¿ Interrogations ?
revue pluridisciplinaire de sciences humaines et sociales

Vallet Guillaume

Corps performant bodybuildé et identité sexuée masculine : une congruence ?

Pour citer l'article

Vallet Guillaume, « Corps performant bodybuildé et identité sexuée masculine : une congruence ? », dans *revue ¿ Interrogations ?*, N°7. Le corps performant, décembre 2008 [en ligne], https://revue-interrogations.org/Corps-performant-bodybuilde-et (Consulté le 27 avril 2024).

ISSN 1778-3747

Tous les textes et documents disponibles sur ce site sont, sauf mention contraire, protégés par la Licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 3.0 France.

Résumé

La période postmoderne a été marquée par la déstabilisation de l'identité sexuée masculine. Les hommes ont alors du chercher en eux-mêmes une nouvelle quête du sens de la vie permettant de répondre à cette problématique. D'où un regard particulier porté à leur corps, lieu d'expression de l'intimité et de la différenciation. Le rendre notamment performant permet de recouvrer les sensations de virilité et d'existence. La pratique du bodybuilding s'intègre tout à fait dans cette stratégie : un corps musclé est plus beau et plus fort, ce qui permet d'afficher la virilité recherchée dans l'espoir d'attirer les regards féminins. Mais définir sa virilité uniquement à travers un corps musclé performant n'est pas sans risques psychosociologiques. A travers cet article, nous nous proposons d'apporter un éclairage sociologique sur cette pratique, où le corps est placé au centre de l'intériorité et de l'extériorité, de l'individuel et du social.

Mots-clés : corps, performance, identité sexuée, bodybuilding, pathologies sociales

Summary

The postmodern period has been characterized by a destabilization of masculine sexual identity and by individualization. Nowadays men are compelled to find in themselves a new sense of life in order to respond to these challenges. Attention has turned to their body, as a support of intimacy and differenciation. In particular, a high-performance body allows a man to regain sensations of masculinity and existence. The practice of bodybuilding sustains efforts in that direction : a muscular body is nicer and stronger, and it allows a man to exhibit the virility expected to attract women's glance. However, we will suggest that the definition of masculinity through a muscular body involves some psycho-sociological risks. This article elaborates a sociological analysis of body-building, a practice in which the body is in tension between interiority and exteriority, and between individual and social forces.

Keywords : body, performance, gender identity, bodybuilding, social pathology

Introduction

Dans les années 1950, les travaux de Money (1955) [1] ont fait émerger la notion de genre pour rendre compte de la non coïncidence systématique entre le sexe anatomique et l'identité sociale des hommes et des femmes [2]. Distinguée de celle de sexe, la notion de genre s'éloigne d'une conception « *naturaliste* » du féminin et du masculin, qui fera dire plus tard à S. de Beauvoir que « *on ne naît pas femme, on le devient* ». Cela signifie que les rôles et l'identité associés aux individus des deux sexes possèdent une dimension sociale, culturellement acquise : à travers la socialisation, les individus vont progressivement développer et systématiser des attitudes sexuées particulières, et les mettre en correspondance avec ce qui est socialement attendu en fonction de leur sexe. Cette « *socialisation du biologique* » [3] est au cœur de la construction de l'identité sexuée individuelle, ce sentiment subjectif acquis par étapes d'être un homme ou une femme, indépendamment ou pas de la réalité des organes génitaux, et structurant la vie psychologique et sociale.

Cette construction de l'identité sexuée individuelle repose également sur les rapports de genre au sein du système social et politique : elle dépend du statut et du rôle social dévolus à chaque sexe, influant en retour sur la perception sexuée individuelle. L'identité sexuée permet à un individu de se positionner au sein d'un système social plus ou moins égalitaire et hiérarchisé entre les genres, et d'adopter des comportements sexués particuliers. Dans nos sociétés héritées de modèles patriarcaux, c'est l'homme qui est placé au cœur de la vie publique, et qui « domine » socialement la femme. Cela semble impliquer un positionnement masculin spécifique, car disposer d'un pouvoir supérieur induit de développer des signes extérieurs de virilité dans le but notamment de préserver cette hégémonie sociale.

L'individu masculin apprend en effet à développer des valeurs « masculines » comme la force, la puissance et la performance pour mieux asseoir son autorité et construire son identité sexuée. Dès le plus jeune âge, il est inséré dans cette problématique, à travers une socialisation différenciée qui le prépare à ses rôles futurs. En particulier, développer des signes extérieurs de virilité passe par un rapport au corps spécifique, qui est un des premiers marqueurs visuels potentiels de l'identité sexuée : directement accessible, ce capital peut être valorisé pour afficher cette force, cette puissance et cette performance tant recherchées. Il est à la fois un

miroir du soi, symbole de l'intime des particularités, et un miroir social. C'est pourquoi l'homme doit progressivement apprendre à construire une apparence corporelle sexuée en conformité avec les modèles culturels sociétaux liés au genre masculin. Or, se distinguer par une performance corporelle spécifique peut être jugé fondamental par certains hommes, notamment pour parvenir à se positionner favorablement dans le champ des rapports inter genres comme intra-genre.

Plus précisément, ce corps performant peut donner le sentiment d'exister et de disposer d'un certain pouvoir, deux éléments essentiels pour l'individu masculin cherchant à être « attractif » sur le marché du choix du conjoint. Le corps, cette matière visible, devient le lieu symbolique du désir et de l'érotisme, et c'est en lui accordant une attention particulière qu'un homme pourra avoir le sentiment de jauger son pouvoir de séduction et d'élimination des « concurrents potentiels ». D'autant qu'avec le pouvoir et le statut sociaux grandissants des femmes, celles-ci ont désormais davantage la possibilité de choisir leur vie, et de « sélectionner » leur conjoint, ce qui n'est pas sans incidence sur l'identité sexuée masculine.

Ainsi, dans le cadre de l'élaboration d'une problématique de thèse en sociologie, nous analyserons cette nouvelle configuration dans laquelle s'insère l'identité sexuée masculine, où la montée en puissance des femmes au niveau sociétal constitue à notre sens une véritable « révolution structurale ». Cette dernière induit à la fois la constitution de nouveaux rapports inter-genres, mais également une construction de l'identité sexuée masculine spécifique : certains hommes ont pu apprendre à développer une attitude sexuée spécifique en réaction à leur sentiment de « désacralisation » par les femmes. Autrement dit, la tendance à « l'égalisation des conditions » entre les hommes et les femmes, couplée à la volonté de celles-ci ces d'être reconnues en tant que Sujet, constitue un processus fortement déstabilisateur pour l'identité masculine. En effet, *« c'est dans la relation entre hommes et femmes que l'existence du Sujet est la plus profondément engagée, parce que l'action libératrice des femmes a mis fin à l'identification d'une catégorie particulière d'êtres humains à l'universel. Il n'est désormais plus possible de donner une figure centrale, unique, au Sujet humain : il n'y a rien au-dessus de la dualité de l'homme et de la femme » [4].* En conséquence, nous considérerons dans cet article uniquement la définition de la masculinité à travers l'altérité de genre qui, si elle n'épuise pas tous les cas, mérite pour cette raison d'être spécifiquement analysée.

Plus précisément, nous développerons tout d'abord l'hypothèse selon laquelle la déstabilisation de celle-ci intervenue dans la période postmoderne a placé les hommes dans un doute identitaire nouveau (Partie 1). D'où un recentrage sur soi, avec comme corollaire la recherche d'un corps performant, considéré par certains comme une réponse possible à cette déstabilisation identitaire (Partie 2). Par rapport à notre double statut de chercheur et de bodybuilder, nous chercherons à démontrer que la pratique masculine de ce sport est susceptible justement de s'insérer dans cette problématique, méritant à ce titre une analyse sociologique plus approfondie (Partie 3).

« La déstabilisation des stables » [5] : l'ébranlement progressif de la société androcentrique

La question de la construction de l'identité sexuée ne remonte véritablement qu'aux années 1970, en lien avec la montée du féminisme. Auparavant, la société considère que la place et le statut de chaque sexe reflètent la distribution des places biologiques [6]. Autrement dit, l'identité sexuée est une donnée biologique influant sur le comportement individuel et les différences essentielles entre les sexes, perçues comme naturelles, se transforment légitimement en différences sociales. Cette conception des rapports entre les sexes est à la fois héritée des sociétés aristocratique et théologique instituant une domination « naturelle » des hommes, mais aussi de la réflexion philosophique des Lumières : si la première valorise une conception hiérarchique des rapports de genre, la deuxième offre, en complétant plus la première qu'en s'y substituant, une vision plutôt « naturaliste » de la société, établissant une « incommensurabilité » [7] entre les deux sexes. La médecine légitime d'ailleurs à partir du 19ème siècle cet ordre, en fixant dans une nature déterministe et irréversible les différences hommes/femmes, avec une supériorité accordée à l'homme [8].

Pourtant, les nombreux bouleversements sociétaux survenant à partir des années 1960 remettent fortement en cause cette toute puissance masculine, certains parlant même de véritable « *révolution anthropologique* » [9]. Au sein de cette nouvelle ère, les femmes souhaitent appliquer dans la sphère privée les caractéristiques politico-économiques de l'espace public, soit la démocratie et les valeurs capitalistes. En d'autres termes, en lien avec leur scolarisation, leur accès à l'emploi salarié, à la liberté d'entreprendre, et à l'obtention du droit de vote, elles désirent que davantage de démocratie s'instaure au sein du couple avec l'idée de pouvoir maîtriser

leur corps, et veulent disposer de plus d'autonomie et d'indépendance. Les femmes, à l'instar des hommes, veulent apparaître et être considérées comme des sujets à part entière, et non pas comme des « objets ».

Par ce biais, se déconstruit progressivement une conception androcentrique de la société, comme le matérialise par exemple l'instauration de l'autorité parentale conjointe dans les années 1970. Le modèle patriarcal devient objectivement dépassé, au même titre que les inégalités de genre qui se révèlent en fait socialement construites. Les inégalités sexuées n'ayant donc rien d'irréductibles et de déterministes, un nouvel ordre socio-politique plus égalitaire entre les deux sexes doit être instauré.

De ce fait, sans que la domination masculine ne s'effondre brutalement et totalement, une « castration symbolique » s'opère malgré tout, par le biais d'une certaine dévalorisation sociale des hommes. L'identité sexuée masculine se trouble, dans la mesure où l'« *expérience subjective ne se traduit plus par la conviction intrinsèque, claire et constante d'être un sexe déterminé (...)* et *cette conviction génère un sujet en décrochage avec la réalité anatomique de ses organes génitaux. » [10]* Les frontières du masculin deviennent désormais contenues entre deux extrêmes que sont la domination masculine et l'émancipation des femmes, ce qui devient source de contradiction en termes d'identité sexuée. Les valeurs « typiquement » masculines ont moins de valeur sociale, et fondent moins les discriminations entre les genres. De plus, alors que dans ce « *melting sex culturel* » [11] des qualités « féminines » comme la sensibilité sont de plus en plus valorisées pour définir les nouveaux atouts masculins, l'homme se trouve placé dans une situation de doute, voire d'angoisse identitaire. Il souhaite souvent « *jouer sur les deux tableaux* » [12], simultanément tiraillé entre la « tradition » et attiré vers un modèle transitionnel nouveau. Les normes sociales de référence masculine en vigueur se multiplient plus qu'elles ne s'effacent, et l'homme doit essayer de composer avec leur pluralité [13], parfois contradictoires.

Mais si les représentations traditionnelles du masculin se modifient, impliquant alors que l'identité sexuée parvienne à se transformer, elles peuvent aussi résister. Certains hommes refusent de remettre en question l'éducation masculine « rassurante » qui les a guidés. En cherchant à maintenir un tel clivage des rôles et des statuts, la remise en question et le changement identitaire sont écartés et déniés, et la survalorisation de caractéristiques masculines permet au contraire de se donner le sentiment de se protéger de la montée en puissance des femmes, perçue uniquement sous son versant « castrateur ». Les transformations sociétales objectives ne pouvant être intériorisées et acceptées que si elles correspondent aux dispositions psychologiques et sociales de l'individu, cette angoisse identitaire masculine peut conduire à s'arrimer à des modèles objectivement dépassés, car elle renvoie à une incapacité à établir une subjectivation adéquate du monde porteuse de sens identitaire global.

Dorénavant, l'homme évolue dans la période postmoderne définie par « *l'incrédulité à l'égard des métarécits*

» [14], où les grandes idéologies normatives et structurantes perdent de leur influence. Son autonomisation est accélérée, d'autant plus que le rejet de « l'universalisme » fait de l'individu la finalité de toute pratique. Il doit se construire par lui-même et pour lui-même au nom d'une singularité individuelle jugée toute puissante [15], ce qui induit l'éclatement « du monde en des mondes », où les différences individuelles se multiplient dans la société [16]. S'il se réfère encore parfois aux grandes institutions collectives, c'est plus sur le mode de la libre adhésion que de l'obligation. L'individu est dans ce contexte célébré comme sujet autonome et responsable, ayant le pouvoir – et le devoir – de satisfaire des besoins « hédonistes », dans une société du bien-être et individualisante, où l'éventail des possibilités est démultiplié, puisque la postmodernité valorise les différences et les particularismes. En son sein, les processus d'individualisation et d'individuation progressent : la valorisation sociale de l'individu se marque en parallèle d'une volonté pour chaque élément du corps social de se différencier des autres dans une société de masse, pour afficher une personnalité propre et échapper au conformisme.

Dans ce cadre, la déstabilisation de l'identité sexuée masculine fait qu'un homme peut se sentir « déboussolé ». Cette situation peut être particulièrement déstabilisante et angoissante dans la perspective de se valoriser positivement sur le « marché du choix du conjoint ». En effet, les hommes sont dans l'obligation, dans une perspective de reproduction biologique et sociale intergénérationnelle, de s'unir avec une femme, puisque « *seuls les corps féminins font des enfants des deux sexes » [17].* Or, la remise en cause de leur domination sociale a pu les faire douter de leur capacité « d'attraction » vis-à-vis des femmes, d'autant que ces dernières souhaitent – et ont les moyens – de plus en plus se soustraire à ce modèle. Ils ont davantage de difficulté à s'affirmer dans cette relation de sujets à sujets, avec parfois le sentiment de n'être que des objets manipulés par les femmes [18].

D'ailleurs, les femmes peuvent aussi douter de la « virilité » de leur partenaire, et chercher un homme ayant les atouts les plus visibles de masculinité. Inconsciemment guidées par la nécessité d'assurer leurs reproductions biologique et sociale qui donnent un sens intergénérationnel à l'existence, elles veulent être certaines que « l'élu » sera le bon. Les hommes, dont les atouts traditionnels se sont dévalorisés, doivent s'adapter à de nouvelles partenaires plus libres et moins dépendantes des hommes, et surtout plus exigeantes à leur égard. Mais s'ils ont un doute relatif à leur identité sexuée par rapport aux femmes, celui-ci s'exprime aussi vis-à-vis des autres hommes, « concurrents potentiels ». Le monopole du pouvoir sociétal masculin destitué fait que les hommes entrent également en concurrence entre eux pour former un couple avec une femme. D'où une volonté personnelle d'affirmer une « singularité distinctive ».

En résumé, l'identité sexuée masculine est au centre de nombreuses contradictions et angoisses, donc d'interrogations : comment se situer en tant qu'homme dans une société qui valorise à la fois des valeurs « masculines » alors qu'elle souligne aussi l'importance de valeurs « féminines » ? Comment être certain de conserver un pouvoir dans la société, alors que s'affirme et se légitime de plus en plus celui des femmes ? Plus encore, comment avoir la certitude d'être choisi par une femme sur le « marché du choix du conjoint » si je suis en concurrence avec d'autres hommes, et que les femmes ont davantage la possibilité de « choisir », en lien notamment avec leur indépendance économique ? Ces questions, qui s'adressent particulièrement à l'individu masculin « défensif », l'amènent à s'interroger sur soi, et plus précisément sur les fondements « virils » de son identité sexuée.

Etre vu pour être et avoir : la recherche d'un corps performant pour recouvrer une identité sexuée masculine troublée

L'identité sexuée se construisant par l'apprentissage, l'observation et les interactions, l'individu masculin doit développer un rapport à l'Autre mettant en scène le plus ostensiblement possible les signes extérieurs de virilité. Pour attirer son partenaire sexuel, l'homme affirme notamment son caractère masculin par des comportements spécifiques, où son corps est mis en conformité avec les attentes sociales virtuelles correspondantes à son sexe biologique. L'affirmation d'une identité masculine plus « virile » amène en conséquence les hommes à se recentrer sur leur corps, considéré comme fondamental dans la présentation de soi, notamment en tant que zone érogène attractive. Ainsi, même dans une société de « l'influx neuronal », le corps masculin conserve une importance symbolique, car il exerce une fonction érotique, et exprime l'imaginaire de la force, de la sécurité et de la performance, soit justement ces signes extérieurs de virilité qu'un homme apprend à posséder et à valoriser.

Mais si l'individu se recentre sur son corps dans une perspective de définition identitaire, celle-ci ne peut s'opérer que dans un rapport aux autres constamment présent. La problématique de l'intégration sociale par la valorisation et la distinction, notamment sous son versant sexué, est une donnée incontournable du processus d'individualisation. Celui-ci ne signifie pas isolement, bien au contraire, car l'autonomie individuelle croissante se couple de dépendances nouvelles à l'égard des normes sociales. De ce fait, l'individu masculin « défensif » cherche à se plaire pour plaire. La corporéité individuelle masculine s'inscrit dans une structure symbolique, vis-à-vis de l'autre genre en particulier. Au sein de cette intersubjectivité, l'individu masculin souhaite donner accès à la « *totalité de soi* » [19], en montrant que l'extérieur corporel incarne l'intérieur : un homme à l'apparence extérieure virile veut être perçu comme un Etre viril.

Dans cette configuration, comme le corps classe socialement, il est nécessaire de l'entretenir et de l'exposer en permanence, dans une volonté de reconnaissance sociale par l'image véhiculée. L'investissement par le corps et pour le corps est donc moins l'indicateur d'une sollicitude que l'exposition distinctive prioritaire de ce « *plus bel objet de consommation* » [20]. Et si l'importance accordée au corps n'est pas nouvelle, c'est le contexte qui est singulier [21] : il s'agit pour un homme d'être performant et de le montrer à travers son corps, dans cette « reconquête de la virilité ». Sortir de la masse des hommes et afficher sa singularité peut relever d'un calcul stratégique pour attirer le regard. Selon Bozon [22], les hommes considèrent en effet que les caractéristiques physiques sont une source de jugements esthétiques instantanés essentielle permettant de sélectionner le conjoint. Les hommes ayant un doute sur leur capacité à attirer le regard et le choix des femmes en leur faveur pourraient alors être amenés à penser – à tort selon l'auteur – que celles-ci effectuent leurs choix en fonction des mêmes critères de sélection. Ainsi, ne sachant par quel biais séduire les femmes, ils valoriseraient au mieux leurs attributs physiques, pour recouvrer ou asseoir leur « attractivité ».

Mais l'obtention d'un corps performant passe nécessairement par la construction d'un « corps rationnel »

incarnant la diffusion des valeurs libérales, la technicisation et la médicalisation croissantes de l'existence. Il s'agit d'appliquer à soi-même les fondements économiques et techniques du système : être productif, et « faire mieux » que les autres pour en récolter des bénéfices individuels, en repoussant sans cesse la satisfaction individuelle par la création de nouveaux besoins de performance. La médecine participe à cette logique de projet, puisqu'elle va mettre en évidence dans un sens normatif – les impératifs hygiénistes – les nouveaux pouvoirs du corps. Les progrès techniques et médicaux ont en effet permis de « maîtriser » le corps, de montrer son caractère malléable et cartographiable [23], véhiculant finalement l'image d'un corps transformable et modelable à l'infini, dans un souci apparent de « santé ». Chaque partie possèderait une existence propre, et pourrait être plus ou moins utilisée ou valorisée par l'individu, non seulement pour repousser la maladie, mais pour tirer le maximum du potentiel corporel.

L'individu aurait désormais la possibilité et même la responsabilité de construire un « *corps de pointe* » [24], associant beauté, santé et performance, et incarnant la maîtrise de l'identité et du destin personnel. Les films à succès des années 1980 (Rocky, Rambo, ou Terminator) l'illustrent parfaitement, en montrant dans quel cadre la corporéité masculine doit se situer. Ces images et messages véhiculent l'idée que le corps ne doit pas seulement être beau à regarder, mais aussi afficher un certain niveau de performance, conférant une importance sociale considérable au corps. Seul ce corps « machine », à la frontière de l'humain et de la technologie, est attirant et suscite le désir érotique.

Par contre, ce nouveau cadre social oblige l'individu à sans cesse vouloir et devoir se distinguer par de nouvelles performances. Or, la performance n'est pas un état stable, et contient en elle-même les germes de son dépassement, révélant sa rareté et son insuffisance. Le bien-être qui lui est associé renvoie en fait à un mieux-être, symbolisant un rapport dialectique présent/futur, raison/virtualité : si la performance corporelle indique un ancrage matériel et un surinvestissement du présent, elle renvoie également à des finalités futures incertaines. Cela peut être particulièrement troublant dans la construction identitaire de l'individu.

En effet, l'individu masculin peut être amené à ne se définir que par la performance corporelle : si c'est par elle qu'il est parvenu à se construire et à se valoriser socialement, son absence peut lui faire craindre de tout perdre, notamment son pouvoir de séduction auprès des femmes. Surtout, à la peur de ne pas réussir s'ajoute celle de subir la stigmatisation d'avoir échoué, dans un monde où tout est possible et où la transformation du corps est « à portée de main ». Un corps non performant est un corps qui se néglige, donc qui ne possède pas de pouvoir de séduction, et ne « mérite » à ce titre pas le regard des femmes. Par opposition, comme le corps non performant exclut, la responsabilisation corporelle accompagnant l'individualisation et l'individuation peut devenir culpabilisation.

Cela indique que la performance corporelle recherchée par tant d'individus masculins dans des projets d'investissement corporels singuliers se cristallise autour d'une norme collective contraignante et culpabilisante louant le « *culte de la performance* » [25]. Et cette norme s'intériorise, se diffuse et est acceptée d'autant plus facilement qu'elle paraît incontournable pour se sentir exister et pour se construire une identité sexuée. Les individus masculins peuvent et doivent être performants en permanence : Etre, et Avoir « une femme », c'est être performant, donc c'est avoir un corps performant. La performance masculine individuelle du corps retranscrit cette norme sociale, et s'apparente à une stratégie consciente d'actions du corps mise en place régulièrement, voire systématiquement dans le cadre d'une pratique, dans le but d'atteindre à moindres coûts un objectif fixé, qui devra être dépassé, dans une optique de valorisation/intégration sociale auprès des femmes, et de distinction auprès des autres hommes. Ce qui compte ici, dans nos sociétés d'image et de communication, c'est d'afficher la performance pour montrer que l'on est soi-même performant, donc un « Homme », à travers des « résultats » amenés à être dépassés.

Or, ces résultats donnent lieu à une hiérarchie qui institue l'excellence. La performance corporelle valorisable socialement doit donc être préalablement construite dans le cadre de la pratique. Exceller par son corps permet de se distinguer de la masse en affichant une maîtrise de son corps et de sa vie [26], ce qui assure à son détenteur un profit symbolique ou pratique indéniable. En effet, le jugement de la performance induit approbation ou désapprobation qui conditionne l'étiquetage social de la personne. C'est pourquoi la performance corporelle nécessite aussi une évaluation et une homologation par d'autres que soi, dans un cadre esthétique sociétal particulier ; sinon, elle n'est pas valorisable socialement, car non valide et sans preuve objective. La performance corporelle est doublement sociale : dans son cadre d'exercice tout d'abord, et dans sa valorisation potentielle future ensuite.

Quoi qu'il en soit, la norme de performance corporelle intériorisée par certains hommes dans une perspective

de construction identitaire sexuée, et de valorisation sociale auprès des femmes, révèle son côté aliénant et angoissant, car incarnant la difficulté individuelle à « construire son projet corporel », à la frontière entre responsabilisation et culpabilisation. Le bodybuilding symbolise tout à fait selon nous cette dialectique, et c'est pourquoi nous nous proposons de l'expliquer davantage au cours de la partie suivante.

Le corps performant bodybuildé : solution ou autodestruction identitaire ?

Le bodybuilding, sport individuel consistant à « construire » son corps qualitativement comme quantitativement par stimulation musculaire de façon « artistique », semble au centre de préoccupations sociales constantes pour le pratiquant : il s'agit, dans cette logique du « corps projet », de tirer le maximum de son corps pour obtenir une approbation sociale. En cela, le bodybuilding incarne parfaitement les nouvelles exigences du « paradigme médico-sportif » de la postmodernité, car sa pratique subjective paraît répondre à la norme objective du corps performant. C'est pourquoi l'exercice de cette discipline intéresse la sociologie, dans ses dimensions explicative comme compréhensive : la recherche d'un corps musclé renvoie à l'articulation sociologique individu/société, et révèle donc des enjeux sociaux intéressants à analyser. Nous souhaiterions au cours de nos recherches futures investiguer cette « organisation taylorienne du corps » particulière, dans ses causes, ses modalités comme ses finalités. Chaque détail de la pratique (organisation de l'entraînement, muscles ciblés, mode de vie,…) peut être selon nous reliée à des problématiques sociales, ce qui en fait sa valeur heuristique.

Dans le cadre de notre hypothèse développée jusqu'ici, un tel sport semble permettre justement d'afficher visuellement et visiblement des signes distinctifs de performance. L'individu chercherait en effet à démontrer que s'il possède un tel corps, c'est uniquement grâce à ses propres efforts. Le corps musclé rappelle il est vrai en apparence toutes les caractéristiques physiques et sociales attendues de la virilité : muscles « saillants » et « volumineux » pour les premières ; maîtrise de soi et performance concernant les secondes. Mais cela dénoterait aussi un rapport à la virilité intéressant à analyser, puisque l'attention accordé au corps fait référence à des pratiques désignées comme « féminines » (épilation), donc semble être contradictoire avec l'objectif initial. Pourtant, être musclé, notamment à l'extrême, c'est réaffirmer la différence hommes/femmes par l'amplification du stigmate de la virilité, pour qu'il se voit. Or, la vue est sociologiquement le sens qui donne le plus accès à la personne selon Simmel [27] : *« (…) l'œil nous donne (…) la durée de son être, le sédiment de son passé sous la forme substantielle de ses traits, de sorte que nous voyons pour ainsi dire la succession des actes de vie surgir devant nous en même temps. (…). Ce que nous voyons chez l'homme est ce qu'il a de plus durable en lui. »*

Par l'intermédiaire du regard, le corps bodybuildé relie à l'Autre, puisque la performance corporelle extérieure souhaite être perçue comme signe de virilité intérieure. Elle consiste à toujours faire mieux et à se dépasser individuellement, mais dans le but de le montrer aux autres. Ainsi, un tel positionnement corporel individuel dans l'espace social, et les interactions qui en découlent, sont aussi des objets potentiels d'investigation sociologique, notamment dans la problématique du lien social et de l'intégration sociale. Cela supposerait en effet une dépendance à l'égard d'Autrui où le bodybuilder aurait sans cesse besoin des autres pour satisfaire son image de soi, devenant piégé par cette volonté incessante de paraître et de plaire, dans un narcissisme particulier [28]. D'où le risque de ne se définir que par ses progrès musculaires visibles, et de se laisser envahir et dépasser par cette norme de performance. La quête de la performance apparaîtrait systématique comme systémique : non seulement encadrée et codifiée à un moment et à un lieu précis, mais structurant en permanence le quotidien de l'individu.

Dans cette perspective, le bodybuilding deviendrait une pratique à risques, autre source d'intérêt sociologique. En effet, les modalités de ce sport peuvent devenir « obsessionnels » : à vouloir tout organiser, toujours en vouloir plus, l'individu est tout d'abord susceptible d'entrer dans une logique où seuls comptent le respect de ces « principes de vie », au détriment même de la sociabilité ordinaire. D'ailleurs, le monde du bodybuilding est considéré par le reste de la société comme un microcosme fonctionnant selon une logique déviante particulière, pouvant inciter une nouvelle fois ses membres à amplifier le stigmate, ou inversement à le vivre difficilement, déclenchant frustration comme aliénation.

Tout d'abord, la frustration surviendrait par la croyance tant idéalisée de transformer le corps à l'infini mais non concrétisée du fait de son adhésion à la norme de performance : celle-ci, qui implique de sans cesse se dépasser, le conduirait à intégrer que les résultats obtenus ne suffisent pas. Le doute relatif à la performance individuelle est même présenté comme indispensable pour progresser, d'où la mise en scène de la

comparaison permanente aux autres : miroirs, photos, corps des autres,... De plus, l'individu se percevant comme le reflet de son corps qu'il met en jeu en permanence, c'est lui-même qui pourrait se sentir constamment mis en jeu. Cela développerait un sentiment de culpabilité très individualisé, d'autant que l'individu sait qu'il a lui-même voulu ce corps musclé : si les autres n'aiment pas mon corps, ils ne m'aiment pas. Et si je n'arrive pas à me faire aimer des autres, je ne peux m'aimer. Ainsi, si le bodybuilding est recherché pour que la performance corporelle soit appropriée et légitimée individuellement, l'absence d'approbation sociale la concernant créerait un sentiment d'échec individualisé. Une dialectique amour/haine de soi et des autres s'instaurerait dans ce cadre, révélant une nouvelle fois un rapport à Autrui particulier.

De même, le caractère potentiellement aliénant de la pratique évoqué serait susceptible d'apparaître quand la centration prioritaire de l'identité sexuée sur le corps créerait une « unidimensionnalité », source d'angoisse : le pratiquant vivrait avec la peur constante de « tout perdre », d'où sa « protection » à l'égard du monde extérieur. L'individu chercherait en permanence en lui-même des substituts de ce qu'il n'arrive pas à atteindre dans la sociabilité ordinaire. Un corps performant serait à la limite cette autre personnalité chargée d'entrer en contact avec les autres du fait d'un soi défaillant. De nombreuses pathologies existent d'ailleurs, liées au sentiment individuel de véhiculer une « fausse » image du corps, avec la peur de se voir rejeté socialement (bigorexie [29], dysmorphesthésie [30], troubles alimentaires compulsifs,...). Il serait par conséquent intéressant de les relier à la pratique du bodybuilding.

L'aliénation se révèlerait aussi par le fait que le corps démontrerait sa faiblesse intrinsèque. L'idéologie du corps performant rappellerait finalement sans cesse l'impuissance fondamentale du corps [31], où il serait nécessaire d'aller « au-delà » du corps dans une perspective « métaphysique », et de parvenir à créer une musculature qui servira d'armure comme d'arme, dans cette reconquête de l'identité sexuée. D'où la tentation du dopage, qui laisserait espérer un possible effacement des « insuffisances » endogènes de ce corps « faible », alors qu'il ne ferait que renforcer les sentiments d'angoisse, de frustration et d'aliénation. En effet, l'utilisateur serait amené à prendre conscience de ses limites à travers la consommation de produits dopants, car il pourrait craindre de « n'être plus rien » sans eux d'une part, sachant d'autre part qu'ils ne suffiraient pas à atteindre son idéal : s'ils permettent d'atteindre un objectif, c'est qu'une performance supérieure peut être réalisée. La course à la performance serait donc perdue d'avance par rapport aux limites biologiques et à la relativité des attentes sociales concernant le corps.

Une nouvelle fois, cette question ne peut laisser indifférent le sociologue, puisqu'elle incite à s'interroger sur les motivations de la prise de risques, en particulier sur le sentiment éventuel d'insuffisance personnelle face à un défi social. En lien avec la diffusion et l'intériorisation de la norme de performance, l'individu qui se dope est effectivement prêt à privilégier des moyens illégaux et dangereux dans une logique de rationalité instrumentale, au détriment de fins sociales à identifier. Or, le bodybuilding est souvent cité comme étant une discipline sportive où ses adeptes, même amateurs, ont recours au dopage régulier [32]. Les populations masculines où l'identité sexuée et le rôle social sont en jeu semblent être particulièrement concernées, notamment les jeunes. Aux Etats-Unis et en Australie par exemple, 5 à 10 % des lycéens et des étudiants interrogés lors d'une enquête déclarent consommer des stéroïdes anabolisants pour améliorer leur apparence physique [33], ce qui indique un fait social particulier à investiguer.

Conclusion

Les troubles masculins relatifs à l'identité sexuée, révélés particulièrement au cours de la période contemporaine avec la montée en puissance des femmes dans la société, ont déstabilisé les hommes. Un « retour au corps » a ainsi pu s'opérer, avec comme objectif de le rendre performant pour mieux résoudre cette problématique : rassemblant matière et psyché, un tel corps permet d'afficher une réappropriation de la virilité de la part de celui qui le possède. Il émet alors les signes extérieurs d'une intériorité puissante, organisée et rationnelle, qui s'adresse tout particulièrement au regard des femmes, mais aussi aux autres « concurrents potentiels », dans la problématique du choix du conjoint notamment.

Dans le cadre de cet article, nous avons tenté d'expliquer cette nouvelle configuration sociétale dans laquelle se situe le masculin, et de mettre en évidence, en lien avec nos recherches futures, la pertinence d'une analyse sociologique de la pratique masculine du bodybuilding. Cette discipline, qui offre justement physiologiquement la possibilité d'afficher un corps « parfait » possédant des attributs de la virilité socialement valorisés (fort, beau, performant, éclatant de santé...), révèle derrière son côté vertueux très individualisé de nombreux enjeux sociaux : pathologies comportementales, pratiques à risques, « idéal-type » du pratiquant,...

Le cas des pratiquants masculins de bodybuilding s'inscrit donc dans une analyse sociologique, car il démontre comment et pourquoi le corps individuel peut être influencé dans sa mise en action par les structures sociales, dans un rapport à Autrui et au lien social particulier, voire dialectique. C'est pourquoi il conviendrait de poursuivre l'investigation sociologique présente en y intégrant la définition de la masculinité dans un contexte homosexué. En effet, la pratique du bodybuilding joue depuis les cinquante dernières années notamment un rôle très important et croissant dans l'affirmation de la masculinité au sein de la culture gay. Le corps bodybuildé y est souvent vécu comme un objet « fétiche » surinvesti, indispensable à l'attractivité et à l'activité érotiques. La culture gay le met d'ailleurs souvent en scène, parfois même à l'extrême dans certaines manifestations. Une telle analyse élargie permettrait par exemple de déterminer s'il existe une congruence entre la masculinité définie dans un cadre hétérosexuel et celle définie dans un cadre homosexuel, ou s'il existe une différence de degré, voire de nature entre les deux.

Bibliographie

Baudrillard Jean, *La société de consommation*, Paris, Edition de Poche, 1970.

Baudry Patrick, *Le corps extrême*, Paris, L'Harmattan, 1991.

Boisvert Yves, *Le Monde postmoderne. Analyse du discours sur la post-modernité,* Paris, L'Harmattan, collection « Logiques sociales ».

Bourdieu Pierre, *La domination masculine*, Paris, Edition de Poche, 1998.

Bozon Michel, « Apparence physique et choix du conjoint », *Corps et Société*, pp 73-75, Problèmes politiques et sociaux n° 907, décembre 2004.

Castelain-Meunier Christine, *Les métamorphoses du masculin*, Paris, PUF, 2006.

Duret Pascal, *Les jeunes et l'identité masculine*, Paris, PUF, 1999.

Ehrenberg Alain, *Le culte de la performance*, Paris, Hachette Littératures, 2008.

Enquête « Ecoute dopage », Ministère de la santé et des sports, 1998.

Foucault Michel, *Naissance de la clinique : une archéologie du regard médical*, Paris, PUF, 1963.

Fouquet Catherine et Knibiehler Yvonne, *Histoire des mères du Moyen-âge à nos jours*, Paris, Montalba, 1977.

Gauchet Marcel, « Essai de psychologie contemporaine », *Le Débat*, N°99 et 100, avril et août 1998.

Héritier Françoise, « Privilège de la féminité et domination masculine », *Esprit – L'un et l'autre sexe*, 273, p 84-85, mars-avril 2001.

Lasch Christopher, *La culture du narcissisme. La vie américaine à un âge de déclin des espérances*, 1979.

Laure Patrick et alii, « Drugs, recreational drug use and attitudes towards doping of high school athletes », *International Journal of Sports Medicine*, 2004, February, 25 (2) : 133-138.

Lee Jae Eun et alii, « Trends in marijuana and other illicit drug use among college students : result from 4 Harvard School of Public Health College Alcohol Study surveys (1993-2001) », *Journal of American College Health*, 2003, July-August, 52 (1) : 17-24.

Lyotard Jean-François, *La condition postmoderne*, Paris, Editions de Minuit, 1979.

Michel Aude, *Les troubles de l'identité sexuée*, Paris, Armand Colin, 2006.

Neyrand Gérard, « La construction de l'identité sexuée », *Atelier transnational thématique Vie quotidienne*, Marseille, 28 avril 2005.

Perrenoud Philippe, « Sociologie de l'excellence ordinaire », *Autrement*, pp 63-75, janvier 1987.

Queval Isabelle, *Le corps aujourd'hui*, Paris, Gallimard, 2008.

Simmel Georg, *Sociologie et épistémologie*, Paris, PUF, 1981.

Touraine Alain, *Pourrons-nous vivre ensemble ? Egaux et différents*, p 226-227, Paris, Fayard, 1997.

Travaillot Yves, *Sociologie des pratiques d'entretien du corps*, Paris, PUF, 1998.

Vuile Marilène, « La construction de l'identité sexuelle : une vision sociologique actuelle », *Journée Infodrog*, Palais des Congrès, Bienne, 12 juin 2008.

Notes

[1] A. Michel, *Les troubles de l'identité sexuée*, Paris, Armand Colin, 2006.

[2] M. Vuile, « La construction de l'identité sexuelle : une vision sociologique actuelle », *Journée Infodrog*, Palais des Congrès, Bienne, 12 juin 2008.

[3] P. Bourdieu, *La domination masculine*, Paris, Edition de Poche, 1998.

[4] A. Touraine, *Pourrons-nous vivre ensemble ? Egaux et différents*, p 226-227, Paris, Fayard, 1997.

[5] Expression empruntée à Robert Castel.

[6] G. Neyrand, « La construction de l'identité sexuée », *Atelier transnational thématique Vie quotidienne*, Marseille, 28 avril 2005.

[7] C. Fouquet et Y. Knibiehler, *Histoire des mères du Moyen-âge à nos jours*, p 148, Paris, Montalba, 1977.

[8] M. Foucault, *Naissance de la clinique : une archéologie du regard médical*, Paris, PUF, 1963.

[9] M. Gauchet, *Essai de psychologie contemporaine*, Le Débat, N°99 et 100, avril et août 1998.

[10] A. Michel, *op.cit.*, p 7-8.

[11] C. Castelain-Meunier, *Les métamorphoses du masculin*, p 4, Paris, PUF, 2006.

[12] C. Castelain-Meunier, *op. cit.*, p 116.

[13] P. Duret, *Les jeunes et l'identité masculine*, Paris, PUF, 1999.

[14] J.F. Lyotard, *La condition postmoderne*, p 7, Paris, Editions de Minuit, 1979.

[15] I. Queval, *Le corps aujourd'hui*, p 18, Paris, Gallimard, 2008.

[16] Y. Boisvert, *Le Monde postmoderne. Analyse du discours sur la post-modernité,* Paris, L'Harmattan, collection « Logiques sociales ».

[17] F. Héritier, « Privilège de la féminité et domination masculine », *Esprit – L'un et l'autre sexe*, 273, p 84-85, mars-avril 2001.

[18] C. Castelain-Meunier, *op. cit*., p 127.

[19] J. Baudrillard, *La société de consommation*, Paris, Edition de Poche, 1970.

[20] J. Baudrillard, *op. cit*.

[21] C. Castelain-Meunier, *op. cit*.

[22] M. Bozon, « Apparence physique et choix du conjoint », *Corps et Société*, pp 73-75, Problèmes politiques et sociaux n° 907, décembre 2004.

[23] I. Queval, *op. cit*., p 20.

[24] Y. Travaillot, *Sociologie des pratiques d'entretien du corps*, p 75, Paris, PUF, 1998.

[25] A. Ehrenberg, *Le culte de la performance*, Paris, Hachette Littératures, 2008.

[26] P. Perrenoud, « Sociologie de l'excellence ordinaire », *Autrement*, pp 63-75, janvier 1987.

[27] G. Simmel, *Sociologie et épistémologie*, pp 226-236, Paris, PUF, 1981.

[28] C. Lasch, *La culture du narcissisme. La vie américaine à un âge de déclin des espérances*, 1979.

[29] Soit la nécessité, face à un manque affectif, de combler un besoin compulsif de pratiquer sans relâche un sport, de se regarder, de se mesurer aux autres.

[30] Une préoccupation durable concernant le corps.

[31] P. Baudry, *Le corps extrême*, Paris, L'Harmattan, 1991.

[32] Enquête « Ecoute dopage », Ministère de la santé et des sports, 1998.

[33] J.E. Lee et alii, « Trends in marijuana and other illicit drug use among college students : result from 4 Harvard School of Public Health College Alcohol Study surveys (1993-2001) », *Journal of American College Health*, 2003, July-August, 52 (1) : 17-24 ; P. Laure et alii, « Drugs, recreational drug use and attitudes towards doping of high school athletes », *International Journal of Sports Medicine*, 2004, February, 25 (2) : 133-138