

## CORPS OU'ON FORME, CORPS CONFORME ?



Sommaire

	04	CORPS, ACCORDS... Yvette Rodalec		14	UNE PARENTHÈSE SINGULIÈRE Françoise Legouis
	07	LA MODE : TERRAIN D'OPPOSITION ENTRE NATURE ET CULTURE ? Julien Loussararian		16	LES CONDITIONS JURIDIQUES DU CHANGEMENT DE SEXE Françoise Leveur
	08	CORPS & MÉDITATION TAOÏSTE Catherine Despeux		16	PARCOURS MÉDICAL POUR UN CHANGEMENT DE GENRE Denise Demoulière
	10	L'HUMAIN, RENCONTRE ENTRE CORPS & ESPRIT Elisabeth Sontag		17	ELINA Denise Demoulière
	11	LA LÉGERETÉ DE L'ACROBATE Anne Torquéo		18	TÉMOIGNAGES D'ÉCOUTANTS
	12	LA POÉSIE EN CHAIR & EN OS : À COR ET À CRI Julien Blaine		21	REJET DE SOI, REJET DES AUTRES Christian Rix
	13	EN-CORPS, L'EXPÉRIENCE DU CORPS SILENCIEUX Jean-Luc Moreau		22	L'ADOLESCENCE, LE CORPS QU'ON FORME POUR UN CORPS CONFORME ? Dr Patrick Genvresse
				24	SUR LE TATOUAGE : DES LECTURES QUI ÉCLAIRENT Denise Demoulière
				25	TRANSES SUR LE TRANSHUMANISME Colette Barroux-Chabanol
				26	CANCER EN SEIN OU LA SEINLITUDE AU CORPS Gania Litasma
				27	MUTILÉ.E.S, RÉAPPRENDRE À VIVRE Françoise Legouis
				28	QUAND ON AVANCE EN ÂGE ... Françoise Legouis
				30	FEMMES... LE TEMPS DU SILENCE EST PASSÉ Colette Barroux-Chabanol
				31	LA PETITE CHRONIQUE DE MICHEL Michel Montheil

Le prochain numéro



Le prochain numéro portera sur **l'emprise**, situation dans laquelle un sujet se trouve soumis à une influence abusive voire toxique du fait de comportements manipulateurs de tiers ou de la consommation de substances addictives

Revue éditée par S.O.S Amitié France. Association Reconnue d'Utilité Publique.  
**Directeur de la publication**  
 Alain Mathiot  
 33, rue Linné - 75005 Paris  
**Rédactrice en chef**  
 Colette Barroux-Chabanol  
**Comité de rédaction**  
 Jean-Christophe Debauge, Denise Demoulière, Françoise Legouis, Christian Rix, Yvette Rodalec, Anne Torquéo.  
**Conception**  
 Heica Design - claire@heica-design.fr  
**Crédits photos / pictos**  
 www.epictura.com  
 Pictos : www.flaticon.com  
**Impression**  
 L'artésienne - 03 21 72 78 90  
 Z.I. de l'Alouette - 62802 Liévin cédex

- Je m'abonne
- Je me réabonne
- M./ Mme .....
- Adresse .....
- Je joins un chèque de ..... € à l'ordre de S.O.S Amitié France

À adresser à : S.O.S Amitié France  
 33, rue Linné - 75005 Paris.

**4**  
numéros/an

Abonnement  
REVUE S.O.S AMITIÉ

**18.50€**

Abonnement Normal

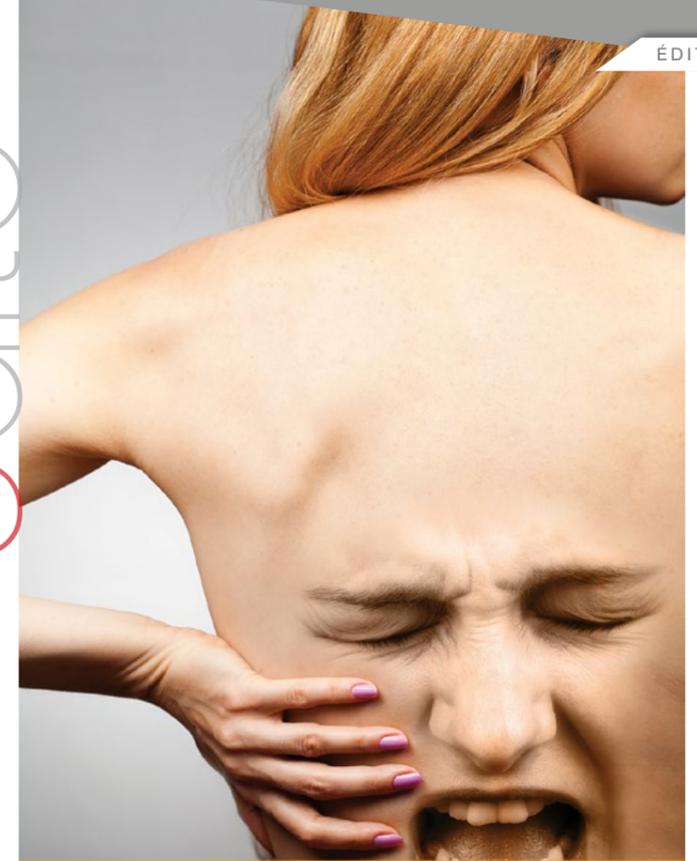
**23€**

Abonnement pour l'étranger

à partir de  
**40€**

Abonnement de soutien

édito

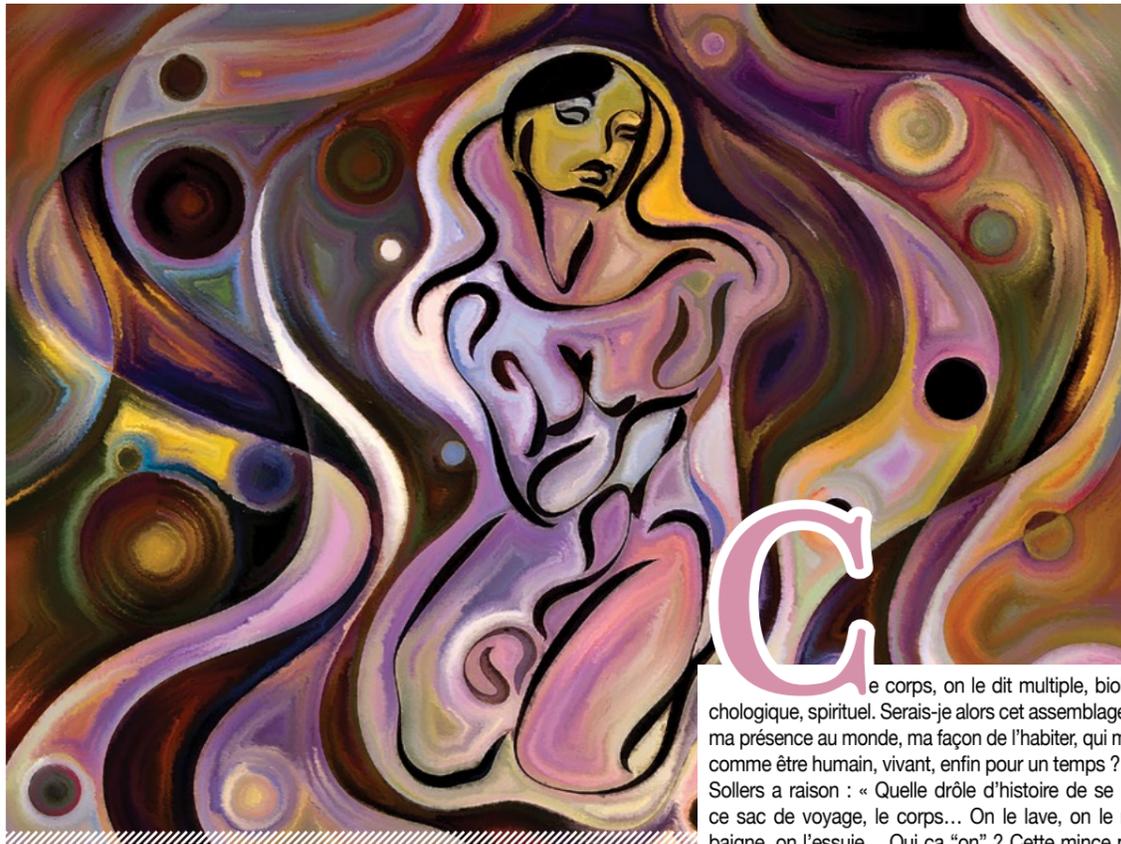


Le corps ne ment pas !

PAR COLETTE BARROUX-CHABANOL  
 Rédactrice en Chef de la Revue S.O.S Amitié

Réfléchissons à cet avertissement, le corps ne ment pas. On peut le nier, le corseter, l'oublier, il n'en fait pourtant qu'à sa tête, dirigé par les souffrances inconscientes et les désirs souterrains. Il vit sa vie, il parle à ceux qui, comme saint Thomas, ne croient que ce qu'ils voient : dépressions, évanouissements, malaises, acouphènes, zonas, urticaire, eczéma, asthme, cancers, angines, lombalgies, maux d'estomac, toutes sortes de maladies viennent nous dire ce que la sagesse populaire sait depuis longtemps : « on en a plein le dos », on ne peut pas « digérer cette offense », « on l'a en travers de la gorge », « on a la gueule de bois », « les bras nous en tombent », « on en reste sans voix », ça nous « donne des boutons », ça nous « étouffe », ça nous « prend aux tripes », ça nous « fait mal au ventre », ça « nous coupe les jambes »... Ce ça est bien commode, il permet de rester dans le flou et de ne pas aller chercher trop loin. Ce n'est qu'une affaire de corps, que le médecin est censé savoir soigner. Il existe des médicaments pour cela, des potions, des cautères. La difficulté demeure d'interpréter réellement le langage du corps, d'écouter le symptôme sans se contenter de vouloir l'éradiquer, d'entendre la vérité qui s'exprime à travers le corps. Décidément, le message de Fritz Zorn, dans son ouvrage autobiographique posthume Mars (1976), a encore un bel avenir : « mon cancer, ce sont mes larmes rentrées », confiait l'auteur, avant de trépasser. Les souffrances de l'âme ont encore du mal aujourd'hui à être perçues pour ce qu'elles sont et la société contemporaine, vecteur de diktats cognitivo-comportementalistes et acharnée à n'utiliser que la chimie pour les combattre, laisse encore trop de plaintes incomprises, plaintes qui s'écoulent parfois sur les lignes de S.O.S Amitié et que les écoutants recueillent, absorbent et tentent d'apaiser.

# Corps, accords...



**Corps.** Mon ici. Mon « être-au monde », là, maintenant. Ma certitude contingente. Que de possessifs ! Comment pourrait-il en être autrement ? J'ai un corps et je suis un corps. « Je ne suis pas devant mon corps, je suis dans mon corps, ou plutôt je suis mon corps. »<sup>1</sup>

PAR YVETTE RODALEC  
Comité de rédaction



**C**e corps, on le dit multiple, biologique, psychologique, spirituel. Serais-je alors cet assemblage qui signerait ma présence au monde, ma façon de l'habiter, qui me désignerait comme être humain, vivant, enfin pour un temps ? Oui, Philippe Sollers a raison : « Quelle drôle d'histoire de se balader avec ce sac de voyage, le corps... On le lave, on le nourrit, on le baigne, on l'essuie... Qui ça "on" ? Cette mince petite lumière en sursis, là dans le crâne ; cette petite lanterne magique sur les parois... »<sup>2</sup>

C'est l'enveloppe dont je suis, qui me montre, me donne à voir, me fait paraître, mais ne me révèle pas, enfin « pas toute » comme dirait Jacques Lacan. Être/paraître, des verbes qui jouent des apparences ou s'en jouent. Ce corps m'impose sa présence, je le vis dans sa matérialité. Je vis dans mon corps, je vis mon corps mais je ne le vois pas dans son entièreté, dans sa totalité, dans sa complexité multiple, dans son mystère insondable. Et pourtant, ce corps, mutilé, cherchera le membre absent, le sentira encore quand il ne sera plus qu'un fantôme.

Cette enveloppe seule restera quand je n'y serai plus, quand j'aurai rendu mon dernier souffle, serai poussière de cendres ou immobilité laissée à d'ultimes et souterraines métamorphoses. On dit aussi qu'avec le souffle, je rendrai l'âme. Mais à qui ? Âme et corps seraient-elles donc deux substances différentes, distinctes, opposées voire antagonistes ? De même, on nous assura qu'il y avait un haut spirituel et un bas matériel. De récents travaux ont prouvé que les intestins,

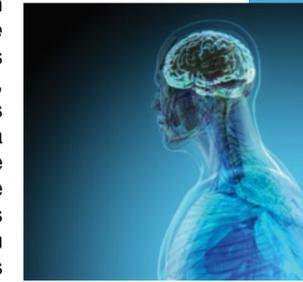
ce bas matériel, constituait un « deuxième cerveau » qui n'avait rien à envier au premier par sa complexité. Il existait « un charme discret de l'intestin » pour reprendre le titre du brillant ouvrage de Giulia Enders.

Ce corps est une peau avec sa couleur, une surface de chair avec ses orifices, ses prolongements. On peut en nommer les parties visibles, faire un inventaire façon *planche de dictionnaire médical* des organes qui le constituent, dresser un universel du corps humain. Et « sous la peau, à l'intérieur du corps, de l'autre côté, là où le regard n'entre pas, là où ça s'enfonce dans l'opacité rouge et chaude du vivant »<sup>3</sup>, on sent tous les liquides qui l'irriguent, naissent en lui, rythment la vie. On sait le sang, le lait, l'eau de l'urine et des larmes, et le sperme. Sans oublier tout ce qui bruit au-dedans, du gargouillis au rot en passant par le pet, tout ce qui défie les lois du savoir-vivre et des bonnes manières ici et pas toujours ailleurs, maintenant et pas forcément avant. Il se dévoile, se voile. Il s'entend parler de pudeur ou d'impudeur.

**Corps, matière à réflexion,** qui nous fait questionner le sens, et la valeur de la corporéité. Il est fait de culture, objet de réflexion où se donne à voir ce que fabrique une société. Il est au carrefour d'enjeux économique, politique, social. Jean Baudrillard dans *La société de consommation* analyse ce statut du corps : « Pendant des siècles on s'est acharné à convaincre les gens qu'ils n'en avaient pas (ils n'en ont d'ailleurs jamais été convaincus), on s'obstine aujourd'hui systématiquement à les convaincre de leurs corps. »

Il en est du corps comme de toute chose, il subit les normes, les assignations générées, les délits de faciès, les discriminations, les exclusions et les outrages. Hier, le commerce triangulaire menait en esclavage des millions d'êtres à la peau noire, en faisait des marchandises, des bêtes de somme et quand l'esclavage fut aboli, demeurèrent la ségrégation, le racisme insidieux ou assumé par un régime, un État. « *I Am Not Your Negro* » disait l'écrivain américain James Baldwin, refusant par-là l'assignation à une couleur. Aujourd'hui, maintenant, on vend des êtres sur des marchés : des enfants, des hommes, des femmes, les uns pour leur couleur de peau, les autres pour leur sexe, certains pour leur âge.

Corps pas comme, pas tout à fait semblable, pas conforme, quasi-modo et pourtant humain. La difformité d'un corps, ses anomalies exposent



au musée que l'on dit des « horreurs », à devenir bêtes de foire, *freaks*. Songeons à cette scène du film *Elephant man* de David Lynch. John Merrick est atteint de cette difformité du corps et du visage identifiée depuis comme syndrome de Protée. Il dissimule sa tête sous un linge, poursuivi par des gens qui veulent savoir ce qu'il cache, il crie : « Je ne suis pas un animal, je suis un homme ! »

Mon corps m'appartient, et peut se muer en corps-manifeste devenu œuvre d'art, sujet de performance. Ainsi, Marina Abramovic qui va jusqu'aux limites de ce qu'il peut endurer comme un moyen d'entrer en contact avec un au-delà de soi. Ou encore la plasticienne Orlan qui sculpte, reconstruit, son apparence et son corps comme un défi, une manifestation de rébellion, un acte de chirurgie éthique pour débusquer les « pressions politiques, culturelles, religieuses et sociales qui s'inscrivent dans les chairs. »

Dans un autre domaine, celui des mystiques, la maîtrise du corps ouvre d'autres perspectives. Soumis à l'ascèse, à la discipline extrême, aux mortifications, à l'assujettissement des sens, le corps se voit refuser toute tendresse. Abolir le moi par le corps permet d'accéder à « la vie parfaite ». Notre corps n'est que métamorphoses, de notre venue au monde comme à notre départ, il porte la vie et la mort. Il vit de rythmes, subit des mutations, des dégradations, des altérations. Faire une histoire du corps serait faire celle de l'humanité, d'une évolution dont nous sommes les descendants car nous avons subi des transformations, nous nous sommes adaptés en redressant le corps : « le redressement a déverrouillé la mâchoire, laissé au crâne plus d'espace pour se développer. » Un cerveau « bien meilleur et par conséquent une conscience meilleure que celle des animaux ou

de préhumains qui le précèdent. Sa denture lui permet de manger de tout et son système respiratoire de parler de manière articulée. L'échange est permanent entre le cerveau, la parole et la main qui saisit et façonne ; avec la conscience vint la fabrication des premiers outils, en pierre, en os ou en bois, pour une fonction précise. Ce dialogue entre ces trois éléments se poursuit jusqu'à aujourd'hui. »<sup>4</sup>

**Nous sommes nés de la rencontre de corps** même si

d'autres modalités apparaissent par la procréation assistée, nous sortons d'un corps de femme. Une spécificité de cette dernière qui s'est muée en assignation identitaire, qui a fait d'elle un ventre, que l'on peut contrôler, instrumentaliser, voire exploiter. Pensons à certains savants (fous ?) qui imaginent qu'un jour l'homme engendrera l'homme sans s'unir au féminin. Un homme enceint qui pourrait mettre au monde le même et l'identique. Vieux fantasme qu'analysa si bien la regrettée Françoise Héritier.



On sait ce que des régimes totalitaires ont fait pour « améliorer » l'espèce humaine. Il suffit de songer au *Meilleur des mondes* d'Aldous Huxley, à cette hiérarchie des êtres dont certains, nommés Epsilon, seront programmés pour travailler la tête en bas et accomplir de basses tâches. On sait « cette folie incontrôlée unique dans l'histoire » du nazisme, « cette expérience non humaine » dira Primo Levi, qui a orchestré rationnellement la transformation d'êtres en objets, dépossédés de toute identité, tatoués, réduits à un numéro, devenus des êtres sans visages, des squelettes : « On peut faire d'un être humain un squelette où gargouille la diarrhée, lui ôter le temps de penser, la force de penser », écrit Charlotte Delbo dans *Une*

<sup>1</sup> MERLEAU-PONTY Maurice, *Phénoménologie de la perception*, Éditions Gallimard, Paris, 2005.

<sup>2</sup> SOLLERS Philippe, *Lettres à Dominique Rolin*, Éditions Gallimard, Paris, 2017

<sup>3</sup> LAFON Marie-Hélène, *Nos vies*, Éditions Buchet-Chastel, Paris, 2017

<sup>4</sup> *Évolution*

*connaissance inutile.* Et il y eut la transformation d'êtres humains en matière première, recyclés afin que rien ne se perde : la peau, les dents, les cheveux, les graisses, les cendres.

Et pourtant, force est de reconnaître que parmi ces dénis, ces délits se trouvent aussi des défis qui permettent de réparer les corps mutilés, blessés, de greffer des organes et de « réparer les vivants » pour reprendre le titre du très beau récit de Maylis de Kerangal.

## Corps manipulé, normé, contrôlé, maîtrisé, dressé.

Michel Foucault dans *Surveiller et punir* questionnait cette « découverte du corps comme objet et cible de pouvoir » et remarquait que « dans toute société le corps est pris à l'intérieur de pouvoirs très serrés, qui lui imposent des contraintes, des interdits et des obligations. » Pour preuves, ces pratiques rituelles qui, par scarifications, tatouages, peintures, marquent une appartenance ou symbolisent un passage ; pour preuves ces mutilations imposées aux femmes par l'excision. Car, il faut bien le dire, le corps des femmes a souvent été asservi, volontairement déformé, soumis au pouvoir masculin : femmes-girafes, pieds déformés des Chinoises, gavage des filles, tout cela pratiqué par des femmes, intégré et reproduit. Et comment ne pas évoquer les corps de toutes ces femmes, filles, qui en temps de conflits subissent le viol, devenu arme de guerre.



Oui, le corps pour surveiller et punir. La torture pour faire avouer, la torture pour mettre à mort avec ces raffinements

dont les bourreaux se faisaient et se font encore les exécuteurs inventifs. La religion de l'aveu et la justice comme un spectacle pour dire la loi. Ces temps ne sont pas révolus partout, aujourd'hui encore, maintenant, on exécute en public dans les stades, on pend et crucifie dans les rues à titre d'exemple. Exemple de quoi ? De barbarie à visage humain !

Heureusement, je ne pense pas toujours à ce corps, je l'oublie tant il peut être docile avant que la vieillesse, la douleur, l'accident, la maladie me ramènent à lui et rompent cette « harmonie sublime que nous appelons la santé »<sup>5</sup> écrit Michel Serres. Il évoque de même une « classification des plaisirs : sauter courir, nager. » Glorifiant le corps sportif, il propose le terme « érotisme » pour évoquer les mouvements du corps car « il y a un plaisir de sauter, de courir, d'être souple, d'être adapté. » Ce sont aussi « les forces moelleuses » de la danse, le corps « dans ces éclats de vigueur »<sup>6</sup>, de souplesse.

Érotisme dans la plasticité du corps délié, mais aussi dans le désir qui s'empare d'un corps amoureux. Dans une scène du *Mépris* de Jean-Luc Godard, Brigitte Bardot, dans un dialogue avec son amant, dresse un inventaire de ce corps-plaisir comme autant de « fragments d'un discours amoureux » dirait Roland Barthes.

Si le désir est le langage du corps, ce dernier est aussi chambre d'écho par ce qu'il dit et renvoie de la vie psychique, de ses souffrances, de ses failles. « Le corps par le symptôme désigne que ce qui le traverse, n'est pas connu, ou si peu de la raison qui croit le gouverner. Le langage du corps est un mi-dire, un médire comme l'énonçait Lacan. »<sup>7</sup> Combien d'expressions communes pour rendre compte d'un désordre physique, organique, pour traduire une angoisse, un mal-être. On sait aussi ce que les maladies psychosomatiques lancent comme signaux et appels.

Aujourd'hui, le corps est célébré, magnifié, déifié, recomposé par la chirurgie esthétique, soumis aux rites de l'éternelle jeunesse et des produits « anti-âge ». Corps-raccords. Serions-nous les Dorian Gray d'une société liftée, masquée, clonée, sacrifiant au culte des apparences sans forcément grandir en humanité ? Serions-nous des Faust signant un mauvais pacte avec le diable de l'immortalité ? Ou mieux encore, des Prométhée aux petits pieds jouant aux apprentis-sorciers pour créer des Frankenstein aussi monstrueux que douloureux ? Organiserait-on bientôt des voyages vers l'île du Docteur Moreau, qui dans le récit éponyme de H. G. Wells est le lieu de création d'hybrides de l'homme et de l'animal ?

On nous parle d'homme augmenté, de transhumanisme dont il serait à craindre qu'il soit transe-humanisme oubliant dans les accélérés du progrès scientifique la dimension éthique. De même, faut-il se perdre dans le corps virtuel, avatar doté de tous les pouvoirs, vivant ce que le corps réel ne vit pas, capable de survivre au pire et de toujours renaître tel le Phénix ? Faut-il louer ce corps réduit à un hologramme ici, là et ailleurs en même temps, dans l'illusion parfaite de sa présence réelle ?

Tant et tant à dire, encore et en corps, mais « la raison, quelquefois, me semble être la faculté de notre âme de ne rien comprendre à notre corps. »<sup>8</sup> Allons, haut les cœurs !



# La mode

## terrain d'opposition entre culture et nature ?

**La culture judéo-chrétienne** fonde nos sociétés occidentales et pour bien comprendre les critiques à l'encontre de modes ayant façonné le corps, il convient de se rappeler que ce dernier fut créé à l'image de Dieu. Porter atteinte au corps « naturel », qui plus est par le vêtement - lui-même don divin consécutif au Pêché originel - a longtemps été synonyme d'insulte à l'œuvre parfaite du Créateur. Ces dernières années à Paris, sous le commissariat de Denis Bruna, deux expositions tenues au musée des Arts décoratifs ont étudié ces rapports entre corps et vêtement<sup>1</sup>. Que nous apprennent les artifices modificateurs de silhouette et leur réception depuis la fin du Moyen Âge à nos jours ?

PAR JULIEN LOUSSARARIAN

Enseignant à l'École du Louvre et chercheur en Histoire des modes et du vêtement.

**On propose souvent** de faire commencer l'histoire de la mode au XIV<sup>e</sup> siècle car les sources, trop peu nombreuses, interdisent une solide connaissance des usages antérieurs. Aussi est-ce vers 1330 qu'apparaît le pourpoint, exclusivement masculin, réintroduisant le dimorphisme sexuel dans le costume après qu'hommes et femmes ont longtemps partagé la robe.

Ce nouveau vêtement, court, laissant voir très haut les chausses, est d'abord jugé indécent. Rembourré, le pourpoint dessine aux hommes une taille fine et un torse bombé - ce qui lui vaut d'être largement critiqué car rappelant la poitrine féminine, ou pour la ressemblance de son porteur avec un lévrier. Impudeur, confusion des genres supposant des mœurs douteuses et animalisation du corps constituent précisément les attaques plus fréquemment rencontrées dans ces périodes anciennes. Mais c'est bien l'idée de virilité et de puissance que la mode masculine illustre plus souvent, proposant un corps massif et anguleux à l'instar de certaines vestes largement épaulées encore portées de nos jours.

Historiquement, le corps de la femme s'est vu tout autrement géométrisé : du corps à baleines à la guêpière en passant par le corset, la taille affinée a par contraste magnifié aussi bien la poitrine que les hanches, amplifiées par les vertugadins, paniers puis crinolines au XIX<sup>e</sup> siècle. L'ampleur des jupes peut se comprendre comme un piédestal, mettant en valeur les parties hautes du corps, plus nobles (fig. 1). De plus, les dispendieux métrages d'étoffes nécessaires constituent un signe ostentatoire de richesse, renforçant la fonction taxinomique du vêtement.

Aussi, contrairement à celui de l'homme, il existe une récurrente notion d'assujettissement à la mode du corps féminin, principalement par contrainte (compression) et inconfort (difficulté à se mouvoir). Enfin la jupe, en opposition au pantalon masculin, est un vêtement ouvert. Bien que le cachant, elle place assez directement à disposition le sexe des femmes longtemps considérées inférieures.



fig. 1 : Robe de cour dite à la française, vers 1750, soie et fil métallique, Angleterre, Metropolitan Museum of Art (New York). Legs d'Irene Lewisohn, 1965.



fig. 2 : Caricature anonyme Modes de 1830. Encore un degré de perfection, 1829, lithographie coloriée, France, Metropolitan Museum of Art (New York). Fonds Elisha Whittelsey, 1971.

Au début du XX<sup>e</sup> siècle, si Paul Poiret s'est vanté de libérer les femmes du corset, il n'a jamais nié les avoir empêchées de marcher avec ses jupes entravées. Ce n'est pas non plus pour libérer le corps ni accompagner une hypothétique émancipation féminine mais bien par pénurie de tissu que Gabrielle Chanel emploie le jersey dès 1916 dans ses collections.

Le *costume*, partageant son étymologie avec les coutumes usuelles, est un excellent indicateur des mœurs<sup>2</sup> (souvent condamnées par les moralistes ou moquées des caricaturistes, fig. 2). Pour exemple, la démocratisation du port du pantalon chez la femme depuis la fin des années 1960 symbolise bien la lente évolution vers une nouvelle place à occuper dans la société. Le vêtement ne se comprend tout à fait que lorsque mis en volume sur un corps, nécessairement modifié puisqu'il ne peut en exister de naturel pour le champ de la mode. Les tenues trop moulantes, courtes ou transparentes qui le dévoilent sont difficilement admises. D'autres vêtements, trop amples ou « déformants », ont été jugés suspects voire monstrueux. Si l'actuel *shapewear* est l'héritier évident de ces artifices qui ont jalonné l'histoire de la mode et du corps, les régimes, le sport et la chirurgie sont des moyens aujourd'hui largement plus répandus pour appliquer à l'anatomie les canons qu'on lui juge idéaux.

<sup>1</sup> Docteur en histoire et conservateur au musée des Arts décoratifs, Denis Bruna y a la charge des collections mode et textile antérieures à 1800. Il détient également la chaire de l'enseignement d'Histoire de la mode et du costume à l'École du Louvre. *La Mécanique des dessous, Une histoire indiscrète de la silhouette*, 5 juillet - 24 novembre 2013. *Tenue correcte exigée, Quand le vêtement fait scandale*, 1er décembre 2016 - 23 avril 2017

<sup>2</sup> Le terme de *mode*, quant à lui, renvoie aux *manières* collectivement partagées par un groupe d'individus.

<sup>5</sup> *Corps*  
<sup>6</sup> VALÉRY Paul, *L'âme et la danse*, éditions Gallimard, Paris, 1970 (réédition)  
<sup>7</sup> DUFOURMANTELLE Anne, *Éloge du risque*, éditions Rivages, Paris, 2014  
<sup>8</sup> *Op. cit.* en 6

# CORPS et MÉDITATION TAOÏSTE

À une époque où Galilée venait d'être condamné pour avoir dit que la terre tournait autour du soleil, Descartes écrit *Méditations métaphysiques sur la philosophie première*. Il y affirme la primauté du cogito, de la pensée et de l'esprit, plus facile à connaître que le corps et les choses extérieures. Pour lui, méditation signifie « exercer son esprit critique », rejet de ce qui est douteux, notamment les certitudes acquises dans l'enfance.



**E**n Chine, dans le Taoïsme, si la méditation est étroitement liée à la pensée et à l'esprit, elle procède d'une conviction opposée à celle de Descartes : le corps est connaissable. Il possède une place primordiale, lieu privilégié de connaissance et de transformation de soi. Beaucoup de pratiquants en Occident commettent un contre-sens en s'attachant exclusivement au corps, oubliant dans cette démarche que l'essentiel reste l'esprit. C'est lui qui part vers la connaissance du corps et c'est vers lui que l'on se tourne en premier.

Certes, le plus grand obstacle au bonheur, au bien-être, n'est-il pas le corps avec son cortège de maux : le froid, le manque de sommeil, la famine ou les maladies ? Il convient donc de résoudre ces maux de base et d'éliminer les maladies existantes ou latentes dont l'individu n'a pas forcément conscience. Les tensions et stress sont une des premières causes de maladie pour les Chinois qui associent étroitement corps physiologique et émotions. Chacune est associée à un organe : la tristesse aux poumons, la joie au cœur, la peur aux reins. Ces émotions, stress, traumatismes, s'inscrivent dans le

corps, créant des blocages qui s'installent et que l'on oublie. Un des effets de la méditation : faire ressurgir ces blocages anciens ou récents et les libérer, non par la parole, mais par la méditation.

Quand on médite dans le Taoïsme, il y a une motivation et un but - réaliser le Tao, la Voie -, il y a des méthodes et des exercices, des étapes dans le cheminement avec des modifications des états de conscience et physiologiques. Si l'état de calme et d'apaisement de l'esprit ne s'accompagne pas de changements physiologiques, c'est que la méditation n'est pas menée convenablement.

Les recettes préconisées dans la méditation taoïste relèvent de ce que Pierre Hadot appelle « exercices spirituels », ce qui implique un « art de vivre, dans une attitude concrète, dans un style déterminé, qui engage toute l'existence. » Les deux pôles de ces exercices vont être le cœur/esprit, et le corps. Il convient donc de nourrir et cultiver son cœur/esprit, de nourrir et cultiver son corps et de relier les deux qui, le plus souvent, fonctionnent séparément, pour parvenir à une unité et une globalité de l'être.

**L'art du cœur/esprit** exposé par Zhuangzi, penseur taoïste du IV<sup>e</sup> siècle avant notre ère, consiste à être vide, dénué de soi. L'homme d'exception utilise son esprit comme un miroir. Celui-ci, détendu et apaisé, devient pareil à « la cendre éteinte » ; c'est ce que cet auteur appelle « jeûne du cœur ». La volonté unifiée, l'esprit est vide et réceptif. On n'écoute pas avec l'oreille mais avec le cœur ; on n'écoute pas avec le cœur, mais avec le souffle, ce dernier étant la dynamique du vide qui porte les choses. Seul le Tao rassemble le vide et le vide, c'est le jeûne du cœur. Ainsi, l'esprit se promène dans l'infini et le corps n'est plus un obstacle.



**Catherine Despeux**, sinologue française, professeur émérite de l'Institut national des langues et civilisations orientales, est l'une des plus grandes spécialistes du Taoïsme en France. On lui doit de très nombreux ouvrages et articles de références. Dans cette abondante bibliographie, on citera : *Taiji Quan : art martial, technique de longue vie* ; *Taoïsme et corps humain* ; *Lao-Tseu, le guide de l'insondable*.

La méditation n'est qu'une des nombreuses méthodes pour entretenir la vie et son corps. C'est un exercice dans le calme, l'immobilité, complémentaire de méthodes qui emploient le mouvement, depuis certains arts martiaux dits internes, jusqu'à des mouvements gymniques associés à la respiration et à un travail sur l'esprit dans certaines formes de *qigong*. Le lien entre le corps et l'esprit, ces deux pôles de la personne, est la respiration ou le souffle, en chinois *qi* ou *ch'i*.

**Dans la pensée chinoise**, l'essentiel est de se renouveler chaque jour. La dynamique de la personne et pas seulement du corps est garante du bien-être. Le souffle nourrit cette dynamique, crée le lien entre les différentes facettes de l'individu, entre l'intérieur et l'extérieur, entre soi et l'autre, entre l'intention et l'acte. C'est ce qui permet de prendre conscience du lien. Diffuser l'air par la respiration dans toutes les cellules du corps, ou, comme l'écrit Zhuangzi, respirer jusque dans les talons et à partir des talons, c'est assurément le meilleur moyen de connaître de grandes joies et de réussir sa vie.

Cette Voie n'est pas extérieure à l'homme mais en lui, ce qui la rend parfaitement accessible, dès lors qu'on la recherche et se libère de ses comportements habituels. Inverser sa vision, ne plus être tourné vers l'extérieur, regarder son intérieur, et faire retour à la source, car le Tao est la racine de toute chose. On y accède en développant son intériorité, en se détachant des perceptions ordinaires du monde extérieur par les organes des sens. Ce serait un contre-sens de considérer cela comme un enfermement. Investir l'intérieur de son corps est une première étape, c'est trouver un point d'ancrage, la source à partir de laquelle la vie se déploie, s'ouvre aux liens et aux échanges entre l'intérieur et l'extérieur.

L'attitude à développer pour ce retour à la source est le *Wuwei*, la non interférence dans le cours des choses, qui se fonde à la source,

fait corps avec les énergies cosmiques et se laisse traverser par elles qui agissent à travers lui. Le non agir n'est ni un quietisme ni une apologie de l'inaction. Seul est capable de ne pas interférer dans le cours des choses celui qui sait nourrir ses souffles : le sage administre sa personne et l'État à l'aide du Tao, la Voie, et laisse libre cours à ses souffles naturels qui traversent son corps. Aucun passivisme dans le *Wuwei* qui implique une très forte présence à soi dans l'instant, sans artifice. Ce n'est pas un débridement car il faut beaucoup d'efforts pour laisser les choses agir en soi sans vouloir les diriger.

**C'est là que le souffle**, ou *qi*, est une notion clé de toutes ces pratiques chinoises. Fil directeur, il conduit la pensée en certaines parties du corps, la ramène vers le centre, porte les émotions. La clé de la réussite dans la méditation, dans l'aptitude à se transformer, corps et esprit ensemble, réside dans le *qi* et dans la respiration. Celle-ci est au cœur des pratiques méditatives, que ce soit pendant l'exercice dans l'immobilité, pendant le mouvement ou dans toute circonstance de la vie quotidienne.



Réapprendre à respirer non pas uniquement avec le nez, le thorax, mais avec toutes les parties du corps, par tous les pores, orifices, à utiliser cette respiration comme un soufflet de forge activant l'énergie interne tout en calmant l'esprit, c'est rétablir le lien entre toutes les parties du corps, c'est parvenir à une globalité de l'être et rétablir le lien entre soi et l'autre.

Une attention particulière est ainsi portée aux orifices, à la peau qui est selon la belle expression de François Dagognet « le dehors dedans et le dedans dehors ». Nous sommes au cœur du

problème des rapports complexes entre intérieur et extérieur ou entre soi et l'autre : la peau est barrière défensive, protectrice, mais aussi lieu d'échange, de rencontre et de communication par excellence.

Ainsi le corps n'est plus uniquement un corps de chair et de substances, il devient dans les méditations taoïstes un espace dynamique, organisé, un microcosme semblable au macrocosme, une microsociété, une aire rituelle où le méditant, par son cheminement grâce à diverses méthodes, accède peu à peu à la possibilité de se transformer, de mieux se connaître. On prête à Laozi, personnage semi-mythique du taoïsme, cette phrase-clé : « notre destin dépend de nous-même et non du ciel ».

**Les principales méthodes** de méditation taoïste, c'est-à-dire d'observation critique, de vigilance analytique, d'affinement des perceptions, de recueillement de l'esprit dispersé, peuvent avoir pour support le corps, un objet concret posé devant soi ou un objet visualisé, la respiration, l'esprit ou la conscience. Le corps devient la nature car le méditant visualise son corps comme un paysage : la tête devient le ciel, les pieds la terre, les deux yeux le soleil et la lune, le tronc est comme un paysage avec une montagne, un champ, des ruisseaux, des arbres, des animaux.

Rappelons pour éviter les contresens occidentaux, que ce qui est en jeu, dans le Taoïsme, c'est le sujet qui vit à travers le corps, dans toutes situations et circonstances de la vie quotidienne et non le seul corps physique. Les pratiques de connaissance de soi débutent par des conseils sur le comportement : façon de se coucher, de se loger, d'agir en harmonie avec l'espace et le temps, ou bien des pratiques gymniques, diététiques, des soins du corps, des pratiques sexuelles, respiratoires, éthiques et méditatives. Chaque pratique, circonstance dans la vie, est une occasion de porter l'attention sur soi, non pas un soi enfermé dans le corps, mais en relation avec un espace-temps et un environnement naturel. C'est l'occasion d'une exploration non seulement de l'humain, mais de tout ce que nous avons en nous de végétal, d'animal, de minéral, de cosmique. C'est un voyage dans les possibles, où les barrières et les limites conventionnelles éclatent, mais où le voyageur garde comme référence un cheminement bien structuré, fondé sur un schéma de la nature, qui lui évite l'égarement et l'aide à trouver un dynamisme harmonieux.

# L'humain, rencontre entre corps & esprit

PAR ELISABETH SONTAG

Sophrologue RNCP

Praticienne de Médecine Traditionnelle Chinoise

## Qu'est-ce que l'Homme ?

Il est possible d'apporter cette réponse : notre humanité tient à la symbiose entre notre corps et notre esprit.

La Médecine Traditionnelle Chinoise définit l'Homme comme le trait d'union entre la Terre et le Ciel, produit de la rencontre entre les aspects physiques les plus concrets et le spirituel le plus pur. Notre verticalité est un signe distinctif de notre espèce et un facteur essentiel au développement de notre intellect.

Cet intellect tant valorisé dès notre enfance : être le premier de la classe, comprendre vite... Mais qu'advient-il de l'esprit en l'absence du corps ? Quelle est la place de ce corps qui trop souvent reprend ses droits de manière désagréable, lorsque que nous perdons une capacité physique ?

Dans nos sociétés occidentales, la perception du corps est utilitaire. Le corps est au service des capacités intellectuelles.

Il est perçu comme un véhicule, auquel on accorde la stricte attention nécessaire (la révision annuelle, les pleins d'essence lors des repas, le rechargement nocturne de la batterie).

Parfois cette attention s'étend à la prévention : par la pratique sportive d'entretien. Mais cette écoute du corps est incomplète car elle est dirigiste.

Le corps se rappelle à nous lorsque la douleur s'installe. Il devient somatisation : l'expression ultime d'un désordre, la « mal à dit ». Il prend place dans notre conscience et chasse notre mental, condamné à attendre que nos perceptions corporelles redeviennent sourdines.



Une autre voie est possible : une incarnation équilibrée de notre mental, de l'Homme entre Terre et Ciel.

Notre mental est une montgolfière qui part dans les hauteurs et s'oublie dans ses réflexions. Nos perceptions s'effacent, nous sommes dans notre mental. Comme si toutes nos sensations se rassemblaient dans notre intellect. Notre corps disparaît.

Mais il est le lest de cette montgolfière : garder le contact avec notre corps, c'est garder l'ancrage à la terre, et ramener notre mental dans une zone qui nous permet d'exister comme un tout, corps et esprit. C'est exercer la plénitude de nos capacités intellectuelles en restant en conscience, en confiance de nous-même.

Notre corps ne demande qu'à être entendu : il vous a déjà envoyé des signaux d'alarme avant de vous clouer au lit avec une sciatique alors que depuis des mois vous en avez plein le dos... Ces expressions sont révélatrices de nos points faibles, par lesquels la somatisation s'exerce : les angines de qui a les boules, les sinusites de qui ne peut pas le sentir, l'indigestion de qui ne l'a pas digéré...

Comment entendre notre corps autrement que dans la maladie ? Remettre notre corps à sa place, c'est prendre conscience de ce qu'il est une source de richesses inexploitées mais pourtant en libre-service. Le corps est la porte royale vers le fonctionnement harmonieux de tout notre être.

## Sophrologie

Cette prise de conscience demande un temps que l'on va choisir de s'accorder. La présence du corps et sa communion avec notre esprit est un sport à la portée de tous.

La sophrologie (science de la conscience harmonieuse) est une pratique simple et accessible pour retrouver l'ancrage du corps : poser le corps pour poser le mental. Mêlant respiration, détente, mouvements doux et

techniques de bien-être, la sophrologie permet en quelques séances de retrouver la conscience de soi, de vivre la présence d'un corps neutre ou agréable qui porte et transmet son énergie, un corps qui permet de cultiver la confiance en soi. L'avantage de la sophrologie est que l'on est autonome pour s'en servir, le thérapeute n'étant là que pour accompagner la progression.

## Médecine Traditionnelle Chinoise

La Médecine Traditionnelle Chinoise, comme toutes les médecines globales (ou holistiques), considère l'être humain dans sa totalité : le corps est un tout dont le fonctionnement harmonieux résulte de l'équilibre des émotions (et non de leur absence) et de la juste circulation de l'énergie dans l'ensemble des organes. Il est impossible en médecine chinoise de traiter le corps sans traiter également le mental. Ce qui signifie que toute pathologie physique ou psychologique peut lui être adressée.

On peut citer aussi la médecine ayurvédique, le yoga, la méditation, la respiration, le QiGong (qui est une branche de la médecine chinoise)...

Réconcilier corps et esprit peut avoir des résultats spectaculaires : ainsi cette personne enfermée dans des douleurs intenses depuis des mois et se battant contre une dépression, qui à la fin d'une séance de sophrologie constate avec surprise qu'elle ne ressent plus aucune douleur : son corps est redevenu « neutre ».

Ou encore cette personne anxieuse, souffrant de douleurs au plexus, qui a su retrouver une sérénité grâce à la respiration, et qui utilise les sensations de son plexus comme avertisseur d'une crise d'angoisse afin de l'empêcher de s'installer dès les premiers signes.

Croire en les capacités du corps est un acte de foi envers soi-même. C'est le début de la confiance retrouvée, une confiance qui ne se trahit jamais. Écoutez-vous pour vous entendre !

# La légèreté de L'acrobate

PAR ANNE TORQUÉO

Comité de Rédaction

## Le corps aérien

d'Alexandre Demay  
l'a propulsé jusqu'au  
sommet des chapiteaux  
des cirques *Bouglione*,  
*Morales*, *Plume*...  
Progressivement, le  
voltigeur est redescendu  
sur terre. Un jour, il a  
estimé qu'il était temps  
d'adopter le nez rouge.



Alexandre Demay. DR

**I**l a démarré petit. Non pas petit par l'ambition, mais par la taille. Alexandre regardait ses amis pousser comme des tiges arrosées par les hormones de l'adolescence. Certains auraient souffert de la situation, mais il prit le parti d'en rire et de faire rire. Un esprit léger habitait ce corps déjà souple. Car s'il grandissait paresseusement, en revanche, il répondait avec entrain aux sollicitations sportives. Face à un père comédien, il développe une voie propre, physique, athlétique. Mais il est irrigué par le théâtre et l'abondante littérature qu'il dévore. Ce corps-ci, habité par cet esprit-là, trouve sa voie sur les pistes de cirque et ignore les gymnases. Jeune, léger, victorieux, il devient voltigeur chez *Bouglione*.

Le corps de l'artiste de cirque est un allié, un outil de travail, une œuvre d'art, un objet d'attention soignée. Ce corps, soumis à toutes les tensions, surentraîné, doit être inflexible. Une figure approximative est fatale. Alexandre se souvient de ce sentiment de puissance ressenti sur scène, les performances dangereuses qui retenaient le souffle des spectateurs. Il avait conscience de la beauté des figures et de la grâce du corps juvénile. Voltigeant dans son habit de lumière, il était l'Achille victorieux, le bel acrobate tendu dans son extraordinaire prouesse physique. Un séducteur charnel.

L'explosion du nouveau cirque, dans les années quatre-vingts, a apporté de nouvelles propositions à l'artiste. Chez *Archaos* puis au *Cirque Plume*, au faite de sa discipline, il voit le cirque élargir sa palette de métiers, croiser les arts, faire un pas de côté par rapport à la perfection technique. Le jeu théâtral s'invite dans la performance. À force de travail quotidien, le corps d'Alexandre ne change pas beaucoup. Son esprit évolue plus vite. Quand il quitte le *Cirque Plume*, il crée Marcel, son double poétique. Dans sa compagnie *Les Bleus de travail*, Marcel continue de se propulser dans les airs, de faire des équilibres insensés, mais il a couvert son corps délié d'un vêtement sobre, sans paillettes.

Il parle, peu, puis un peu plus. Le corps est toujours dans l'action mais l'esprit semble revendiquer sa place sur scène. L'acrobate a toujours joué la comédie, mais progressivement, la bascule s'opère. Trop de mots à dire.

Entre la comédie et le clown, il y a la séduction. Il faut une certaine maturité pour abandonner ce désir sensuel de plaire au public. Le Marcel comique, même s'il fait rire par le recul pris sur son personnage, joue encore des codes de la séduction. Mais quand il décide cet acte si sérieux de porter le nez rouge, c'est pour faire de son corps le vecteur d'une vérité plus fondamentale. Le rire est encore l'outil de transmission, pour adoucir la mise à nu de l'artiste. L'acrobate montrait une scintillante apparence. Le corps moulé, à peine couvert d'un costume déterminé à montrer la beauté du physique athlétique, détournait le regard de l'être profond que dévoile le clown. Car, que fait le clown ? Il évoque sans fard la tragédie de l'existence. Il convoque sur scène l'épineuse question de la mort. Il plonge à l'intérieur de la psyché et en sort tous les ustensiles de la vie : le féminin dans le masculin, le beau et le laid, la tendresse, le début et la fin. Et Dieu. Le clown n'est pas un acrobate déclassé. Sous ses oripeaux, le corps demeure juvénile. L'empreinte de la jeunesse trahit la pensée qui vieillit. L'esprit s'est alourdi de douloureuses questions qu'il est vital d'énoncer. Le jeune Achille, à l'ego honoré par ses propres performances, contenait ce clown interrogateur. Mais son éphémère agilité recouvrait pudiquement les émotions profondes. En émergeant peu à peu, celles-ci ont créé un nouveau personnage scénique. L'apparence, le costume du clown, dévoile désormais la réalité de l'être intérieur.

Un troisième personnage attend son tour, celui qui devra faire sans le corps en puissance, dont le vieillissement a été jusqu'à présent contenu par l'entraînement quotidien. Un personnage qui fera de plus en plus corps avec l'intime.

# La poésie en chair et en os À cor et à cri

## Julien Blaine

Fondateur de la poésie-action, créateur des Rencontres internationales de poésie de Tarascon, puis du Centre international de poésie Marseille (cipM), de revues et d'objets livresques insolites, Julien Blaine a livré son corps au verbe pendant plus de cinquante ans. Pourquoi est-ce si essentiel d'incarner le mot ? La performance, le poète la décrit comme un corps dans un espace, un son dans un corps. Ce corps qui ne tient pas ses promesses. Julien Blaine offre à notre Revue le texte somme sur sa vie de poète performer. Dix ans de réflexion sous la forme de post scriptum gais-tristes, de ce joyeux désenchantement qui est la marque de la lucidité artistique.



### La performance\*

C'est un corps dans un espace et c'est un son dans un corps, ce son est celui de mon corps ou celui de cet espace, c'est un son de nature : voix, viande, &c. ou un son d'artifice : musique, bruits, &c. Puis c'est un geste du corps et un mouvement de cet espace et comment jouent ensemble le geste du corps et le mouvement de l'espace. Le mouvement de l'espace est proprement celui de l'espace mais aussi du peuple de cet espace : du public. Là, tout va bouger : le corps, l'espace, le son, le geste... Et la rencontre sera ou s'évaporerà. Là, aux entrepôts frigorifiques, sous les voûtes dans cet espace en bord de Seine aux frontières d'une friche industrielle qui sera une université parisienne (l'université Denis-Diderot) la rencontre s'est établie... Quant à l'enseignement : l'université future ne pourra jamais faire mieux.

[La performance.] Quand je l'ai abandonnée au milieu des années 2000, j'ai écrit un texte d'explication : ce texte est toujours inachevé : un (ou +) post scriptum s'y ajoute à chaque saison (ou presque).

Voilà où il en était à ce jour (09.10-2017)

### Introduction

C'est à partir de ce texte ou en rapport avec ce texte ou en opposition à ce texte (ci-contre) que le plus important courant de la poésie contemporaine s'est positionné, que ce soient les poètes de la première génération encore fortement impliqués selon les avant-gardes historiques (futurisme, dada, cobra ou fluxus) : poésie concrète, poésie visuelle ou poésie sonore ; puis ceux de la génération suivante qui développeront leur poésie par l'articulation aussi bien celle des voix que celle des corps (happening, poésie élémentaire, poésie action) qui amèneront la poésie essentielle de la fin du xxe siècle et du début du troisième millénaire : la performance. Enfin ceux de la nouvelle génération qui restent dans leur corps et qui disent par la bouche et écrivent par leur langue ou celles et ceux qui ont prolongé leurs vieilles prothèses, magnétophone et microphone par les ordinateurs et les nouveaux outils électroniques.

octobre 2002

#### \*Post-Scriptum

C'est un art désespéré

[...]

#### P.S. N° 7

Désormais, mon corps n'est plus à la mesure de mon ambition...

[...]

#### P.S. N° 51

Je me défonce dans cette expression mienne : poésie ? art ? gestualité et gesticulation ? énonciation et crierie ? Alors pour le reste, c'est-à-dire essentiellement le corps et ses attributs : voix, amour, sentiments et autres événements ou activités de ce genre, à 70 ans (bientôt),

J'essaie de me préserver.

[...]

#### P.S. N° 68

Dès mes premières chutes (Chute... Chut !) au début des années 70, j'ai su tomber de très haut, très longtemps, très violemment avec aisance : sans jamais me procurer la moindre blessure, la moindre brisure, le moindre hématome. Et, hui, à 70 ans, 40 ans après, tous mes os, tous mes muscles souffrent des chocs de jadis.

[...]

#### P.S. N° 133

Sacerdoce : C'est une fonction qui exige un dévouement total. Il connaît les volontés secrètes et les phénomènes inconnus... Il commet les actes selon ces volontés et phénomènes. C'est un privilège, une force, une responsabilité, une implication. Il donne accès aux autres.

Pratiquer la poésie est pour moi un sacerdoce.

La poésie

Ça sert d'os

Ça sert de viande

Ça sert de peau

Ça sert de jus

Ça sert de gaz (d'éther, surtout)

Ça sert & ça se sert

puis ça me serre.

#### P.S. N° 159

La performance (la perf.) c'est l'expression de tout le corps : os, viande et sons. Un art absolument libre, soit, libéré, sans aucune référence au théâtre, à la danse, à la musique, aux arts plastiques, au cabaret, au cinématographe...

Un art neuf, vieux d'un demi siècle.

Une fois cette liberté acquise, alors la performance peut avoir des aspects musical, pictural, sculptural, chorégraphique, cinématographique...

#### P.S. N° 167

Et désormais mon corps refuse mon ambition ! (Cf. P.S. N° 7)

# En-Corps, l'expérience du corps silencieux

Dans mes spectacles et dans mon rapport aux acteurs, il y a beaucoup de corps. Ce qui peut paraître paradoxal car dans mes pièces, les acteurs, les actrices ne bougent quasiment pas. Ce qui m'intéresse, c'est le mouvement de la pensée. La pensée de l'acteur et la pensée du texte. Le corps est un réceptacle à la pulsion scopique du spectateur. Cette pulsion, il faut la retenir le plus loin possible jusqu'au dernier souffle, jusqu'au bout, jusqu'à ce que ça ne soit plus tenable.

PAR JEAN-LUC MOREAU  
Ecrivain et metteur en scène

Dans l'immobilité et les silences, l'intimité se diffuse, plus personne n'ose bouger, n'ose respirer. Le public se met au diapason de l'acteur. Les corps se connectent. Il y a une respiration commune. Il y a quelque chose de l'ordre du rituel. Il y a une horizontalité scène/salle.

Je crois que cela a à voir avec quelque chose de transférentiel, du rapport à l'autre, une corporalité communicante, inconsciente.

## L'étrangeté du corps, ou la rencontre du corps étranger.

Dans le rapport que nous avons avec lui, notre quotidien, notre proximité avec lui chaque jour, nous met à distance car il est à la fois très concret et très abstrait. Très concret parce qu'il nous est utile pour faire des choses très pratiques, se déplacer, prendre des choses, avoir une activité physique, bouger etc. Très abstrait parce qu'il est d'une part l'endroit de notre intimité, et d'autre part l'endroit du désir ou du rejet. Il est une impression, même si l'habit ne fait pas le moine, son positionnement nous permet de s'aligner à tel ou tel corps, c'est un repère.

## Le corps au plateau réunit toutes ces notions.

Il va donc falloir se mettre dans son corps avec ce qu'il a de plus réjouissant ou de plus rebutant. Ce que nous allons montrer sur scène c'est le corps de l'individu, le corps de l'individualisation, le corps représentatif et le corps humain. Être donc dans son corps. Cela suggère, sans doute, de le connaître ? Je ne crois pas. Je crois précisément le contraire, c'est-à-dire que le corps poussé dans ses retranchements, sans le mettre en douleur évidemment, mais en le mettant au travail, en le sollicitant, le mettre en effort permet de le faire apparaître non pas dans l'imagerie quotidienne mais dans une imagerie quasi architecturale. Faire structure du corps. Faire dispositif. Faire apparaître le corps comme construction portante d'un événement, qui, rassasié de le voir chaque jour dans le tourbillon de la vie, devient corps-habitus ; sur scène, il faut en-corps le faire naître.

Le positionnement du corps, l'engagement et la contrainte dans laquelle il est au moment de la monstration dans la représentation, conditionne le traitement vocal que l'acteur fera de sa partition vocale. Mais tout ceci n'est que la partie cachée de l'iceberg.



Premièrement le corps en travail propose un engagement.

Deuxièmement il propose de se mettre dans un état particulier, contraire à l'habitus usuel mais un *habitus* circonstanciel, celui du temps de la représentation. Un temps exceptionnel.

Troisièmement il va faire appel au corps intérieur et c'est là, en fait, que le travail qui nous intéresse opère, c'est-à-dire : la respiration, le maintien du périnée. À entendre périnée ici comme *périr-naître*. Dit comme ça, il y a comme un enjeu fou du/d'un danger de la représentation qui engage le corps comme une dernière fois et c'est à mon sens, là, tout l'enjeu/l'enjeu/le seul enjeu de la dernière fois.

De manière technique, il y a l'ingestion textuelle par l'apprentissage du texte. Faire entrer le texte dans le corps. Puis, l'investigation du périnée pour la restitution du texte. Le corps est non seulement la face visible et démonstrative mais il est aussi la face cachée, active et motrice de tout acte de représentation spectaculaire. C'est sa condition de corps exposé, positionné, c'est sur lui-même, en lui-même, malgré son exhibition, son étalage, mais dans l'intimité de lui-même que la partie se joue, dans cette familiarité que l'abandon se résout à être-là pour *périr-naître* dans le temps du spectacle.

L'intimité intérieure comme mécanique. Une horlogerie à la disposition de laquelle il faut se mettre, se placer en recul pratiquement de soi, un *hors de soi* sage et laisser tourner la machine, lui foutre la paix. Être en investigation périnéale et être délicat. Pas toujours commode.

Le corps silencieux, vierge de mouvement visible, dans un chaos intérieur de concentration, de mise en place, de tension et de relâcher, un déploiement d'énergie, exerçant sur lui-même une puissance extravagante, démente, allant jusqu'au bord de l'acteur, jusqu'à son impossible. Dans mes spectacles, les corps sont érigés littéralement, têtes, bras levés au plus haut des possibilités pendant toute la durée du spectacle. Immobilité et respiration sont silences. Le mouvement, on ne le voit pas. Et puis, à un moment, après un long moment, le corps bouge et alors ce petit mouvement, ce délicat mouvement nous renverse, arraché comme par un ouragan. Arraché à la vie, profondément en vie.

## Les femmes ont le privilège exorbitant de

« fabriquer » les enfants et de les mettre au monde.

Certains prétendent que les hommes le leur font payer, mais ce n'est pas le propos de cet article... Cette période de leur vie, grossesse et accouchement, est une parenthèse singulière au cours de laquelle leur corps va subir des transformations et sera, au vrai sens du terme, habitée.

# Une parenthèse singulière

PAR FRANÇOISE LEGOUIS  
Comité de rédaction

**À** l'époque actuelle, la grossesse est le plus souvent désirée. Il est possible de faire ce choix, même si, pour certaines, cela est long, compliqué, psychologiquement éprouvant, et demande une lourde prise en charge. Grâce à Simone Veil, les femmes ont aussi les moyens d'interrompre, lorsqu'elles ne peuvent pas l'assumer, une grossesse non souhaitée.

De tout temps, le premier symptôme de grossesse a été, pour les femmes dont le cycle menstruel était régulier, un retard inhabituel de l'apparition des règles. Actuellement, des tests précoces, puisqu'ils peuvent être effectués dès la date prévue de celle-ci, permettent de confirmer ou d'infirmer la gravité. Intellectuellement, la future mère sait donc quasi-immédiatement qu'elle est enceinte. Son corps n'a pas encore changé, à l'exception toutefois des seins qui vont rapidement prendre du volume. Des désagréments, nausées, vomissements, hypersensibilité aux odeurs, assombrissent souvent les premiers mois, mais la silhouette reste svelte. Le comportement change : sautes d'humeur, hypersensibilité, fous rires inopinés et crises de larmes incompréhensibles déconcertent les proches.

Alors pour la jeune femme commence une longue attente. Vient le moment où elle aspire à la délivrance.

Le plus souvent, les futurs parents choisissent de ne faire part de la bonne nouvelle qu'au bout de trois mois, une fausse-couche pouvant toujours se produire. C'est à cette période que se fera la première échographie, dite de datation, au cours de laquelle ils découvriront le petit corps blotti dans l'utérus, et où, moment particulièrement émouvant, ils entendront battre son cœur. La première photo leur sera remise, qu'ils montreront avec fierté et émotion à leurs proches. Ils sauront aussi la date probable de la naissance et, si c'est le cas, apprendront l'arrivée de jumeaux, voire de triplés.

Alors, pour la jeune femme, commence une longue attente. L'enfant à venir prend dans ses pensées une place de plus en plus importante. Des questions se posent, vite résolues ou en attente de réponse. Cette future naissance peut entraîner des changements radicaux dans la famille.

Vers le quatrième mois apparaissent les premières transformations physiques. D'une façon très progressive, à peine sensible... La future mère s'aperçoit un matin qu'elle a du mal à fermer le jean dans lequel, quelques jours auparavant, elle était à l'aise. Il va falloir changer de garde-robe ! Bon moyen pour officialiser son « état ». Et les vêtements adaptés sont si seyants !

## Le temps s'écoule.

L'embryon grandit. Une remarque au passage : le nom qu'on lui donne change ; d'embryon on passe à fœtus, puis à enfant et à bébé, selon la charge affective. Un jour, elle perçoit dans son ventre quelque chose qu'elle n'avait encore jamais senti. Un mouvement. D'abord léger, il va s'intensifier, proclamant haut et fort la présence d'un « autre ». Qui est cet autre ? Les différents témoignages que l'on pourrait recueillir diraient des ressentis différents : un être que l'on est en train de fabriquer et qui fait encore partie intégrante de soi-même, ou déjà une personne à part entière, radicalement originale.

Le ventre s'est arrondi, les seins ont encore gonflé. Le visage aussi évolue. Si le « masque de grossesse » disgracieux est devenu rare à notre époque, les traits ont pris une gravité et une douceur nouvelles. On surprend parfois

la jeune femme les deux mains posées bien à plat sur le ventre, dans un geste inconscient. Encore quelques semaines. L'utérus se distend, gonfle en avant et vers le haut. En même temps, pour compenser le déplacement du centre de gravité, la région lombaire s'incurve peu à peu. Les trois premiers mois ne furent pas toujours agréables car il fallait s'adapter aux modifications hormonales, mais les trois suivants sont faciles à vivre. Le corps s'est habitué à son nouvel état, il prend de l'importance mais ne pèse pas encore trop.



Vient le jour de la deuxième échographie. Le fœtus a bien grandi et on peut en connaître le sexe. Certains parents profitent de cette opportunité, d'autres préfèrent garder la surprise pour l'accouchement, ce qui n'est pas chose aisée pour le gynécologue qui pratique l'examen.

## Arrive le troisième trimestre.

L'enfant grandit, prend de plus en plus de place. La future maman se sent lourde, encombrée par ce ventre qui s'élève jusqu'aux côtes, au point que c'en est parfois douloureux. La nuit, elle peine à trouver dans son lit une place confortable. Son enfant, maintenant, est viable, mais il est préférable qu'il vienne au monde à la date prévue car un bébé prématuré est fragile. Des signes d'ouverture précoce du col de l'utérus peuvent apparaître. Il faut se reposer, parfois rester allongée. Alors elle se résigne, mais vient le moment où, lasse d'être encombrée par ce corps déformé, elle aspire à la délivrance, tout en redoutant un peu cette épreuve inconnue. De vieilles dames parlent encore du temps où le seul moyen d'atténuer les douleurs de l'accouchement consistait en un mode de respiration adapté... Maintenant, la péridurale efface cette souffrance et, lorsqu'il y a danger, on n'hésite pas à avoir recours à la césarienne. Le père est en

général présent et les nouveaux parents profitent pleinement de ce moment unique.



Dans certains cas, la femme refuse inconsciemment l'arrivée d'un enfant : c'est le déni de grossesse. Il y a en France entre six cents et mille huit cents cas par an, qui touchent des populations très diverses. Tout se passe comme si la femme n'était pas enceinte et, de façon surprenante, le corps se fait complice de son refus. La prise de poids est faible. La silhouette reste svelte. L'enfant se fait discret ; il se blottit le long de la colonne vertébrale, bouge peu. Sa mère attribue les mouvements à des causes digestives. Pour encore mieux donner le change, des saignements vaginaux se produisent chaque mois.

De bonne foi, la jeune femme ignore son état. Cela peut durer jusqu'à l'accouchement. Elle va alors consulter pour des douleurs dans le ventre et c'est seulement à ce moment-là qu'on lui annonce qu'elle va être mère. Elle ne dispose que de quelques heures pour donner réalité à cet enfant qu'elle n'a pas senti venir. Tous les dénis de grossesse ne vont pas jusqu'à la naissance de l'enfant. Quelque chose, quelqu'un a fait prendre conscience à la future mère qu'elle est enceinte. Alors, se produit un phénomène étrange : en quelques heures le ventre s'arrondit de façon spectaculaire et la silhouette est radicalement transformée.

Complètement à l'inverse de cette réaction se situe l'illusion d'une grossesse qui n'existe pas. C'est ce que l'on appelle une « grossesse nerveuse ». C'est un trouble psychologique dû au stress. Le corps de la personne qui en souffre présente alors tous les signes d'une grossesse réelle : malaises, prise de poids, aménorrhée, gonflement du ventre... Un test permet de revenir à la réalité, sans pour autant effacer la détresse.

L'enfant est né. Le ventre vide va progressivement redevenir plat. Après tout ce temps d'intimité totale, les deux personnes sont maintenant séparées, qui vont se découvrir et apprendre peu à peu à se connaître.

## LES CONDITIONS JURIDIQUES du changement de sexe



Chaque personne est identifiée par sa nationalité, son sexe, ses nom et prénom et son domicile. Toutefois, des difficultés apparaissent dans la société actuelle à propos de la détermination du sexe.

PAR FRANÇOISE LEVENEUR  
Maître de conférences  
à la faculté de Droit de Caen  
Présidente du poste S.O.S Amitié à Caen

**D**ans la vision classique de l'état des personnes, le sexe tel qu'il est déclaré à l'état civil dans l'acte de naissance ne devrait pas pouvoir être modifié juridiquement par la suite. Cependant, on a fait valoir que certaines personnes présentent à la naissance des anomalies telles que leur sexe est indéterminé. D'autres possèdent physiologiquement et génétiquement l'un des deux sexes mais ressentent psychologiquement qu'elles appartiennent au sexe opposé et souhaitent vivre selon les critères habituels de celui-ci. Les données actuelles de la science leur permettent par des traitements hormonaux et chirurgicaux d'acquérir les caractères physiques du sexe désiré. Dès lors, ces personnes cherchent la reconnaissance de la société en obtenant la modification de leur état civil originare.

En France, dans un premier temps, la jurisprudence de la Cour de cassation s'y est opposée mais la Cour européenne des droits de l'homme a considéré en 1992 que la législation française interdisant la modification de l'état civil en ce qui concerne le sexe était incompatible avec le respect de la vie privée. Cette décision a entraîné un revirement de la jurisprudence de la Cour de cassation dans un arrêt du 11 décembre 1992 aux termes duquel : « Lorsqu'à la suite d'un traitement médico-chirurgical subi dans un but thérapeutique, une personne présentant le syndrome du transsexualisme ne possède plus tous les caractères de son sexe d'origine et a pris une apparence physique la rapprochant de l'autre sexe auquel correspond son comportement social, le respect de sa vie

privée justifie que son état civil indique désormais le sexe dont elle a l'apparence. »

Il résultait des conditions mises par la Cour de cassation que le changement juridique impliquait non seulement la preuve de traitements hormonaux ayant pour effet une transformation de l'apparence, mais aussi des opérations chirurgicales impliquant l'ablation des organes génitaux originaires. Cette dernière condition fut jugée trop rigoureuse par certains qui combattirent cette jurisprudence et obtinrent satisfaction par le vote d'une loi du 18 novembre 2016 qui a inséré dans le Code civil les nouveaux articles 61-5 à 61-18 facilitant le changement juridique de sexe. Il suffit désormais que la personne se présente publiquement comme appartenant au sexe revendiqué et qu'elle soit connue comme telle dans son entourage familial, amical ou professionnel. La preuve de ces faits peut être apportée par tous moyens. Le tribunal de grande instance saisi de la demande de changement de l'état civil ne peut motiver un refus par le fait que l'intéressé.e n'a pas subi de traitement médical ou chirurgical.

Ainsi se trouve fixé actuellement le droit positif. On remarquera que cette loi nouvelle n'a pas introduit dans le droit français la notion de sexe neutre contrairement à la législation de certains pays étrangers. En revanche, on notera que l'assouplissement des conditions juridiques du changement de sexe tend à donner aux citoyens une liberté nouvelle : celle de changer d'identité sexuelle. Certains s'en réjouissent au nom de l'accroissement des libertés individuelles, d'autres le déplorent au nom d'une certaine déstructuration de la société et des effets perturbateurs sur les liens de filiation établis entre l'intéressé.e et ses enfants nés avant la modification.

# Elina

J'ai eu la chance de rencontrer Elina. Je dis la chance, car la liberté d'Elina est vivifiante... Elle a accepté de livrer ici son témoignage de personne transgenre. Qu'elle en soit remerciée !

PAR DENISE DEMOULIÈRE  
Comité de rédaction

## Je m'appelle Elina. J'ai 28 ans. Je suis une personne transgenre.

Je dis transgenre et non transsexuelle. Je n'aime pas le mot « transsexuel » : sa proximité « familiale » avec le mot « sexe » lui confère un imaginaire, des connotations troubles, proches du fantasme pour certains. Le mot « transgenre » me convient mieux, il dit les choses autrement, et donc il dit autre chose : il sépare du sexe biologique, le fait de se sentir homme ou femme, il est proche du mot « genre », il parle de l'identité profonde, ressentie au plus profond de nous-mêmes. Être homme ou femme n'est pas seulement une question de corps... Pour évoquer une situation comme la mienne, on peut parler aussi de « transidentité ».

Dans mon enfance, j'étais loin de tout cela. Ce n'est qu'à l'âge de quinze ou seize ans que j'ai pris conscience de mon identité féminine. Avec la complicité de mon amie, je « jouais » à m'habiller avec des vêtements féminins. J'aimais me travestir en femme... À un point tel que cela a constitué un délice : de quoi s'agissait-il vraiment ? Qu'est-ce que ce plaisir me disait de moi-même ? J'ai consulté internet, participé à des forums. J'ai compris et admis que je voulais être, que j'étais une femme.

Cette découverte n'a pas constitué un bouleversement douloureux : j'ai toujours suivi mon esprit. J'ai d'abord vu cela comme une audace, une forme d'aventure. Sans que je puisse dire vraiment pourquoi, je ne me voyais pas vivre la vie d'un homme, je n'avais pas envie qu'on me dise « monsieur ». Ensuite, j'ai compris qu'il y aurait des obstacles, peut-être de la souffrance.

Il y aurait une phase, peut-être longue, de transition avec des étapes administratives, médicales... Mais ce chemin, je devais le suivre : c'est un chemin qui exige de la patience, ce qui est le plus douloureux pour moi. Mais au

bout du chemin, il y a moi-même, en adéquation avec moi-même. J'ai déjà obtenu mon changement de prénom, suite au jugement du tribunal et à la validation en mairie. Je n'ai pas encore changé mes papiers, j'attends pour cela que ma demande de changement de sexe à l'état civil soit aussi acceptée. Mon dossier est en cours.

Il y aurait aussi le regard des Autres : la famille, la société.



## La famille

Je n'ai pas eu à réfléchir à la façon de faire un « coming out » auprès de ma mère : elle a découvert que je me travestissais. Nous avons parlé. Elle a accepté, je peux dire qu'elle m'a acceptée. Avec mon père, les choses ont été moins simples : peut-être avait-il peur des moqueries, du qu'en-dira-t-on ? Peut-être avait-il peur pour moi ? Ma mère l'a aidé je crois. Lui aussi a accepté. Et aussi ma sœur. Mon frère reste dans le refus ; je serai toujours son frère, je ne serai jamais une sœur. Sans doute mon histoire est-elle pour lui une douleur. On peut faire l'hypothèse que quelque chose en lui se sent trahi. Le souvenir de nos complicités d'enfants ? Sa conception de ce que c'est qu'être un homme ? C'est

impossible de parler. Je le regrette, mais je ne peux pas m'arrêter : je dois suivre mon chemin.

J'ai conscience d'avoir eu une famille bienveillante. Ce n'est évidemment pas le cas de toutes les personnes transgenres. Certaines sont rejetées, mises à la porte, laissées sans ressources.

## La société

Quel regard la société porte-t-elle sur les gens comme moi ? Je parle de mon expérience. Avant d'obtenir le poste que j'occupe ici, dans une antenne du centre LGBT, j'ai passé deux entretiens d'embauche et j'ai l'intime conviction que, pour l'un des deux au moins, la véritable raison du refus a été ma situation de transidentité. Trouver un emploi sera peut-être difficile, disons plus difficile.

Au début, quand j'ai commencé à affirmer ma féminité, je mettais des vêtements féminins « ordinaires ». C'était un peu compliqué, je ne me sentais pas moi-même dans ce style. Aussi ai-je ré-adopté un look de « métalleuse », le look gothique que j'avais déjà en étant « garçon » dans mon adolescence. C'est une tenue qui me protège, un filtre qui éloigne de moi des gens que je n'aurais pas envie de rencontrer...

Et quand on me fait des remarques, je n'entends pas, je passe !

Aujourd'hui, cela fait bientôt trois ans que j'ai laissé mon « identité d'homme » derrière moi. Je n'ai certes pas fini ce parcours, mais je me sens bien, je me sens davantage en accord avec moi-même et c'est aussi l'avis de plusieurs de mes proches. Le parcours peut être long, compliqué mais il en vaut également la peine.

## Quelques informations très succinctes concernant le parcours médical pour un changement de genre



PAR DENISE DEMOULIÈRE  
Comité de rédaction

1

La personne qui souhaite changer de genre devra rencontrer son médecin généraliste. Celui-ci fera une demande prise en charge par la Sécurité sociale. Si cette demande est acceptée, tous les actes médicaux en lien avec la transition seront pris en charge.

2

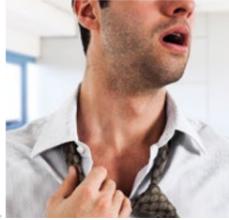
Il lui faudra ensuite rencontrer un psychiatre, un endocrinologue, un dermatologue, un chirurgien, un orthophoniste. Ces médecins constituent parfois des équipes. En ce qui concerne les actes chirurgicaux pratiqués en France, un accord préalable avec la Sécurité sociale est nécessaire. Mais certains se font opérer à l'étranger (il y a en Thaïlande un chirurgien de renommée mondiale).

3

Il n'existe pas de parcours type : tel voudra aller jusqu'au bout de la transition, tel autre ne fera qu'une partie du chemin... Il est dans tous les cas nécessaire que « le courant passe » entre le médecin et la personne concernée par le changement de genre.

# Témoignages d'écouterants

La publication de ces points de vue vise à alimenter le débat et ne saurait en aucun cas être considérée comme une prise de position de la Fédération sur le sujet. Les passages relatant un appel précis ont été écartés au nom de la confidentialité des échanges.



**P**our ceux ou celles qui souffrent d'anxiété, la prise de conscience du corps joue un rôle essentiel. Généralement, cette émotion s'accompagne d'une sensation d'oppression localisée dans la poitrine. À l'écoute, il arrive de percevoir un essoufflement, voire une suffocation. Alors, j'invite gentiment l'appelant à essayer de ralentir sa respiration, à pousser des soupirs de soulagement, comme je lui en fais la démonstration un peu bruyamment. Dès que j'entends ses soupirs, je l'encourage à poursuivre « c'est bien, allez-y, videz-vous complètement, expirez à fond tout l'air qui est en vous. » Je sais combien l'expiration est primordiale dans la prise de conscience de la respiration si on veut en ralentir le rythme. Cela, quand la personne veut bien s'y prêter. C'est par cette expérience qu'elle perçoit combien cet exercice est bénéfique et je l'incite à y recourir à l'avenir.

Voilà, ça y est, c'est ma première écoute en solo. Après avoir croqué un chocolat, je m'installe dans mon fauteuil, serein, prêt à entrer en relation avec le premier appelant. Serein, je devrais l'être après cette formation qui m'a rassuré, mais je ne le suis qu'en façade. Et si je tombais sur... ? Tout compte fait, pas du tout serein l'écouterant que je deviens ! Je coiffe mon écouteur, plus intime que le haut-parleur. Avec ce dernier, c'est le torticolis garanti après plusieurs heures d'écoute, surtout si la communication est de mauvaise qualité ! Deux ans déjà que j'ai prononcé mon premier « S.O.S Amitié, bonsoir. » Deux années au cours desquelles j'ai eu le cœur lourd face à des détresses

profondes. Le cœur plus léger lorsque l'appel a permis de calmer une crise d'anxiété. Le cœur rempli de plénitude lorsque cette personne m'a remercié en disant « c'est grâce à vous que je suis encore là ». Bien que j'ai ensuite réalisé que ce « vous » désignait tous les bénévoles de l'association ! Il m'a fallu quelques mois pour comprendre qu'il me faudrait des années pour être serein. Je sais maintenant que cette sérénité va de pair avec l'inquiétude nécessaire pour être vraiment à l'écoute. On a parfois le sentiment d'avoir été à la hauteur, mais il y aura toujours des moments de doute profond, des sentiments d'impuissance, des passages difficiles que les groupes de parole adoucissent.

**J**e me surprends à hocher la tête sur certaines paroles. Un appel qui me touche et je suis courbée sur le téléphone, comme si je pouvais ainsi faire comprendre à l'appelant que je suis encore plus avec lui. Une grande concentration, et je me prends la tête entre les mains. Un phonophile avéré et je m'éloigne du téléphone. Des bruits de télévision ou de radio à l'arrière plan et je regarde par la fenêtre à l'extérieur. En double écoute, je m'éloigne du combiné, comme pour dire « je partage avec toi ».



# “

## Le téléphone sonne. Au bout du fil un long silence puis une voix hésitante.

Je ressens tout le courage qu'il a fallu à cette personne pour prendre la décision de nous joindre. Mon corps se courbe en avant, j'ai l'impression que mes oreilles, comme des antennes, se déploient pour mieux capter ses paroles. Concentration, application, tout en lui faisant un nid où il va pouvoir déposer ses mots, se sentir entendu et compris. Une autre fois, l'appelant pleure. L'émotion gagne aussi l'écouterant, parfois jusque dans ses tripes. Il faut alors se raidir, contenir sa propre émotion. Tout le corps est sollicité. Une habituée donne de ses nouvelles. Le corps se relâche. Détente, apaisement, le corps reprend des forces. Le phonophile impose aux femmes son corps, sa lourde présence. Il envahit leur espace vital, comme pour prendre possession d'elles. Leur corps résiste, se bloque parfois, se hérissé sous la colère. L'appelant se décrit, ajoutant l'image au son de sa voix. Il faut vite reprendre de la distance. Tous les sens restent en alerte, comme face à un prédateur. L'appelant désespéré dit son angoisse, son envie du néant, c'est trop dur. Dans mon cerveau, tout s'allume en rouge. J'ai peur d'une parole maladroite. L'anxiété m'envahit aussi mais



il faut reprendre mes esprits, calmer le corps qui s'affole, trouver les bons mots... Tout est tension vers l'appelant. Le corps de l'écouterant aimerait reconforter, prendre dans ses bras la personne qui souffre, marcher à ses côtés. Toucher l'être qui ne sait plus dans son corps qu'il existe. Ainsi en est-il aussi pour les personnes âgées, les malades psychiques. Un ressort de l'écoute fourbu physiquement. Nos yeux ont vu, notre corps tout entier a participé à cette écoute ; cela fait la richesse de notre engagement.

**Mon corps à l'écoute,** c'est assez vite la rectification de ma façon de me tenir pour me détendre le dos et les épaules. Je suis plus attentive quand je suis apaisée. Lorsqu'un appel est plus difficile, je prends vite conscience de la tension qui monte, et j'essaie de ramener mon corps au calme. J'ai du mal à imaginer le corps de l'appelant, sauf quand il en parle ou émet certains bruits (toux, déglutition, pleurs, soupirs). Parfois, il y a des demandes d'aide à la respiration pour calmer l'anxiété. Étrange communion soudaine de deux souffles... De même quand le rire intervient dans l'échange. C'est pendant les silences que je me sens le plus physiquement présente à l'écouterant. J'observe que je m'immobilise, pour laisser à l'autre le temps nécessaire. Enfin, j'ai fini par reconnaître que l'écoute pendant quatre heures, c'est fatigant ! Alors, maintenant, je m'autorise des pauses, et cela m'aide beaucoup à continuer à écouter.



**J**'ai une certitude ancrée en moi depuis longtemps : la recherche de la vérité, quand elle parvient à s'explicitier, peut avoir comme conséquence collatérale et inattendue de restaurer le corps, avec une efficacité parfois immédiate. Je m'appuierai sur un exemple pour

l'illustrer. Une femme me révèle qu'elle a été violée par un proche, de la petite enfance à l'adolescence. Elle dit : « Je n'ai jamais su ce qu'était être vierge. Je me sentais comme affaissée de l'intérieur. » À l'adolescence, elle s'est beaucoup rapprochée de sa mère, alors qu'elle l'avait crue en partie responsable de ce qui lui était arrivé. Ce n'est qu'à l'âge de dix-huit ans qu'elle a pu le lui dire vraiment, en écrivant sur un morceau de la nappe en papier « X... a abusé de moi » Elle dit : « Alors j'ai senti, physiquement, en soutenant son regard, ma colonne vertébrale se redresser en moi. Comme si mes vertèbres se remettaient l'une après l'autre en place. Et je ne me suis plus jamais affaissée depuis. »

Il est cependant resté un contraste en elle, entre intérieur et extérieur : « je me sens bien à l'extérieur et mal à l'intérieur. J'entretiens et soigne mon corps, mais mon intérieur, je le néglige, il reste sale. » Sa mère refuse toujours d'entendre toute la vérité, et je fais l'hypothèse que le malaise intérieur de cette jeune femme s'estompera lorsque cette mère pourra enfin entendre toute la vérité. Vous avez dit : « un mal, des mots ? »

## Une poésie de Paul Celan m'a marquée :

*« Il vint un calme, il vint une tempête  
Vinrent toutes les mers.  
Je creuse, tu creuses...  
O tu creuses, et je creuse,  
me creuse jusqu'à toi,  
À notre doigt l'anneau\* s'éveille »*

\*Anneau dans le sens de lien entre ceux qui creusent.

Cette expression m'était restée sans que j'en comprenne bien la signification. Et puis, lors d'un appel lourd, douloureux, qui me demandait toute ma concentration, je me suis creusée, mon corps s'est creusé, pour recevoir la souffrance, devenant le creuset des paroles de cette personne. Si bien qu'elle a ressenti l'empathie, le lien qui s'établissait entre nous. Après l'appel, j'ai gardé la marque de ce creux, je suis restée recroquevillée sur ces paroles. Il m'a fallu faire des étirements comme après une séance de sport. Souvent, je constate que j'écoute avec mon corps : je ferme tous mes sens sauf l'audition, mes doigts son crispés sur le récepteur, je ne suis plus qu'une oreille.



# “

- Oui, je suis un enfant. Tu crois que je suis une fille ou un garçon ?  
- Garçon ? Perdu ! Je suis une fille.  
- Oui, j'aime les contes, les fées, dessiner. Et non, je ne suis pas une jolie petite fille. Les filles de ma classe ne me trouvent pas jolie.

- Tu vas me gronder si je dis qu'il y a quelqu'un qui est mort ?  
- Ma maman, elle est chez la voisine. Elle va chez elle quand elle est triste, et elle est souvent triste en ce moment.  
- J'ai mon ventre qui gargouille. Il a faim, mon ventre, mais moi je n'aime pas manger. C'est ma bouche qui n'aime pas manger. Le docteur, il dit que si je ne mange pas, il va être obligé de m'hospitaliser. Moi, je m'en fiche : l'hôpital, c'est là qu'il était mon papa.  
- Les filles de ma classe, elles disent que c'est de ma faute si mon papa il est parti.  
- C'est pas gentil, mais ce n'est pas de leur faute. Tu crois que je devrais le rejoindre, mon papa ?  
- J'ai sommeil. Je vais chercher un jus d'orange, le boire, et après je vais dormir.

## J'ai peur... J'ai de l'angoisse.

... J'ai froid... Je ne peux pas dormir. La voix est sèche, dure, saccadée. Moi aussi, j'ai froid, j'ai soif. Je suggère « Une tisane ? En avez-vous ? » Oui, c'est très bien... Parfois cela aide à dormir... Une voix inaudible ; je dis « pouvez-vous approcher votre téléphone ? » - Je n'en peux plus... Je ne peux pas dormir... J'ai peur de perdre mon travail. Je suis laide... Je suis bête... Je l'imagine jeune, jolie, faisant bonne figure dans la journée. Elle voit un psychologue. Je suis rassurée : je m'appuie au fond du fauteuil, j'étends les jambes... Un autre appel : « Je vais sortir. Je me suis bien maquillée. J'ai froid. J'ai peur... Je crois qu'elle s'est abritée pour appeler. Moi aussi, j'ai mal aux pieds, je voudrais me coucher. » Je ne saurais jamais d'où venaient les bruits de moteur, mais son merci me suffit.

## CE QUI M'A FRAPPÉE DANS MA FORMATION,

c'est l'importance que nous devons accorder à ce que nous ressentons : suis-je bien ou mal à l'aise ? Et nous devons essayer de faire prendre conscience aux appelants de ce qu'ils ressentent. C'est aussi ce que je m'applique à moi-même. Quand je m'installe pour écouter, il me faut un coussin dur dans le dos : je ne peux être avachie. Je m'en sers peu car je suis assise droite, tendue pour répondre, et ce n'est qu'en cas d'appel difficile et long que je me laisse aller contre celui-ci. Je trouve désagréable de percevoir l'appelant allumer une cigarette, boire ou mâcher quelque chose, comme si c'était un manque de respect. Cette nuit, j'ai répondu en buvant une tisane... Il m'est arrivé, la nuit, de somnoler ou même de m'endormir : certains écoutants me l'ont fait sentir carrément. Maintenant, je mets le téléphone en pause, m'allonge sur le canapé, m'endors pour une heure et demie (je mets le réveil !) et après, cela va mieux. Autres habitudes pendant les écoutes de nuit : grignoter quelques biscuits, marcher quelques instants dans les locaux, parfois passer aux toilettes... Pour bouger un peu. Impossible de tenir sinon.

Un grand merci à Marianne, Alain, Dominique, Jean-Noël, Denis, Caroline, Michel, Annick, A.C., Francine, Isabelle, Marie-Noëlle, Denise, Denis, Dominique, Roland, d'avoir pris le temps de nous envoyer ces témoignages si percutants.

Dans mon expérience d'écouter, il me semble n'avoir entendu que rarement des appels qui concernent directement et uniquement le corps de l'appelant.

Deux exemples :

- Elle ne se sent pas belle ; elle se confronte douloureusement à son idéal, une célébrité américaine.
- Il est préoccupé par la taille de ses muscles, s'entraîne férocement, suit un régime hyper protéiné.

Il s'agit ici de l'idée que l'on se fait de la beauté, sans aucun recul. Le miroir est le juge tyrannique auquel l'appelant se confronte régulièrement.

Le corps « arrive » le plus souvent au détour de la conversation, insidieusement, de biais. C'est celui qui empêche de faire, de vivre, de s'épanouir. « Je suis trop fatigué, je ne peux pas marcher », « Je suis trop grosse, ne peux pas me lever », « Si vous saviez comme je souffre, comme j'ai mal aux jambes ! », « Mon sexe est trop petit »... Ou alors, il n'est pas « conforme », objet d'étranges revendications, d'exigences plus ou moins marginales auxquelles il peut être compliqué ou honteux de faire face : « Mon corps est celui d'un homme mais il me ressemble davantage vêtu de vêtements féminins », « Je suis un homme qui désire les hommes, une femme qui désire des femmes... », « J'ai des relations sexuelles avec mes chiens... »

Ce qui m'apparaît c'est que, bien que nous soyons notre corps, celui-ci ne coïncide pas exactement avec l'idée que nous avons de nous-mêmes. Nous sommes à la fois notre corps et autre que notre corps, dedans et dehors. C'est une relation complexe d'amour et de haine qui tourne autour de la question fondamentale « Qui suis-je ? »

J'imagine que les spécialistes ont quelques explications à proposer...

Je suis peut-être quelqu'un qui garde physiquement de la distance avec les appelants, ce qui limite pour moi les effets des écoutes sur le plan physique...



Avant de partir pour écouter, j'éprouve le besoin de me changer : besoin de protéger ma vulnérabilité peut-être, de ressentir mon intégrité physique ? Pendant l'écoute, je sais que je ne suis pas qu'une oreille. Un appelant me dit « C'est précieux de trouver de la chaleur humaine au téléphone ». Corps invisibles mais très présents. Quelle que soit la température, je transpire, mains moites, coups de chaud à la tête. J'adopte une « position professionnelle », prends un verre d'eau, vais me rafraîchir les mains. J'éternue, l'appelant réagit, me félicite d'être là ; où se situe l'empathie ?

Un appelant évoque son corps tronqué qui me renvoie au mien. Un autre me propose crûment de partager un moment d'intimité : je suis sur la défensive. Après une plage d'écoute, la sensation d'être « essorée » n'est pas rare. Expérience toujours renouvelée d'un corps invisible qui traite une souffrance invisible. C'est comme un corps à corps tutélaire sans les corps.

Besoin de conversation et problèmes relationnels. Soudain un bruit caractéristique. Je suggère : vous allez prendre un verre ? - Vous êtes voyant ? - Non, j'ai entendu le bruit du glaçon dans le verre. J'imagine qu'elle s'est versé à boire bruyamment pour m'inviter virtuellement à boire avec elle. Plus tard, elle évoquera une rencontre ratée avec quelqu'un à qui elle a proposé de prendre un verre, à la terrasse d'un café.

Un autre appel : après un échec de couple, quand elle se regarde dans un miroir, elle doute de ses capacités à séduire. Ses doutes se transforment en angoisse qui l'empêche de dormir. Elle décrit ses rides, ses poches sous les yeux. Lorsque je récapitule le cercle vicieux angoisse-insomnie-enlaidissement-doutes-angoisse, elle retrouve le sourire qui rend toutes les personnes belles.

Un autre appel : une femme timide qui annonce qu'elle voudrait parler de son corps et demande à l'écouter de bien vouloir lui poser des questions. Il s'aperçoit vite qu'il ne s'agit pas de son physique mais que c'est une masturbatrice. Quand il propose de parler d'autre chose, elle raccroche comme on fuit.

D'où cette constatation : quand le corps est présent d'une façon aussi explicite, la voix de l'appelant se fait plus faible, moins distincte, moins compréhensible, comme si quelque chose lui nouait la gorge. Comme si, en inclinant la tête il perturbait le fonctionnement du larynx. Lorsque l'on retrouve un sujet où il est plus à l'aise, la voix s'éclaircit, le menton se redresse, on a la sensation que son regard se lève vers le nôtre. Je pourrais aussi citer aussi le cas du phonophile qui se dissimulait derrière une crise d'angoisse. Lorsque je l'ai démasqué en lui demandant quels étaient ces bruits que j'entendais, il a immédiatement raccroché...

# Rejet de soi, rejet des autres



**Souvent, l'appelant ne s'aime pas.** Il rejette jusqu'à son apparence physique. Un rejet parfois très violent, qui remonte à de nombreuses années. Ce refus peut renforcer sa douloureuse solitude. Comment l'écouter peut-il l'accueillir et quelles réponses apporter ?

PAR CHRISTIAN RIX  
Comité de rédaction

## Un rejet sans appel

L'appelant confie que son apparence physique le gêne terriblement dans sa vie courante. Il n'est pas bien dans sa peau : trop gros, trop maigre. Son apparence, lui semble-t-il, détourne le regard d'autrui ou, au contraire, attire une curiosité gênante. Il n'est pas « normal », ne peut vivre comme et avec tout le monde. Le handicap physique ne lui permet pas de circuler aisément parmi les autres. La maladie psychique se voit sur le visage ou se devine à travers les paroles prononcées ou une élocution difficile.

Il y a aussi les blessures invisibles du corps, qui ne sont pas moins difficiles à supporter. La femme qui, bien longtemps après avoir été violée, se sent toujours salie dans son corps. L'adulte qui reste profondément marqué par des actes renouvelés de pédophilie, dans l'indifférence et l'immobilisme de son entourage. Ces appelants qui relatent les coups reçus tout au long de leur vie. Des personnes qui se sentent meurtries à jamais et ont du mal à imaginer la possibilité de construire une vie moins malheureuse. Pourquoi la maltraitance vécue durant l'enfance devrait se reproduire à l'âge adulte, comme si l'appelant était un réceptacle naturel et perpétuel du malheur ?

La souffrance peut conduire au désespoir. L'appelant cherche à survivre en s'adaptant tant bien que mal mais éprouve des « idées noires », jusqu'à imaginer la possibilité du suicide.

L'alcool ou la drogue peuvent assurer les conditions de la survie de l'appelant, lui procurant une période de paix, voire de sérénité, avant de plonger à nouveau.

## La double peine

Un corps souffrant intrigue autrui, le dérange. La souffrance des autres fait souvent peur, comme si elle était contagieuse. L'entourage ne sait plus quoi faire, craint de mal faire, ne se sent pas trop concerné, préoccupé qu'il est d'affronter ses propres problèmes. Le corps souffrant est condamné à la solitude renforcée.

L'appelant qui n'accepte pas son corps peut aussi, de ce fait, se refermer sur lui-même, envahi par la honte. Il se compare avec les autres et se dévalorise, refusant résolument de se faire confiance. Le regard extérieur sur lui-même – tel qu'il le perçoit – et son propre regard sur autrui le conduisent à penser qu'il n'est pas assez bien. Il ressent son apparence, sa maladie ou son handicap comme un obstacle rédhibitoire à la découverte d'une « âme sœur ». S'il est vrai que, trop souvent, la souffrance n'attire pas, il est possible aussi que la personne en détresse ait « décidé », inconsciemment, qu'elle ne valait pas la peine d'être connue et appréciée pour ses qualités, que son amour, s'il survient, ne pourra jamais être perçu. Son corps se referme sur lui-même, c'est la double peine.

## Impuissance devant ce corps souffrant ?

Bien sûr, l'écouter ne peut pas « réparer » le corps meurtri, ni, en quelques minutes, parvenir à redonner à l'appelant l'estime de lui-même. Il n'a pas de solutions à apporter, de conseils à proposer.

Comment l'écouter pourrait-il permettre à l'appelant d'aimer son corps ? Peut-il lui

faire découvrir les atouts dont il dispose dans certains domaines ? Son intelligence, sa sensibilité, sa générosité, sa créativité... Peut-il l'amener à se rendre compte que le corps meurtri n'est pas exclusif de toute beauté : intellectuelle, artistique, ou parfois même physique ? Lui faire partager la conviction qu'il existe peut-être des personnes avec qui il pourrait construire une relation humaine authentique, selon ses modalités singulières ?

Tout cela n'est évidemment pas toujours entendu par l'appelant, voire insupportable à entendre.

Il reste alors à l'écouter à accueillir ce que la personne blessée a besoin de confier et de répéter au fil des appels, accompagner l'expression de son interlocuteur et lui faire ressentir toute son empathie.



L'écouter tente de démontrer, par son attitude plus que par un raisonnement, que, malgré son impuissance, il existe toujours une « humanité humaine », capable de lui consacrer du temps, de l'accompagner et de mettre entre parenthèses sa solitude l'espace de quelques instants.

L'écouter sera peut-être déçu de son écoute apparemment impuissante, sauf s'il a pu desserrer l'angoisse ne serait-ce qu'un moment.

# L'adolescence, le corps qu'on forme pour un corps conforme ?



**P**our le dire plus simplement, le corps se sexualise à l'adolescence. La pensée conjointement s'érotise et le sexuel devient pour le/la jeune une préoccupation importante, un enjeu essentiel. De cette donne adolescente déclenchée par la puberté et l'inondation hormonale sexuelle qui y préside, nous pourrions dire qu'il s'agit d'un invariant dans la croissance, le développement d'un humain, cet invariant étant traité diversement suivant les cultures et l'évolution sociétale. Certains avancent donc à juste titre que l'adolescence serait une création sociétale au sens où la plupart des sociétés dites développées accordent un focus particulier, une vulnérabilité transitoire, une véritable culture spécifique pour ce moment du plus profond remaniement de l'existence.

À l'adolescence, le corps prend une place importante, non seulement dans l'espace, (les parents disent parfois que leurs enfants grandissent, devenant adolescents, la maison rapetisse...) mais aussi dans la psyché du jeune, au cœur de l'estime de soi. Il devient l'un des éléments essentiels du narcissisme. On dit souvent qu'à cette période, le corps est porté « au devant de la scène », qu'il devient l'écran de l'expression de tous les conflits internes et qu'il porte en lui, sur lui, toutes les marques des blessures, des traumatismes et des manques de l'enfance. Nous y reviendrons.

Le corps, plus que jamais à l'adolescence, représente notre « carte de visite » dans la rencontre avec l'autre, avec les autres. À ce titre, les jeunes, tantôt le surinvestissent, se scrutant, s'interrogeant sans cesse dans le miroir, squattant parfois la salle de bain

et créant un embouteillage familial devant la porte fermée, tantôt en affectant de le négliger (souvenez-vous du style *grunge* qui était classe dans le *trash*...).

À l'instar des communicants, les adolescents pensent que « l'on n'a jamais deux fois l'occasion de faire une bonne première impression ».

Ainsi, quelques témoignages de jeunes gens :

Celle-ci est impeccablement tirée à quatre épingles, une coiffure étudiée, longuement mise en place, une peau nette sous un maquillage un peu appuyé, une vêtue élégante, propre, bien coordonnée, bien repassée, qui dit : « Je ne peux pas sortir de la maison si je n'ai pas l'impression d'être prête, absolument impeccable. Cela me prend du temps, des fois trop de temps. »

Tel autre semblant nous jeter à la figure sa superposition de T-shirts et de sweat-shirts sur un jean, qui s'accroche à ses déchirures et à ses accrocs, la chevelure savamment négligée, nous affirme : « Je suis comme je suis, moi ça me plaît comme ça, celui à qui cela plaît pas, il n'a qu'à pas me mater... »

## Oui le corps à l'adolescence

tend à être surinvesti tant sur le plan de la question esthétique que sur ce qu'il représente en tant qu'objet sexuel.

On a coutume de dire que l'avènement de la puberté met fin à cette notion de bisexualité psychique potentielle décrite par Freud pendant l'enfance du sujet. Le corps prend forme (vous souvenez-vous de cette question de nos aînés : « Et votre fille, est-ce qu'elle est formée ? »).

L'adolescent sous la pression de la maturation sexuelle de son corps doit choisir « un camp », un genre. Pour la plupart, ce choix ne pose aucun problème, si ce n'est la question de l'investissement potentiel de ce nouveau corps dans le registre de la séduction et son engagement dans des relations intimes. À ce titre, il n'est pas si rare que les premières approches péri-sexuelles s'opèrent entre jeunes du même sexe, sans que ces expériences n'indiquent quoi que ce soit du futur choix d'objet.



En revanche, il est deux ressentis d'intensité troublante qui méritent d'être évoqués concernant la sexualisation du corps à l'adolescence :

- Le premier, relativement rare, est celui d'une étrangeté qui se confirme et se renforce du fond de la grande enfance : celui de ne pas être du bon sexe, comme si la nature s'était trompée. Il s'agit d'un trouble de l'identité sexuelle ou dysphorie de genre qui peut, parfois, confiner au transsexualisme.
- Le second, beaucoup plus fréquent, est le sentiment du jeune de se sentir attiré physiquement, plus ou moins exclusivement par d'autres personnes du même sexe que lui.

Enfin, nous pouvons également mentionner, loin d'être à la marge, la tendance d'une revendication, de plus en plus fréquente chez les nouvelles générations, à la bisexualité (avec en filigrane les idées d'amour universel, de tolérance maximale et peut-être aussi un certain déni de ses véritables attirances...). Le corps devient le lieu du tout est possible.

## Considérons enfin, qu'à notre

époque, le corps de chacun est contraint par la prééminence de l'image et ce qu'elle véhicule comme injonctions subliminales de réussite, de bien-être physique et de recommandations hygiénistes. Actuellement, convenons qu'il nous faut, toutes générations confondues, être mince, sportif (entrepreneur, dynamique, plein de volonté) et jeune (selon le modèle « adolescent »). Nos adolescents sont particulièrement sensibles à ces messages sociétaux qu'ils associent étroitement aux canons de la séduction. Pensez, par exemple, à la tyrannie du « *thigh gap* » qui a fleuri récemment chez les jeunes filles. Le « *thigh gap* » est l'écart préservé entre les cuisses même lorsque, debout, les pieds se touchent et qui

est « la coquetterie » des mannequins, des anorexiques et des stars retouchées par Photoshop. Que de dégâts, que de troubles des conduites alimentaires découlent de cette « revendication esthétique ». Pour les jeunes hommes, l'injonction douce est à la musculation de façon à sculpter son corps (les biceps, les pectoraux, les abdominaux en tablette de chocolat). Les idoles d'aujourd'hui

(chanteurs, acteurs, joueurs de foot) n'échappent pas à ce formatage et en deviennent les chefs de file. La prééminence de la nature, la guerre, les travaux physiques imposaient au corps des jeunes gens naguère ce qu'ils se contraignent désormais à faire : soulever de la fonte, s'adonner à des exercices physiques sur un banc de musculation pour paraître (par-être) sur la plage.

Pour finir, sur une note plus sérieuse, il faut redire ce en quoi le corps est à l'adolescence l'écran, le révélateur de toutes les souffrances antérieures et actuelles vécues par le jeune. On pourrait parler parfois de corps martyrisé tant les attaques contre lui sont fréquentes chez certains adolescents souffrants. Par attaques, on entend tout ce qui marque, estampille ce corps, les blessures accidentelles itératives, les automutilations, brûlures de cigarettes, scarifications,

la multiplication des piercings et des tatouages jusqu'à l'attaque plus fondamentale de son corps que représentent à la fois les conduites à risque (poly-consommations, mises en danger physique, sexualité débridée) et les tentatives de se mettre à mort. N'oublions pas que c'est entre quatorze et vingt-quatre ans que le sujet tente le plus fréquemment à sa vie, illustration possible d'une question lancinante qu'il se pose, qu'il nous pose : « Suis-je capable de vivre comme je le souhaite, est-ce que je le mérite ? »



DR PATRICK GENVRESSE

Pédopsychiatre

Directeur médical de la Maison des adolescents du Calvados



DAVID LE BRETON, professeur de sociologie à l'université de Strasbourg, spécialiste des représentations et des mises en jeu du corps humain, est l'auteur de plusieurs ouvrages concernant les modifications corporelles :

*La peau et la trace. Sur les blessures de soi*, Éditions Métailié, Paris, 2003.  
*Signes d'identité. Tatouages, piercings et autres marques corporelles*, Éditions Métailié, Paris, 2002.  
*Le tatouage ou la signature de soi*, Casimiro livres, 2014.

## Sur le tatouage : des lectures qui éclairent

PAR DENISE DEMOULIÈRE  
Comité de Rédaction



**Le tatouage ou la signature de soi** est un petit livre (71 pages) dont l'écriture est claire et fluide. Après y avoir noté l'importance de la peau comme « instance de fabrication de soi » car « le sentiment de soi s'y enracine en tant que lieu de contact avec les autres et avec le monde », après avoir insisté sur le fait que « l'humanité n'existe pas à l'état sauvage, qu'elle est toujours immergée dans une culture, c'est-à-dire un univers de sens et de valeurs » et que par conséquent « il serait vain de chercher une origine aux multiples décorations corporelles car elles appartiennent à la condition humaine », David Le Breton s'interroge sur la signification des marques corporelles dans les sociétés traditionnelles d'abord et dans nos sociétés ensuite.

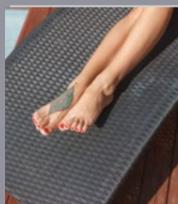
Il ressort de sa réflexion sur les études faites par divers anthropologues que les marques corporelles dans les sociétés traditionnelles traduisent le plus souvent l'appartenance à un groupe, à une communauté. Elles se rattachent à un « nous ». Elles sont liées à une vision collective, culturelle, religieuse.

Dans nos sociétés, « les modifications corporelles ont été longtemps mal vues, versées au compte de la sauvagerie ou de la lascivité, et combattues. » Aussi la culture dominante du tatouage, « jusque dans les années soixante, se donne-t-elle en opposition à la culture bourgeoise. » « Le tatouage est investi par les milieux sociaux en rupture. »

En lien avec les différents mouvements politiques et sociaux de la fin des années soixante, des années soixante-dix et quatre-vingts, les modifications corporelles « ont radicalement changé de statut et connaissent un engouement social grandissant. » Nos sociétés ont changé et « dans le monde contemporain, les signes flottent et perdent leur enracinement. Leur signification dépend de qui se les approprie », et

« chacun puise à son gré dans un grand vestiaire planétaire en bricolant une mise en scène de soi satisfaisante au moins pour un temps. » Ainsi des tatouages, qui sont devenus « affirmations d'une irréductible individualité. » Les divers témoignages présentés par David Le Breton montrent qu'ils procurent à ceux qui ont franchi le pas et affronté la douleur un puissant sentiment d'exister. Le tatouage est dès lors très souvent vécu comme un « bouclier contre les aléas du monde. »

Mais l'auteur conclut par une phrase qui remarque que cette situation n'est pas sans contradiction : « Le tatouage n'est pas une mode mais un fait de culture, il témoigne d'une appropriation ludique de soi, même s'il tend aussi à devenir un produit de consommation courante. »



ALEXANDRE LACROIX est directeur de la rédaction de *Philosophie Magazine*. Dans le numéro 81, été 2014, il signe un long et intéressant article intitulé « Le goût de l'irréversible », ainsi présenté :

« LE TATOUAGE AVAIT LA RÉPUTATION D'ÊTRE RÉSERVÉ AUX MARGINAUX. Désormais, c'est un phénomène de masse. Mais pourquoi se marque-t-on la peau ? Pour raconter ce que l'on est, pour inscrire sur son corps les événements et les passions de l'existence, expliquent tatoués et tatoués. Mais aussi, peut-être, pour conjurer la volatilité de nos engagements. »

En octobre 2017, *Le Canard enchaîné* ouvrait ses colonnes au *Manifeste des chimpanzés du futur*, qui épinglait le mouvement transhumaniste et un certain nombre d'éminentes personnalités qualifiées de « malfaiteurs de l'humanité », auteurs de propos sur l'homme « augmenté, implanté, amélioré, hybridé » ou de phrases péremptives comme celle-ci « ceux qui décideront de rester humains et refuseront de s'améliorer auront un sérieux handicap. »

## TRANSES SUR LE TRANSHUMANISME

PAR COLETTE BARROUX-CHABANOL  
Rédactrice en Chef de la Revue S.O.S Amitié



Saine colère car le transhumanisme continue d'avoir les faveurs des media au point qu'un débat s'est élevé récemment autour du thème « Faut-il avoir peur du transhumanisme ? »

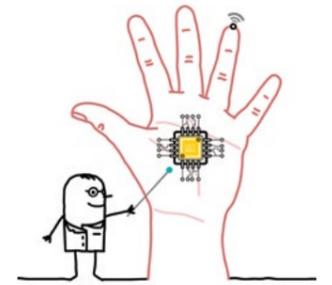
### Qu'est ce donc que le Transhumanisme ?

Un mouvement d'opinion qui considère que les sciences et les techniques vont réaliser toutes nos aspirations. Ainsi, nous n'aurions « pas d'autre choix que de faire cause commune avec la machine et de faire entrer les technologies dans notre anatomie », explique Jean-Michel Besnier, philosophe, auteur, entre autres, de *Les robots font-ils l'amour ?*

Né dans la Silicon Valley - devenue le temple du transhumanisme - le mouvement est puissant et affiche comme but de trouver les moyens pour augmenter les capacités de l'être humain (prothèses, remplacement permanent des organes usés) de façon à faire reculer la mort (?). Par exemple, un certain nombre de découvertes scientifiques (travaux sur les cellules souches somatiques) permettent d'imaginer un combat victorieux contre le vieillissement et « une espérance de vie illimitée ». L'arrivée de l'intelligence artificielle rendrait aussi obsolète l'intelligence biologique.

Au départ né de la volonté d'améliorer l'espèce humaine, et de supprimer le hasard, le transhumanisme est l'objet désormais d'un emballement scientifique, et d'importants moyens financiers sont alloués sans que soit posée la question éthique des conséquences, en termes d'humanité, de la création par exemple d'un cerveau artificiel qui échapperait à la mort. Des philosophes comme Catherine Malabou s'interrogent à juste titre sur les dérives de ce mouvement qui vise à promouvoir *l'homme augmenté*, dérives liées au développement des nouvelles technologies (Nanotechnologies, biotechnologies, informatique, sciences cognitives ou NBIC).

Réparer des corps amputés ou abîmés ? Certes, c'est louable. Mais reculer la venue de la mort à force de remplacer les organes défaillants ? Jusqu'où ?



Recommencer toujours n'est-ce pas ne commencer jamais ?

Pour les psychanalystes comme Cristina Lindenmeyer, « il faut craindre de tomber de l'innovation dans l'aliénation. » Elle dénonce « l'illusion moderne de la réparation permanente et de la transformation de l'homme en une sorte de Dieu. »

Actuellement, on peut à juste titre s'alarmer de l'amalgame entre pensée humaine et calcul informatique, puisqu'on confond facilement, aux dires du neuromathématicien Alessandro Sartì, « un processus informationnel abstrait d'optimisation algorithmique et un processus de constitution du sens propre au cerveau. »

Les transhumanistes et les chercheurs des NBIC annoncent « l'humain augmenté » avec une ambition déclarée : survivre à la mort du corps. Sans valider ces délires, on peut s'inquiéter de l'ampleur des moyens octroyés au plan européen et mondial, aux recherches et à la création d'un modèle computationnel du cerveau. Le projet *Human brain*, financé par la commission européenne (2013) est un exemple.

Si de nombreuses pathologies pourraient bénéficier avec bonheur des avancées de la science (AVC, Alzheimer, maladies dégénératives...), on peut avoir le vertige à l'idée de la construction d'un super ordinateur qui visualiserait les innombrables connexions neuronales de nos méninges. Heureusement, le chemin est long et semé d'embûches. Des chercheurs en sciences humaines, parmi lesquels Jean-Michel Besnier, condamnent l'analogie entre ordinateur et cerveau. Laissons la conclusion au philosophe et psychanalyste Miguel Benasayag,

« le cerveau ne pense pas, tout le corps pense. Le vivant est contextualisé, lié à une infinité de variables ; le vivant est singulier, imprévisible, indéterminé et n'a pas d'autre fin que lui-même. [...] Le projet transhumaniste est aujourd'hui un projet néolibéral et individualiste : la quête d'un corps parfait, sans souffrances, sans maladie qui permettrait de vivre mille ans, d'échapper à la mort, passe par la disparition des limites humaines, ce qui est inévitablement un projet de barbarie. »

# Cancer en sein ou la seinlitude au corps

PAR GANIA LITASMA

**Souhab a 50 ans.** Divorcée, elle a mené de front l'éducation de sa fille et son emploi, très prenant, d'assistante de direction. Il y a dix ans, elle entamait un protocole de chimiothérapie, seconde étape de sa bataille contre un cancer du sein. Chaque nouveau mois de janvier est un anniversaire de victoire. Il signifie aussi la résurgence d'une tristesse face au tsunami vécu dans sa chair.



rencontrer sans raconter pour ne pas cacher ? Comment se projeter dans une histoire quand les médecins vous souhaitent une « bonne rémission » sans jamais parler de guérison ? Souhab est devenue reine dans l'art de paraître. Mais comment faire pour être, tout simplement ?

Elle sort prendre l'air. Direction le parc. Il pleut, l'atmosphère est grise. Sans parapluie, elle sent les gouttes d'eau. Elle marche, sans penser à rien. Un couple la dépasse. Un homme seul la croise. Des enfants tombent de leur trottinette. Son regard est inexorablement attiré par les couples. « Quand partout on se sent étranger, quand nulle part on ne se trouve, il faut détruire les anciennes cases, et créer sa propre place. Être singulier, c'est une chance, pas une fatalité. » Cette phrase lue quelque part résonne en elle. Elle aimerait tant créer sa place. Avec d'autres, avec un autre. Elle n'a pas remarqué que la pluie s'était arrêtée et sursaute aux rayons du soleil qui la caressent. Elle lève la tête. La luminosité l'aveugle. Elle ferme les yeux et s'abandonne à la douce chaleur.

On est a priori estimé guéri au bout de vingt ans. Mais elle se dit qu'un jour, bien avant, c'est certain, la seinlitude fera place à la plénitude. Souhab n'a jamais lâché. Elle a tout fait pour épargner sa petite adolescente, devenue une jeune femme. Quand les protocoles lui ont fait mal, elle a eu la force d'en parler pour réajuster le tir. Elle n'a pas accepté l'universalité des soins. Son unicité se rappelait à elle dans le cheminement intense de la découverte de ses capacités à survivre pour mieux vivre. Elle se réconcilie au fur des années avec son corps. Elle y croit, un jour sûrement. Pour elle, sa fille, sa famille, ses amis, pour la vie.

## Seinlitude, quand tu nous tiens...

La seinlitude l'étreint au corps quand elle veut ouvrir son cœur. La seinlitude, elle ne l'a pas créée. Elle s'est imposée à elle quand la vie l'a meurtrie après l'ablation d'un sein, pour ne pas utiliser le terme technique approprié, mais si barbare, de mastectomie. La solitude d'un corps qui n'a plus qu'un seul sein. Souhab se surprend à sourire à ce mot qu'elle vient d'inventer. Un sourire triste, mélancolique, mais qui après dix ans s'esquisse avec douceur. La rancœur qui maintes fois l'a étreinte s'est presque éteinte. Souhab est un prénom d'origine arabe qui signifie « nuage ». Celui qui a traversé sa vie était un gros nuage, noir. Elle préfère plutôt parler de nuage que de cancer. Elle essaie de le repousser, avec force, avec faiblesse. Avec détermination, avec hésitation.

Bien qu'entourée, la solitude a souvent été sa compagne. La compagne de son âme, mais surtout de son corps. Dans la bataille, elle a perdu ce qu'on appelle un attribut féminin. Et l'a fait reconstruire. Mais cet ersatz de sein en silicone lui a fait mal. Un corps étranger qu'elle a dû faire enlever. Elle s'est entêtée

à vouloir redevenir femme. Un des plus grands chirurgiens, qu'elle surnomme le magicien, lui a modelé un nouveau sein, qui est devenu sien puisque sculpté à partir de son propre corps. Le magicien lui a bien parlé de la douleur. Mais elle a cru qu'elle y arriverait, comme elle est arrivée à surmonter la douleur des interventions et des traitements précédents. Entretemps, il y a la vie qu'elle a reprise. Le retour au bureau, la gestion du quotidien. Elle ne s'est pas rendu compte des traumatismes subis par son corps face aux assauts thérapeutiques. Très vite, elle s'est enlisée. Comme un 4x4 en plein désert. La tête fonctionnait, enfin semblait. Mais le corps a lâché.

## La solitude encore et toujours.

Sans compagnon de vie pour partager, l'épauler. Son entourage lui dit que le plus gros est passé, qu'elle peut reconstruire sa vie, rencontrer, aimer et être aimée. Que tout est dans la tête. *Bullshit!* Paroles que tout cela ! Comment rencontrer quand vous savez que les cicatrices qui vous traversent le corps sont comme une autoroute à travers champs, mémoire d'une histoire que vous aimeriez oublier ? Que seuls infirmières, oncologues et chirurgiens ont vu votre corps ? Comment

**Lorsqu'un enfant** vient au monde, on constate avec soulagement qu'il est parfaitement constitué. Mais il arrive qu'il naisse avec un handicap. Par ailleurs, différents événements de la vie créent des infirmités. Comment parvient-on à vivre avec un corps mutilé ? Quelques exemples tentent d'apporter des éléments de réponse.

PAR FRANÇOISE LEGOUIS  
Comité de Rédaction

**N**ous évoquerons d'abord deux cas généraux, pour nous intéresser ensuite aux cas particuliers de personnes connues, le plus souvent par les exploits qu'elles ont réalisés, tout en étant lourdement handicapées.

Dans la décennie 1950/1960 arrive sur le marché un médicament nouveau, destiné à favoriser l'endormissement et à réduire les nausées : la Thalidomide. Les essais en laboratoire n'ayant décelé aucun effet nocif sur les animaux, le médicament est prescrit aux humains, y compris aux femmes enceintes. Jusqu'à ce que l'on constate une augmentation significative de malformations sur les nouveau-nés, malformations portant sur les membres : doigts en plus ou en moins, absence d'une partie de membre. On évalue le nombre de cas à environ quinze mille dans le monde. On peut penser que, s'il y eut des atteintes plus graves, elles ont entraîné la mort prématurée du fœtus.

Mitrailés nuit et jour par leurs adversaires, les poilus des tranchées de la Première Guerre mondiale étaient blessés, rapatriés et soignés dans les hôpitaux à l'arrière du front. Parmi les blessures qui eurent les conséquences les plus lourdes, figurent les plaies au visage, si visibles et si destructrices qu'on inventa, pour ceux qui en étaient affligés, le terme de « gueules cassées ». Obligés de se cacher, tant ils se sentaient repoussants, ils se regroupèrent dans une association. C'est pour leur venir en aide que fut créée la Loterie nationale.

## Prenons maintenant quelques exemples de personnes handicapées qui se sont fait connaître par une réussite exceptionnelle.



# Mutilé.e.s Réapprendre à vivre

Dans le milieu du rap, Fabien Marsaud s'est taillé une place particulière. Son nom de scène – Grand corps malade – résume tout. Quelques jours avant son vingtième anniversaire, il plonge dans une piscine insuffisamment remplie, se fracture une vertèbre cervicale et devient complètement paralysé. Après une très longue rééducation, il retrouve une mobilité quasi normale et commence la carrière artistique que tout le monde connaît. Un autre cas exceptionnel de résilience dans le monde sportif est celui de Philippe Croizon. En 1994, il monte sur le toit de sa maison pour changer l'antenne de télévision. Une décharge de 20 000 volts le précipite sur le sol. L'atteinte est telle qu'il faut l'amputer des quatre membres. D'une volonté à toute épreuve, il se bat pour retrouver la plus grande autonomie possible. Il réapprend à marcher avec des prothèses, fait de la plongée sous-marine, saute en parachute et, exploit inégalé, le 18 septembre 2010, il traverse la Manche à la nage, en un peu plus de treize heures.

Une prouesse d'un autre type est celle de Jean-Dominique Bauby. Rédacteur en chef du magazine *Elle*, il est victime d'un accident vasculaire cérébral qui le plonge dans le coma. À son réveil, il est complètement paralysé, incapable du moindre mouvement, si ce n'est de bouger la paupière

gauche. C'est ce que les Anglais appellent le « locked-in syndrome », le syndrome de l'enfermement. Comment, dans cette situation, faire comprendre que ses facultés intellectuelles sont intactes ? Il y parvient et entreprend de donner son témoignage : ce sera un livre, *Le scaphandre et le papillon*. Chaque matin, il rédige dans sa tête quelques paragraphes qu'il dicte, lettre après lettre, à Claude Mendibil, envoyée par son éditeur, en utilisant un alphabet particulier, qui classe les lettres par ordre de fréquences décroissantes. Il décède en mars 1997, après avoir mené à bien son projet, qui semblait totalement utopiste.

Vincent Lambert survit dans un état végétatif après un accident de la route en 2008. Depuis, ses parents se battent sur tous les fronts pour le maintenir en vie, en conflit avec son épouse et l'un de ses neveux, qui souhaiteraient le laisser partir. Ils affirment qu'ils parviennent à communiquer avec lui, et se relaient à son chevet. Faut-il les admirer ou s'offusquer ? Nous nous garderons de prendre partie.

Ces quelques exemples montrent combien sont grandes les ressources humaines pour, non seulement continuer de vivre lorsque le corps est endommagé, mais réussir à s'épanouir. N'est-ce pas une bonne raison de se réjouir ?

# Quand on avance en âge...

**Chaque être humain** possède son propre corps, qui se développe au cours de l'enfance et l'adolescence, se fait souvent oublier pendant l'âge mûr, pour se manifester de plus en plus douloureusement quand s'installe la vieillesse. D'où ces constats, pas nécessairement tristes et déprimants, sur ce qu'il devient quand les années s'accumulent.

PAR FRANÇOISE LEGOUIS  
Comité de Rédaction



**D**ans *Au gré des jours*, son dernier ouvrage, Françoise Héritier écrit page 57: « savoir qu'on est en train de vivre son quatre-vingt-quatrième printemps, et s'étonner que cela fasse si peu de printemps, une vie qui est sur sa fin... » Elle que son corps a très tôt malmenée, au point de la contraindre, lors de sa dernière interview télévisée (*La grande librairie*) à apparaître dans un fauteuil roulant, et qui a gardé jusqu'à son dernier souffle sa lucidité et son ouverture d'esprit, a donc vécu de façon particulièrement prégnante la pesanteur du corps vieillissant. Tout en gardant le sourire. Pour tous ceux qui « se contentent » de vieillir « normalement », sans souffrir d'une de ces maladies qui s'installent à la maturité, l'évolution est si lente qu'elle est à peine perceptible. Même si Juliette Gréco prévient :

Mais toi ma petite tu marches tout droit  
Vers c'que tu vois pas  
Très sournois s'approchent  
La ride véloce  
La pesante graisse  
Le menton triplé  
Le muscle avachi  
...

Pourtant, lorsque l'on découvre en feuilletant un vieil album de photos que cette jolie petite fille potelée sautant à la corde est devenue la grand-mère fragile et presque impotente nous montrant avec une nostalgie tendre celle qu'elle fut jadis, on mesure d'un seul coup « des ans l'irréparable outrage ». Il arrive qu'une personne découvre soudain, sans y être préparée, l'image que d'autres peuvent avoir d'elle-même. « Soudain, je sursautai en me voyant [...] Je ne peux me décrire

autrement que comme une vieille tortue avançant en tâtonnant une tête perdue dans les plis épais de son cou », raconte avec humour Ghislaine de Sury dans son livre *Le goût de vieillir* (éditions de la Martinière). Découverte semblable quand on croise quelqu'un qu'on n'a pas vu depuis assez longtemps, et qu'on se dit, avec un vague sentiment de honte, « il a pris un bon coup de vieux ! » tout en osant à peine s'avouer « il doit penser la même chose de moi... »

Tout, dans la société occidentale actuelle, nous invite à faire le maximum pour garder un physique de jeune premier. À commencer par un corps svelte. Et on nous rebat les oreilles avec des régimes-miracles qui effacent en quelques semaines ces kilos disgracieux fort importuns. Et pourtant, la matière qui compose chaque être vivant se transforme avec le temps : les fleurs se fanent, et les animaux, qui eux aussi, vieillissent.

Avec les années, les silhouettes se modifient et l'on voit tout de suite qu'une personne est âgée, sans qu'il soit nécessaire de s'en approcher. Il est curieux de remarquer que ces évolutions diffèrent parfois selon le sexe. Les dos se voutent, que l'on soit homme ou femme... Il en va autrement pour la chevelure ! La calvitie, plus ou moins accentuée, est l'apanage des messieurs ; certains règlent le problème d'une couronne clairsemée et peu esthétique en se tondant radicalement le crâne. Ces cheveux deviennent le plus souvent gris quand ils ne sont pas totalement blancs, et madame les teint fréquemment dans l'espoir, peut-être, de rajeunir son physique de quelques années. C'est le corps dans son ensemble qui se transforme. La taille s'épaissit, les seins prennent du volume et perdent de la fermeté. La rondeur masculine s'affiche par un ventre proéminent sous lequel la ceinture glisse traitreusement. Les vieillards droits et secs ne sont pas légion !

Alors que naguère on sautait allègrement d'un pied sur l'autre, que l'on se mettait facilement à courir, on avance désormais



d'un pas prudent et mesuré. Si l'on reporte au maximum l'utilisation de la canne, malgré une démarche mal assurée, on n'hésite plus à tenir solidement les rampes des escaliers. Une chute pourrait avoir de graves conséquences ; les os sont devenus fragiles et se fracturent facilement. Pourrait-on marcher à nouveau ? Rien n'est moins sûr !

Intéressons-nous maintenant au visage. Bien entendu, la chirurgie esthétique a un bel avenir, tant elle tire la peau, efface les rides, gomme les cernes. Loué soit le génial inventeur du Botox ! Mais cela n'a qu'une durée limitée, sans négliger l'aspect financier, car toutes ces interventions coûtent, comme le dit l'expression populaire, la peau des fesses ! Alors on se résigne à garder ses rides, la peau flétrie, les pattes d'oie qui rayonnent au coin des yeux, les cernes qui se creusent, à voir l'arrondi de la mâchoire plisser, le cou perdre sa fermeté et sa finesse déliée. Du visage de ceux qui avaient reçu la beauté en héritage, on dit « c'était une très belle personne, cela se voit encore » ; ceux que l'on trouvait laids deviennent quelconques. Certes, le maquillage permet d'atténuer les offenses du temps, quand il reste discret. Car un rouge à lèvres trop vif, un trait charbonneux appuyé sur les paupières accentue cruellement le délabrement de la peau. S'il y a des révélateurs impitoyables de l'avancée en âge, ce sont bien les mains ! Pas de triche possible. Peau froissée, taches brunes disgracieuses, articulations épaissies, il n'y a rien à faire. Ces indiscrètes disent haut et fort que le temps a fait son œuvre.

En 1963 Jacques Brel chantait :  
Les vieux ne bougent plus,  
Leurs gestes ont trop de rides  
Leur monde est trop petit  
Du lit à la fenêtre, puis du lit au  
fauteuil, et puis du lit au lit.

Des maladies liées à l'âge font leur apparition ; elles ont pour noms arthrose, arthrite, rhumatismes, mais aussi celui, tant redouté, d'Alzheimer.

N'y aurait-il, quand le corps devient vieux et usé, que ces constats déprimants ? Nombreux sont les seniors qui se donnent les moyens de conserver au mieux leur forme physique : natation, gymnastique, danse, randonnée... Pour ce faire, les moyens ne manquent pas. Notons simplement deux exemples impressionnants. À cent-cinq ans, le cycliste Robert Marchand vient d'établir le record mondial de l'heure des plus de cent ans. Jeanne Calment, doyenne de l'humanité, a pratiqué très longtemps une activité sportive. Elle a commencé l'escrime à quatre-vingt-cinq ans, fait de la bicyclette jusqu'à cent ans, marché jusqu'à près de cent-quinze ans.

Même pour ceux qui ne sont pas exceptionnels, il y a tout de même de solides raisons de se réjouir. La voix garde longtemps ses qualités et sa musicalité. Une des plus belles preuves en est la longévité de Charles Aznavour et ses quatre-vingt-treize printemps, qui a programmé jusqu'en avril 2018 de nombreux concerts en France et à l'étranger. Le regard reste vif et rien n'interdit de continuer à sourire. Alors, tant que le cerveau fonctionne correctement, que la mémoire ne nous joue pas trop de tours – ah, ces noms propres que l'on a sur le bout de la langue et qui ne nous reviennent pas ! – le chemin à parcourir, bien qu'il se raccourcisse, offre encore de bien belles perspectives...



# Femmes... Le temps du silence est passé



l'égale d'un homme qui physiquement est plus fort qu'elle et se croit autorisé à user de cette force pour satisfaire ses pulsions.

**Le corps des femmes** est perçu comme faible et donc facile à soumettre. Les peuples en guerre le savent bien puisque les ennemis utilisent systématiquement le viol comme arme de guerre.

Nous l'avons déjà rappelé dans nos colonnes, les femmes circulent dans l'espace public dans l'intranquillité, notamment la nuit, adoptant des stratégies pour éviter les regards, l'isolement, l'obscurité. Elles sont toujours sur le qui-vive.

Aujourd'hui, fortes de leur nombre, les femmes « font corps » et crient leur « refus de consentir », refus que leur corps soit à la disposition des hommes. Comme le souligne Geneviève Fraisse (historienne et philosophe, auteure de *Du consentement*, Seuil, 2007), « l'affaire est politique car elle révèle l'immense difficulté des femmes à être égales et libres dans un monde d'hommes, dans le monde des hommes ». Elle poursuit, « les femmes commencent à dire qu'elles ne veulent plus avoir peur face à ceux qui se croient en terrain conquis, face aux tripotages, aux propos déplacés. C'est une dénonciation et une révolte. »

Le même combat est mené par Leila Slimani qui pose le problème du silence des femmes sur les violences qu'elles subissent dans la société marocaine. « Pour une femme marocaine, parler ou écrire est encore très subversif. » « Il faut, dit-elle, libérer les femmes de la honte (de la féminité supposée diabolique puisque la femme est un objet de tentation et de souillure, ndr). Cette honte est une modalité de l'aliénation et il faut faire entendre cette voix des femmes qui ne peuvent se satisfaire d'être des proies. »

C'est bien sur cette longue tradition de silence que se penche la philosophe Elsa Dorlin qui vient de publier *Se défendre* aux éditions de La Découverte. « Pourquoi représenter les femmes en éternelles victimes ? », s'insurge-t-elle. Les femmes peuvent aussi se défendre. Prenant l'exemple des mouvements d'autodéfense des peuples ou catégories opprimées (esclaves, amazones, population des ghettos, Black power...), Elsa Dorlin fait le lien entre tous les groupes sociaux stigmatisés ou persécutés. À leur instar, les femmes ne sont pas dépourvues de moyens pour faire cesser le harcèlement. Simplement il faut qu'elles y croient et qu'elles s'arment en refusant le paternalisme qui pose comme règle que les femmes sont violentables et ne peuvent se défendre sans protecteur. Elsa Dorlin incite les femmes à braver les tabous et à prendre en mains leur propre sauvegarde, « à apprendre par exemple les arts martiaux, la boxe, le ju-jitsu qui leur sera utile contre la police,

les maris, les pères, les patrons. » Contrairement à ce que l'on prétend, les femmes ne sont pas dépourvues de savoir-faire musculaire, psychique et vital et de la capacité à faire corps collectivement. L'autodéfense doit leur servir à rester en vie car c'est un ensemble de pratiques de groupes ou de personnes sans défense et confrontées à une menace de mise à mort.



PAR COLETTE BARROUX-CHABANOL  
Rédactrice en Chef de la Revue S.O.S Amitié

**A**ffaire Weinstein, Baupin, Tron, Bertin, épidémie de # *balance ton porc*... L'année 2017 a résonné des plaintes gardées longtemps sous le boisseau. Comme un raz-de-marée faisant sauter les digues de la soumission silencieuse et apeurée, la clameur s'est répandue, fracturant dans une secousse volcanique des mini sociétés bien installées sur les privilèges des hommes de pouvoir agissant en prédateurs auprès de femmes supposées à leur merci. Depuis des décennies (voire des siècles ?) dans les milieux du spectacle, de la politique, de la presse, de la médecine, du sport, partout où des hommes puissants ont pu faire céder des femmes (parfois des hommes) en situation de vulnérabilité, d'infériorité, il s'est produit des actes d'exploitation et de domination des corps, d'abus de leur faiblesse, de harcèlement, de chantage. Actes sur lesquels le silence s'est abattu comme une chappe de plomb avant qu'il ne se brise récemment, comme se déchirerait un rideau honteux révélant les ébats lubriques au cœur d'une alcôve secrète. Toutes ces voix libérées soudain viennent témoigner des violences subies dans la vie professionnelle ou privée par des femmes qui les ont endurées en silence, par peur ou par fatalisme, « c'est ainsi, on n'y peut rien. »

Si le # *balance ton porc* a pu apparaître, en certains cas, comme un outil de délation redoutable (comme toute les dénonciations anonymes), en revanche, il a fait trembler tous ceux qui ont profité de leur position hiérarchique pour exercer des pressions physiques, psychiques ou sexuelles sur des femmes, pour les agresser sans leur consentement. Le costume de la pseudo « galanterie » craque de toutes parts. Des comédiennes (Isabelle Adjani parle de « toute une profession vassalisée par ce pouvoir ») mais aussi des journalistes, des artistes, des infirmières, des gymnastes, des chercheuses, des élues ont été confrontées à des comportements violents sur leur corps, façon de rappeler que finalement une femme n'est jamais complètement

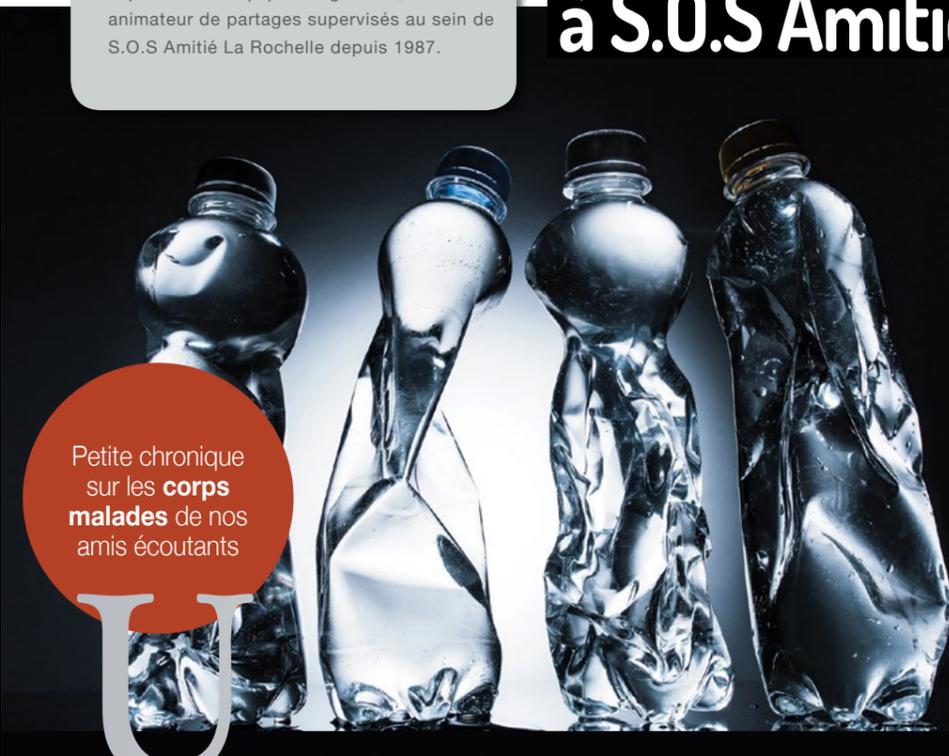
## La petite chronique de Michel

ou le regard décalé d'un psy de partage

PAR MICHEL MONTHAIL  
Psychologue clinicien, psychothérapeute, superviseur d'équipes soignantes, animateur de partages supervisés au sein de S.O.S Amitié La Rochelle depuis 1987.

## Corps réel, corps imaginaire, corps sain et corps malade

à S.O.S Amitié



Petite chronique sur les corps malades de nos amis écoutants

Un grand escalier séparait la rue du second étage où se trouvait notre poste. Plus d'une fois, les hautes marches avaient découragé des écoutants vieillissants ou des candidats handicapés bien qu'alertes. Le paradoxe était cocasse puisque d'autres, malentendants mais valides, étaient parvenus à « l'écoute ».

La chair des écoutants est d'une constante présence, au sein de ce grand corps associatif, membre d'un autre corps, social celui-là, plus vaste, dont a parlé le congrès de Besançon.

J'ai traité de quelques aspects de la présence « du » corps à l'écoute dans le livre *Sortir du silence* (2017). J'y développais les caractéristiques des corps de chaque protagoniste, appelant et écoutant, auxquels je propose d'ajouter ceux, virtuels et imaginaires, de l'avatar qui constituent l'avant-scène d'un plus vaste « des corps » : ce dispositif incarné qu'est l'écoute spécifique de S.O.S Amitié.

L'écouter y tient une place paradoxale de voyeur. Pourtant, il ne saisit pas la « réalité » du corps de l'autre mais l'entrevoit par ce qu'il « donne à voir » de lui-même dans son discours, puisque le dispositif (anonymat, confidentialité, non intervention) abolit la confrontation physique à l'autre et à son corps.

Chacun dans cette situation peut prétendre au corps qu'il désire : nul ne saura jamais si cet appelant qui se dit transsexuel opéré, l'est en effet ou s'il expose une figure de corps pour en jouer. L'autre « réel » n'est pas le corps qu'il donne à penser et mon propre corps échappe dans le regard de cet autre.

**Chaque corps est une image parlée, un corps énigme, imaginé, perçu,** dans un bruit, une parole, une évocation.

Le corps de l'appelant est forcément présent puisque c'est à travers celui-ci qu'il s'exprime, s'adresse à des parties sensorielles de l'écouter : les oreilles pour l'audition, la bouche pour la parole, le cerveau pour comprendre et répondre ; enfin sans doute les sentiments et les émotions de l'écouter.

Ce corps fragmenté, ou plutôt flottant, constitué d'éléments isolés mais rattachés ensemble, est une présence étrange pour l'écouter lui-même comme sans doute pour l'appelant.

Et pourtant, aujourd'hui, une autre « réalité » des corps me touche. Un corps compact, impératif, inévitable, trop réel.

Alors je songe aux corps limités, entravés de nos amis écoutants lorsqu'ils deviennent malades. Comment ne pas être concernés ? « Ce foutu corps qui vous échappe ! » dit Annette, jusqu'à infiltrer notre « penser » à l'écoute.

Je pense à un président du poste... Nous sûmes son cancer, la progression, les traitements. Quelques mots en partage évoquant son courage, puis sa fin prochaine. Enfin, l'annonce de son décès qui fit jaillir une émotion spontanée sur les messageries des bénévoles et des psychologues. Témoignages, pensées, souvenirs montraient les traces laissées dans les vies personnelles ou le parcours des écoutants formés et accueillis par lui.

Bien d'autres écoutants sont morts au fil des années. L'institution S.O.S Amitié a maintenant assez vieilli pour connaître les pertes. L'image de leur corps sur les photos affichées au grand panneau de la salle de réunion, est le rappel de leur passage dans l'équipe, des moments de vie du poste.

L'association est faite d'eux, disparus et présents, en-deçà de l'écoute. Je suis moi-même témoin de l'annonce de la maladie chez les écoutants. Parfois mineures, parfois graves, certaines imposent un retrait temporaire de l'écoute, « le temps des soins » ou jusqu'à ne plus se revoir.

Ce corps de l'écouter est un « corps écoutant » dans l'action au poste. Sa fatigue, ses limites, son dynamisme fixent les limites à travers la capacité à se décentrer d'une condition corporelle altérée par la fatigue, la maladie, l'âge, les handicaps.

Si nous parlons souvent des corps normaux, en bonne santé, si le modèle de l'écoute fait abstraction des états variables de notre corps, pour s'intéresser plutôt à notre psychisme, que l'on « contrôle » par la sélection initiale et façonne en formation continue... nous devons garder à l'esprit cette frontière du réel que nous portons tous en nous et qui module notre écoute.

Ma petite chronique voudrait faire mémoire de ces « corps » qui ont construit les postes, leurs vies, leur histoire... et leur dire merci.

**Albi**  
05 63 54 20 20  
BP 70 - 81002 Albi cedex

**Angers**  
02 41 86 98 98  
BP 72204  
49022 Angers cedex 2

**Annecy**  
04 50 27 70 70  
BP 360 - 74012 Annecy cedex

**Arras**  
03 21 71 01 71  
BP 50511 - 62008 Arras cedex

**Avignon**  
04 90 89 18 18  
BP 128  
84007 Avignon cedex 1

**Besançon**  
03 81 52 17 17  
BP1572  
25009 Besançon cedex

**Bordeaux**  
05 56 44 22 22  
BP 20002  
33030 Bordeaux cedex

**Brest**  
02 98 46 46 46  
BP 11218  
29212 Brest cedex 1

**Caen**  
02 31 44 89 89  
Maison des associations  
7 bis, rue Neuve Bourg  
l'abbé  
14000 Caen

**Charleville-Mézières**  
03 24 59 24 24  
BP 444 - 08098 Charleville-  
Mézières cedex

**Clermont-Ferrand**  
04 73 37 37 37  
Centre Jean Richepin,  
17 rue Jean Richepin  
63000 Clermont-Ferrand

**Dijon**  
03 80 67 15 15  
Maison des Associations BV8  
2 rue des Corroyeurs  
21068 Dijon cedex

**Grenoble**  
04 76 87 22 22  
BP 351  
38014 Grenoble cedex

**La Rochelle**  
05 46 45 23 23  
BP 40153  
17005 La Rochelle cedex 1

**Le Havre**  
02 35 21 55 11  
BP 1128  
76063 Le Havre cedex

**Le Mans**  
02 43 84 84 84  
BP 28013  
72008 Le Mans cedex 1

**Lille**  
03 20 55 77 77  
BP 10 - 59010 Lille cedex

**Limoges**  
05 55 79 25 25  
BP 11 - 87001 Limoges cedex

**Lyon Caluire**  
04 78 29 88 88

**Lyon Villeurbanne**  
04 78 85 33 33  
BP 11075  
69612 Villeurbanne cedex

**Marseille**  
04 91 76 10 10  
BP 194  
13268 Marseille cedex 8

**Metz**  
03 87 63 63 63  
BP 20352 - 57007 Metz cedex 1

**Montpellier**  
04 67 63 00 63  
BP 6040  
34030 Montpellier cedex 1

**Mulhouse**  
03 89 33 44 00  
BP 2116  
68060 Mulhouse cedex

**Nancy**  
03 83 35 35 35  
BP 212 - 54004 Nancy cedex

**Nantes**  
02 40 04 04 04  
BP 82228  
44022 Nantes cedex 1

**Nice**  
04 93 26 26 26  
BP 1421 - 06008 Nice cedex 1

**Perpignan**  
04 68 66 82 82  
BP 40456  
66004 Perpignan cedex 4

**Poitiers**  
05 49 45 71 71  
BP 21 - 86001 Poitiers cedex

**Reims**  
03 26 05 12 12  
Maison de la vie associative  
Boite 214/56  
122 bis rue du Barbâtre  
51100 Reims

**Rennes**  
02 99 59 71 71  
BP 70837 35008 Rennes cedex

**Roanne**  
04 77 68 55 55  
19 rue Benoît Malon  
42300 Roanne

**Rouen**  
02 35 03 20 20  
BP 1104  
76174 Rouen cedex 1

**St Étienne**  
04 77 74 52 52  
Maison des Associations,  
Casier 101  
4 rue André Malraux  
42000 St Étienne

**Strasbourg**  
03 88 22 33 33  
BP 125  
67028 Strasbourg cedex 1

**Toulon**  
04 94 62 62 62  
BP 2028  
83060 Toulon cedex

**Toulouse**  
05 61 80 80 80  
BP 31327  
31013 Toulouse cedex 6

**Tours**  
02 47 54 54 54  
BP 11604  
37016 Tours cedex 1

**Troyes**  
03 25 73 62 00  
BP 186  
10006 Troyes cedex

**S.O.S HELP**

**English speaking**

01 46 21 46 46

BP 43

92101 Boulogne-Billancourt cedex

**n° d'appel : 09 72 39 40 50**

**SIÈGE FÉDÉRAL**

33 RUE LINNÉ -75005 PARIS

**TÉL : 01 40 09 15 22**

**WWW.SOS-AMITIE.COM**

administration@sos-amitie.com

# S.O.S Amitié en FRANCE

**Nord Franche-Comté**

03 81 98 35 35  
Esp. Associatif - 1 rue du Château  
25200 Montbéliard

**Orléans**

02 38 62 22 22  
BP 5251  
45052 Orléans cedex 1

**Paris & Ile-de-France**

01 42 96 26 26  
Secrétariat 7 rue Heyrault  
92100 Boulogne-Billancourt  
cedex

**Pau**

05 59 02 02 52  
BP 555  
64012 Pau université cedex

**Pays d'Aix**

04 42 38 20 20  
BP 609  
13093 Aix-en-Provence cedex  
02

