre, sur le présent.

UNE PROPOSITION DE LIEN

Je peux masser la personne, marcher avec elle dans le couloir, lui montrer une vidéo de danse sur mon téléphone. J'invente aussi du mouvement : je peux danser pour elle ou avec elle, danser des pas qu'elle aime, improviser sur la musique de son pays. Cette approche facilite beaucoup le contact avec ceux qui ne parlent pas bien français. Ce n'est pas de l'art-thérapie,

c'est une présence d'artiste au travail. Ce que j'invente dans l'instant prend une forme inédite à chaque rencontre.

Le fait de ne pas être un soignant ni un proche offre à la fois une distance et une proximité. Ma relation avec le patient est déchargée du poids du social, elle est plus directe, plus humaine, plus universelle.

« J'essaye d'accorder nos corps en m'appuyant sur l'instinct, sur l'écoute de l'autre, sur le présent »

J'essaye d'ouvrir des portes, de laisser entrer le dehors à l'intérieur.

Je suis aussi une sorte d'intermédiaire entre le patient et son propre corps. Un mouvement partagé redonne du sens et de la sensation

à un corps que l'on a oublié, que quelquefois l'on n'aime plus. Et j'essaye de trouver la bonne distance, pour ne pas être seulement dans l'émotion, mais aussi dans la réflexion.

Pour moi, la danse commence dans une simple position assise, quand l'enfant essaye de tenir debout, ou encore dans le tremblement d'une personne âgée. C'est le mouvement naturel des corps. Danser avec quelqu'un, c'est trouver comment on accorde son geste à un geste de l'autre. C'est un mouvement commun, une proposition de lien. J'aime beaucoup cette idée d'accordage. On accorde les corps pour rompre la solitude. Car la maladie peut enfermer. Souvent, le patient n'ose pas parler de ce



À LIRE

Agapè, Danser à l'hôpital, de Thierry Thieû Niang, Érés, 10 €, thierry-niang.fr



qu'il ressent, car il n'a pas les mots ou bien il veut éviter de faire de la peine à ses proches. À force de ne rien dire, la parole ne circule plus et les corps sont en crise. Avec la danse, on continue de se relier à la vie, par le corps, et on regarde la maladie depuis un autre endroit. La solitude du patient et la mienne inventent du commun, dans une sorte de fraternité, de solidarité.

EN ACCORD AVEC LE PRÉSENT

Je ne soigne rien, je ne répare rien. L'art, c'est une façon de masser l'âme. Et cela a des effets. On peut renouer avec la parole, avec le désir. Certains patients retrouvent des appuis physiques et s'assoient autrement. D'autres osent évoquer la transformation de leur corps, comme la perte des cheveux ou la fatigue. Des patients se montrent davantage sûrs d'eux et de leurs émotions. Il y a du rire, des pleurs, de la colère. Pour le malade qui a du mal avec le présent et qui a peur de l'avenir, la danse peut aider à se sentir en accord avec le présent. Quand, en marchant avec l'autre, je fais soudain un pas de danse, cela fait sourire. C'est beau et simple, cela console. Je suis, au fond, seulement un déclencheur.

Cette expérience, qui s'est achevée en 2021, a été très forte pour moi. Le livre où j'ai consigné des paroles de patients et mes impressions en constitue une trace. Mon approche peut difficilement se transmettre, mais j'envisagerai d'animer un atelier de sensibilisation avec un public d'infirmiers et de danseurs. » **INTERVIEW NALY GÉRARD**



LES 4 FANTASTIQUES.
de Tim Story (2005)
présente des héros aux
pouvoirs formidables
(avec Jessica Alba,
Chris Evans,
Michael Chiklis
et Ioan Gruffudd).

FANTASTIQUES ANATOMIES

Transformés, dupliqués, étirés ou même effacés : écrivains, scénaristes et dessinateurs ont toujours laissé libre cours à leur imagination pour représenter leurs personnages.

La biomécanique des corps est une science singulière, surtout si l'on veut bien l'aborder par le biais de la fantaisie la plus débridée. L'élasticité de l'homme, par exemple, s'impose dès lors comme une évidence irréfutable. Et l'on s'étonne que des scientifiques continuent à l'heure actuelle leurs recherches en biologie cellulaire : il suffirait qu'ils se plongent dans les pages de *l'Homme élastique* pour être convaincus de la flexibilité de l'être humain ! Paru en 1938, ce roman fantastique de Jacques Spitz relate les expériences d'un savant, le Dr Flohr, capable de dilater ou comprimer les atomes... Une découverte qui l'autorise à déformer les organismes vivants à volonté, notamment les humains, dont il parvient à modifier la taille, les organes et les tissus, jusqu'à obtenir des spécimens de 5 cm de hauteur !

LES PLUS EFFARANTS MYSTÈRES

Si le corps de l'homme est extensible et rétractable, ce dont nul ne peut douter, il renferme d'autres capacités, tout aussi notables, révélées par les auteurs et les écrivains. Quelques années après Jacques Spitz, Marcel Aymé dévoilait dans sa nouvelle *le Passe-muraille* (1941) une étrange faculté du corps humain : celle de traverser les murs. On doit à un modeste employé de troisième classe au ministère de l'Enregistrement, excellent homme nommé Dutilleul, la découverte de ce don, alors qu'il venait d'entrer dans sa 43^e année. Interpellée par ce cas, la science médicale repéra l'origine de cette aptitude : un « durcissement hélicoïdal de la paroi strangulaire du corps thyroïde » !

Très attentif aux plus effarants mystères du corps, Marcel Aymé publia ce récit dans un recueil qui comportait une nouvelle, *les Sabines*, où il évoquait également le don d'ubiquité : son héroïne, prénommée Sabine, pouvait « à son gré se multiplier et se trouver en même temps, de corps et d'esprit, en autant de lieux qu'il lui plaisait souhaiter ». Dans les marges fantasques de ce corps-à-corps entre les connaissances et la fiction, H. G. Wells avait imaginé dès 1897 la disparition de notre enveloppe corporelle dans *l'Homme invisible*. Fêru d'optique, son héros, Griffin, réussissait

à élaborer une formule pour changer l'indice de réfraction du corps humain. Plus que l'anneau de Gygès, l'imparable accessoire pour devenir invisible en tournant le chaton d'une bague, comme le raconta Platon dans *la République*, la science permettait donc de soustraire son corps aux yeux du monde.

Corps modifiés, dupliqués, déformés, effacés... Les auteurs, qu'ils soient écrivains, scénaristes ou dessinateurs, n'ont jamais cessé de jouer avec la représentation de notre anatomie. Pour rebondir sur *l'Homme élastique*, puisque sa morphologie s'y prête, le personnage imaginé par Jacques Spitz peut se féliciter d'une glorieuse lignée d'héritiers. Que l'on songe

à Janus Stark, le héros anglais dont les aventures furent racontées dans une revue de BD entre 1973 et 1980 : surnommé « l'homme-anguille », ce magicien contorsionniste disposait d'os élastiques qui lui permettaient d'oser toutes les acrobaties.

« UNE NOUVELLE MYTHOLOGIE »

Toujours dans cette engeance des héros malléables, Red Richards, alias Mr. Fantastique, créé par le scénariste Stan Lee et le dessinateur Jack Kirby, a le pouvoir d'étirer et de déformer son corps. Apparu en 1961 dans l'univers Marvel, membre des Quatre Fantastiques, il est accompagné d'acolytes dotés de prodigieuses facultés corporelles. Jane Storm peut se rendre invisible, Johnny Storm se transforme en torche humaine, Benjamin Grimm, alias la Chose, se métamorphose en colosse : son corps s'enveloppe d'un épiderme rocailleux, de couleur orange... « Les créateurs, notamment dans la bande dessinée, ont effectivement toujours eu un goût pour modifier les corps, les transformer, parfois jusqu'à la caricature, ou les sublimer. Cela est notamment vrai dans les comics avec les super-héros, où l'on magnifie les corps, peut-être →

Jane Storm peut se rendre invisible, Johnny Storm se transforme en torche humaine, Benjamin Grimm, alias la Chose, se métamorphose en colosse...



L'ARTISTE THÉOPHILE STEINLEN

LE PASSE-MURAILLE, aquarelle de Théophile Alexandre Steinlen, frontispice à l'œuvre de Marcel Aymé, publiée par la Belle Édition en 1967.

pour se rapprocher des mythologies gréco-romaines et formuler une nouvelle mythologie. Cette représentation des corps, il faut le souligner, concerne surtout les héros masculins, sans doute parce que ces publications, à l'origine, étaient destinées aux jeunes garçons », explique Christian Marmonnier, journaliste spécialisé dans la bande dessinée et les arts graphiques.

Dans le neuvième art, les corps sont particulièrement exposés. Certains y greffent leurs fantasmes... C'est le cas de l'auteur Richard Corben, dont le héros fétiche, Den, utilise une machine magique pour se projeter dans l'univers parallèle de Nullepart. « Scientifique maigrelet, il est transporté dans un monde où il devient un surhomme, très musclé, entouré de femmes pulpeuses ! », note Christian Marmonnier. De son côté, le scénariste Alejandro Jodorowsky a imaginé un personnage de manchot, redoutable gâchette de la série *Bouncer*, dessinée par François Boucq, ou encore un prince infirme, né sans bras ni jambes, dans la série *Alef-Thau*, conçue avec le dessinateur Arno. « Dans ces sagas, Jodorowsky aborde le thème du corps mutilé,

mais ses personnages ont la ressource de se transcender pour dépasser leur handicap. Certains auteurs vont encore plus loin, comme Jean Van Hamme et Grzegorz Rosinski avec *Thorgal* : leur héros au corps malmené, inscrit dans la mythologie scandinave, a la particularité d'être mort plusieurs fois, mais de ressusciter », poursuit Christian Marmonnier.

MUSCLES PROÉMINENTS ET VEINES SAILLANTES

C'est assurément dans l'univers des super-héros que ce jeu avec le corps a atteint son paroxysme. Leurs collants moulants ne seraient-ils pas, d'ailleurs, un atout vestimentaire pour magnifier leurs muscles proéminents et leurs veines saillantes ? D'emblée, avec Superman, le père des super-héros, apparu dans l'univers DC en avril 1938, la perfection corporelle était de mise. Perturbés pour l'écriture de leurs histoires par cette invincibilité, ses créateurs durent inventer bientôt une « faiblesse » à leur héros hors-norme, proche du surhomme : ils imaginèrent un matériau, la « kryptonite », qui affaiblissait Superman et constituait son talon d'Achille...

Les épigones de Superman n'eurent pas la chance d'accéder à ce corps idéal, tout en biceps et musculature. Au fil des décennies, les pauvres super-héros, de plus en plus délicats et vulnérables, durent subir de nombreuses fragilités et infortunes physiques. Les uns furent affligés de corps monstrueux, comme Hulk ou la Chose, d'autres de corps mécaniques, comme Iron Man, revêtu d'une armure... quand ils ne furent pas la proie de mutations génétiques.

Certains héros cocasses, parfois injustement méconnus malgré leurs curieuses facultés, méritent d'être salués. Et d'abord l'honorable Bouncing Boy, apparu en 1961, qui possède le pouvoir de la dilatation : en surpoids, Chuck Taine, tel est son nom, est capable de gonfler son corps comme un ballon géant et de rebondir, en demeurant increvable. Tout aussi surprenant, le personnage de T.D.K., découvert l'an dernier dans le film *The Suicide Squad*, de James Gunn, est inspiré d'un étrange énergumène : Floyd Belkin, alias Arm-Fall-Off-Boy, né en 1989, s'enorgueillit de la capacité de démembrer son corps : il peut arracher l'un de ses bras et s'en saisir comme d'un gourdin. C'est ce qu'on appelle travailler ses ennemis au corps !  PASCAL PAILLARDET



À LIRE

À l'heure du retour dans les kiosques de la mythique revue *Métal hurlant* (le n° 3, « Vacances sur Mars », est actuellement disponible, 19,95 €), nous vous conseillons la lecture de l'ouvrage *Métal Hurlant. 1975-1987. La machine à rêver*, de Christian Marmonnier et Gilles Poussin, Denoël, 27,10 €.