

Culture et corps : les bodybuilders utilisateurs de stéroïdes anabolisants en situation

Pierre de Thier

DANS **DÉVIANCE ET SOCIÉTÉ** 2023/4 Vol. 47, PAGES 611 À 642
ÉDITIONS **MÉDECINE & HYGIÈNE**

ISSN 0378-7931

DOI 10.3917/ds.474.0611

Article disponible en ligne à l'adresse

<https://shs.cairn.info/revue-deviance-et-societe-2023-4-page-611?lang=fr>



CAIRN . INFO

Découvrir le sommaire de ce numéro, suivre la revue par email, s'abonner...
Scannez ce QR Code pour accéder à la page de ce numéro sur Cairn.info.



Distribution électronique Cairn.info pour Médecine & Hygiène.

Vous avez l'autorisation de reproduire cet article dans les limites des conditions d'utilisation de Cairn.info ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Détails et conditions sur [cairn.info/copyright](https://shs.cairn.info/copyright).

Sauf dispositions légales contraires, les usages numériques à des fins pédagogiques des présentes ressources sont soumises à l'autorisation de l'Éditeur ou, le cas échéant, de l'organisme de gestion collective habilité à cet effet. Il en est ainsi notamment en France avec le CFC qui est l'organisme agréé en la matière.

Culture et corps : les bodybuilders utilisateurs de stéroïdes anabolisants en situation

Pierre DE THIER

Université Libre de Bruxelles

De Thier P., 2023, Culture et corps : les bodybuilders utilisateurs de stéroïdes
anabolisants en situation, *Déviance et Société*, 47, 4, 611-642
doi: 10.3917/ds.474.0611

Dans le cadre de cette étude, nous nous sommes penché sur les pratiquants utilisateurs de stéroïdes anabolisants^[1] les plus investis dans la culture du bodybuilding^[2]. Nous avons problématisé le bodybuilding en étudiant le processus de co-construction entre le rapport au corps des bodybildeurs engagés durablement dans la pratique et la culture du bodybuilding. D'abord, nous exposons deux tendances que l'on trouve dans la littérature. Ensuite, nous présenterons notre posture théorique, influencée par la *cultural criminology* et la phénoménologie clinique, avant d'exposer notre méthodologie. Nous montrerons que les bodybildeurs sont prédisposés à un corps-usine et entretiennent un rapport de connaissance avec leur corps. Nous concluons sur la façon dont ce rapport au corps et la culture du bodybuilding se co-construisent. Enfin, nous plaiderons la nécessité, pour la criminologie, de s'emparer du corps comme nexus ouvrant un dialogue interdisciplinaire.

Deux gestes, un double mouvement

Notre étude se situe à l'intersection de deux gestes^[3] : l'un centrifuge, l'autre centripète. Le premier, réunissant des travaux de sociologie, explique le rapport au corps des bodybildeurs comme un effet de structures et le second, regroupant des travaux de psychologie et de psychologie sociale, démontre qu'il découle d'un fonctionnement interne. Le premier pose la question suivante : à quelles relations sociales peut-on rattacher le rapport au corps des bodybildeurs ? Le second, quant à lui, s'interroge sur le vécu intérieur auquel est rattachable ce rapport au corps.

Un geste centrifuge

Au sein du geste centrifuge, notons les travaux analysant le bodybuilding à l'aune du genre. Ils mériteraient d'être analysés en profondeur tant l'analyseur « genre » est un drapeau derrière lequel se cachent de nombreux fanions. Cette diversité entraîne

1 Dérivés hormonaux accroissant le potentiel d'hypertrophie du pratiquant.

2 Tout au long de l'article, nous utiliserons les anglicismes utilisés dans la culture du bodybuilding. Ces derniers sont omniprésents, car l'essor, économique et culturel, du bodybuilding s'est initié depuis les États-Unis d'Amérique (Forth, 2004).

3 Nous comprenons le terme « geste » comme un cheminement de pensée innervant, à travers des dispositifs de recherches, des phénomènes sociaux dans le but de les expliquer ou de les comprendre. Cette notion nous permet de réunir des travaux hétérogènes (par leurs cadres théoriques ou appareillages méthodologiques), mais qui présentent une manière commune d'appréhender le bodybuilding.

des regards divers sur le bodybuilding permettant de comprendre cette pratique comme un outil pour s'approcher des qualités promues par la masculinité hégémonique; comme un lieu de potentielle subversion de l'ordre de genre; comme une technologie permettant aux hommes transgenres d'incarner le genre désiré (Schippert, 2007; Bridges, 2009; Richardson, 2012; Baril, 2017). La littérature montre que, pour rendre intelligible la culture du bodybuilding, il est nécessaire de la mettre en relation avec le genre: le bodybuilding se colore à l'aune du genre. Cette mise en relation permet de comprendre le bodybuilding comme une culture ou une pratique qui n'est ni au-delà ni en deçà des axes de pouvoir, mais qui, tout en opérant un léger décalage, les véhicule.

D'autres travaux tentent de comprendre le bodybuilding comme un écho des structures sociales ou comme une résistance à celles-ci. La prise de stéroïdes refléterait l'inscription dans une société du risque (Monaghan, 2001). Le bodybuilding témoignerait d'une adhésion au capitalisme (Kinunnen, Vallet, 2018) ou encore agirait comme principe de distinction sur le marché du travail (Jarthon, 2018).

La modernité tardive est centrale dans ces études (Monaghan, 2001; Kinunnen, Vallet, 2018)^[4]: le bodybuilding est compris à l'aune des risques de la multiplication des images et de la contraction du temps et de l'espace induites par la modernité tardive. Nous y reviendrons. Pour l'instant, notons que ces savoirs permettent de resituer le bodybuilding dans un complexe de relations. Ce cadrage offre la possibilité d'en appréhender les codes pratiques et représentations comme non isolés. Cette culture est imbriquée dans des relations avec des ensembles qui la dépassent et c'est dans ces interactions que la culture du bodybuilding se définit et se positionne au sein de la/des société(s).

Les travaux référencés ci-dessus analysent la façon dont la culture du bodybuilding s'articule avec d'autres dimensions de la société. Cependant, ces travaux touchent leurs limites quand il s'agit d'analyser le rapport au corps des bodybildeurs. En effet, quand ces études en discutent, c'est pour l'exposer comme un *effet* de structures. Cela tient certainement à une tradition sociologique qui appréhende un phénomène social en le mettant en relation avec un autre phénomène social; on «explique le social par le social». Ce geste fondamental de la sociologie (Lahire, 2005) veut que l'on explique le comportement d'un individu en cherchant à l'extérieur, cela en fait un geste centrifuge. Cela distingue la sociologie des explications de phénomènes par l'intériorité comme le font les approches dominantes en psychologie.

4 Opposée au terme postmoderne qui renvoie à une rupture avec la modernité, la modernité tardive désigne ici l'exacerbation de la modernité sans rompre avec celle-ci (Ferrell *et al.*, 2008).

Un geste centripète

Le geste centripète explique le bodybuilding, le rapport au corps des bodybildeurs et la prise de stéroïdes par des caractéristiques internes à l'individu. Dans le cadre de cette catégorie de travaux, nous exposerons les études se penchant sur la dysmorphie musculaire (DM), les travaux étudiant la prise de stéroïdes à travers le désengagement moral, et l'étude de psychologie sociale de Klein (1993).

Une partie des études psychologiques portant sur la pratique du bodybuilding l'explique par une volonté de « prise de masse musculaire » qui serait sous-tendue par un dysfonctionnement psychologique : la DM » (Chaba *et al.*, 2018). Ce concept est défini comme « une préoccupation excessive par rapport à la prise de masse musculaire et à l'adoption de comportements alimentaires et d'exercices physiques associés à la recherche de prise de masse musculaire » (Chaba *et al.*, 2018, 67). Les auteurs ajoutent que les personnes atteintes de DM se perçoivent comme étant plus fines qu'elles ne le sont réellement (Chaba *et al.*, 2018.). Cette définition associe la DM aux troubles du comportement alimentaire (TCA). Ces études (Tod *et al.*, 2016; Chaba *et al.*, 2018; Badenes-Ribera *et al.* 2019) mettent en évidence la présence de dysfonctionnements psychologiques chez les bodybildeurs. Ces dysfonctionnements ayant le même « cœur pathologique » (Chaba *et al.*, 2018, 68) expliqueraient le mode de vie des bodybildeurs. L'utilisation des stéroïdes serait la conséquence de ce défaut de perception. Elles situent son cœur d'explications dans le (dys)fonctionnement des bodybildeurs et en proposent une lecture, catégorielle ou pathologique, en troisième personne^[5].

Au sein des études constituées par ce geste, une partie de la littérature cadre le « dopage » par une approche en termes de désengagement moral (Boardley, Grix, 2014). Ce cadrage explique l'usage de stéroïdes anabolisants par des comportements se déchargeant de la culpabilité entraînée par la transgression de la morale. Cette compréhension est issue de la *cognitive social theory* (Bandura, 1991). Ce modèle envisage les manières dont l'action est posée en fonction des normes sociales, subjectives et est répétée – ou pas – selon des stimuli précédant et suivant l'action.

La principale limite de ce courant est qu'il ne prend en compte ni la spécificité de la culture étudiée ni la relation que cette dernière entretient avec « la morale ». Celle-ci est souvent mise en avant comme un rapport entre

5 Par lecture en troisième personne, nous faisons allusion au fait que les études psychologiques et psychosociales que nous citons lisent le bodybuilding et les bodybildeurs en se mettant en position d'extériorité vis-à-vis de ceux-ci.

individus et société. La conception d'un champ de la morale qui n'est pas d'emblée en lutte et multiple (il existe des morales) ne rend pas compte du fait que le désengagement moral peut aussi être un engagement alternatif à la morale dominante. Plus avant, la culture du bodybuilding est considérée comme un support du comportement, ce qui empêche de la considérer dans une économie plus globale comprenant les relations que cette culture entretient avec les autres cultures, *a fortiori*, la culture hégémonique. Cela trouve partiellement son expression quand les pratiques sportives sont comparées en minimisant leurs différences ou ce qu'elles considèrent comme du dopage (Barkoukis *et al.*, 2015).

La réconciliation des deux gestes est l'une des propositions des études de psychologie sociale portant sur le bodybuilding. Pour ce type de savoir, nous nous référons à un seul auteur : Alan M. Klein (1993). Référence dans les études portant sur le bodybuilding, son ouvrage *Little Big Men* rend compte d'une ethnographie menée dans des salles de sport peuplées de bodybildeurs professionnels aux États-Unis. *Little Big Men* tente de comprendre la culture du bodybuilding en alliant une analyse des relations sociales à l'intérieur des salles de sport et à l'extérieur de celles-ci. Ces analyses combinent des apports de la sociologie interactionniste et structuraliste avec une psychologie d'inspiration tantôt freudienne, tantôt cognitivo-comportementaliste. À l'aide de ce cadrage théorique, Klein analyse le bodybuilding en ce qu'il constitue une rupture avec la société. Le bodybuilding prendrait sa source dans le sentiment d'insécurité des bodybildeurs. Wiegers résume l'approche de Klein de la manière suivante : « [Klein] décrit les bodybildeurs comme manquant de confiance en eux et engagés dans une quête futile d'une image hypermasculine du corps »^[6] (Wiegers, 1998, 147, notre traduction). Pour les sujets qui nous intéressent, Klein explique la construction du corps hypertrophié par des traits psychologiques exacerbés par un contexte socioculturel. Ce faisant, il fige partiellement la culture du bodybuilding : elle aurait un noyau dur qui n'est pas expliqué par les relations interculturelles, mais par la réunion d'acteurs partageant les mêmes traits psychologiques.

Double mouvement

Nous avons résumé deux lectures divergentes du bodybuilding. Nous pensons que nous pouvons tirer le meilleur de ces deux gestes en adoptant un cadre théorique s'apparentant à un double mouvement que nous développerons en trois temps. Le

6 « describes bodybuilding men as being neurotically insecure and engaged in a futile search for a hypermasculine body image ».

premier enraciné dans les *cultural studies* et la *cultural criminology*, le deuxième enraciné dans le concept d'habitus, et le troisième exposant l'usage que nous ferons de la phénoménologie clinique.

Les *cultural studies* se penchent sur différentes cultures dominées et leurs relations hégémoniques avec la culture dominante. Ce courant postule que les cultures sont des espaces de sens occupés par des groupes et des individus (Ferrell *et al.*, 2008). Les sous-cultures sont constituées de pratiques signifiantes qui dévoilent leurs significations si on les replace dans leur contexte historique et qu'on les met en relation avec ce qui code la sous-culture et la culture hégémonique (Hebdige, 1991). Le concept d'hégémonie est fondamental dans les *cultural studies* et peut se définir comme le « processus par lequel des groupes sociaux obtiennent le consentement d'autres groupes » (Lussier, 2017, 1). L'hégémonie est la relation entre les groupes dominants et les groupes dominés : elle n'existe pas *per se*. De ce fait, elle est instable et dépendante du contexte historique et des moyens utilisés pour la maintenir (Hall, 2021).

Il s'ensuit que les *cultural studies* avancent que la société est structurée par des relations de pouvoir. Celles-ci sont le fruit d'une co-construction entre interactions et structures sociales (Hall, 1980). Les *cultural studies* laissent une place pour l'agentivité des acteurs : les interactions ne sont pas sous le joug d'une hégémonie, mais participent à la reproduction, à la démolition, ou au déplacement d'une relation hégémonique. Cette attention à l'agentivité mène ce courant à se pencher sur la façon dont les acteurs perçoivent le monde, sur la façon dont ils perçoivent et refaçonnent les structures sociales. Il s'ensuit que la dernière-née des *cultural studies*, la *cultural criminology*, affirme que le psychique est construit par et à travers des situations (Ferrell *et al.*, 2008).

Nous pensons ce passage entre intériorité psychique et structures sociales à travers le concept bourdieusien d'habitus défini comme « les dispositions acquises, les manières durables d'être ou de faire qui s'incarnent dans des corps » (Bourdieu, 2002, 29). Il s'ensuit que l'intériorité psychique est l'intériorisation d'un positionnement dans l'espace social. À la suite de Bourdieu (1980), nous comprenons l'habitus comme principe générateur de vécus sans pour autant que ces derniers entretiennent une homologie stricte avec les structures sociales. Lahire (2016) prolonge la théorie de l'habitus, soulignant que ce dernier est formé à travers les différents groupes sociaux dans lesquels nous avons été socialisés. Les habitus sont donc résolument hétérogènes et, dans une certaine mesure, mouvants. L'habitus, compris comme un principe hétérogène générateur de vécus, permet une ouverture à l'expression subjective, en situation (Lahire, 2016), des acteurs. Nous comprenons cette expression à l'aune des outils de la phénoménologie clinique.

La phénoménologie clinique part du principe que le psychisme se construit en situation (Englebert, 2013). Cela signifie que l'être-au-monde de l'individu est autant modelé par les contraintes de son environnement que par la façon dont l'individu joue avec les contraintes auxquelles il est soumis. Il en découle que la phénoménologie clinique porte une attention certaine aux situations sociales et à la façon dont celles-ci favorisent un fonctionnement. De plus, elle propose une compréhension fine des rapports au corps (Englebert, 2013; voir *infra*). Enfin, elle prône une perspective en première personne. Nous soutenons qu'une lecture en première personne permet de se rapprocher d'une compréhension de l'expérience subjective des bodybildeurs permettant d'éviter un écueil pathologisant.

Par cette approche, nous cernons un double mouvement décrivant *un rapport au corps façonné par la culture du bodybuilding et une culture du bodybuilding façonnée par un rapport au corps*. Ce double mouvement est forgé, *primo*, à partir d'un cadre cernant la culture du bodybuilding comme située dans un contexte socioculturel et en relation avec la culture hégémonique; *secundo*, depuis le concept d'habitus pour comprendre l'incorporation, par les bodybildeurs, de la culture du bodybuilding; *tertio*, depuis les outils de la phénoménologie clinique permettant de saisir l'habitus comme aussi construit en situation. Ce cadre nous permet de saisir un rapport au corps sans le réduire à un rapport idiotique ou à un effet.

Méthodologie

Nous résumerons notre méthodologie en trois points. Nous commencerons par exposer notre position sociale. Ensuite, nous discuterons des techniques mises en place pour la récolte des données. Enfin, nous exposerons l'éthique qui a guidé notre étude.

Position

Exposer ma position^[7] vis-à-vis de mon sujet de recherche est éclairant pour comprendre comment j'ai pu accéder à un terrain difficile et comment j'ai fait l'expérience de choses que mes interviewés ont pu me narrer. J'analyserai les points qui me semblent essentiels pour comprendre le rapport que j'entretiens avec

7 Pour témoigner de notre implication dans la pratique, nous avons décidé d'adopter la première personne durant le sous-titre « *Position* ».

le bodybuilding. Je terminerai cette section sur un parallèle entre mon expérience et celle de Wacquant (2011).

D'abord, je suis bodybildeur. Après des années de pratique, je parle, je marche et vis dans le monde du bodybuilding. Je ne pense pas saisir l'ensemble de ses rouages, mais l'intériorisation de cet habitus s'est révélée d'une grande aide durant mes recherches. Les situations où mon appartenance à la sous-culture m'a permis d'initier un dialogue ont été nombreuses. « [Regard portant sur mes épaules], mais, toi tu es quelqu'un de sérieux » : cette phrase est celle d'un bodybildeur refusant d'interagir avec les médias qui vont dire que le bodybuilding est « un sport de cons » (Carnet de terrain). Ces situations m'ont permis d'osciller plus facilement entre la position d'intervieweur et celle de simple interlocuteur.

Ensuite, mon expérience avec les traitements hormonaux et les injections m'a permis d'aborder le sujet des stéroïdes sans trouver porte close, car les pratiquants partageaient du principe que « je profite un peu quand même » (Carnet de terrain) de mon traitement ou que celui-ci me donne des avantages en termes de prise musculaire. Pour ceux-là, je rentre alors dans la catégorie des « non-naturels » et la discussion à propos des prises de stéroïdes est plus facile. Pour d'autres, l'explication de ma pathologie est une source de curiosité qui peut entraîner des conseils sur ce que je devrais choisir comme traitement.

Enfin, l'engagement « corps et âme » (Wacquant, 2011) dans la pratique est aussi synonyme d'un investissement émotionnel dans mon objet. Ce n'est pas par amour de la recherche ou de la rigueur que je me rends tous les jours sur mon terrain, c'est par amour de la discipline. La pratique permet un regard plus fin et lui accorde une légitimité (Naudier, Simonet, 2011), mais comporte également le risque d'être aveuglé par la passion.

Je pense que l'immersion dans le monde du bodybuilding, l'inscription de sa pratique dans ma chair, m'ont permis d'effectuer ce que Wacquant (2011) appelle une « double rupture ». La première avec le sens commun qui représente le bodybuilding comme un quasi-sport de personnes passionnées par elles-mêmes et un peu bêtes. La seconde avec le savoir produit sur le bodybuilding. Ce savoir est souvent produit en troisième personne et comprend le rapport au corps des bodybildeurs comme une dysmorphie ou comme l'expression d'une hypermasculinité. L'incompatibilité partielle entre ces compréhensions et ce que j'observe me permet de proposer un savoir du bodybuilding émanant de l'intérieur de cette culture.

Terrains

Nous avons décidé de monter un dispositif de récolte de données qualitatives afin de cerner la culture du bodybuilding et le rapport au corps de ses membres. Ce dispositif est composé de trois méthodes, toutes mises en œuvre entre 2019 et 2022.

- 1) La participation observante dans les salles de sport (2019-2021).
- 2) L'entretien semi-directif avec des bodybildeurs (2019-2022).
- 3) L'observation sur le net (2020-2021). L'accord des participants à l'étude a été formalisé sur le net et pour les entretiens. Dans les salles, nous nous sommes annoncé aux habitués ainsi que, dans les petites salles, aux propriétaires.

Afin de mener à bien notre récolte, nous avons sélectionné sept salles de sport, toutes situées à Bruxelles. Les quatre premières ont été retenues pour des raisons de proximité et de familiarité (nous connaissions les lieux et les personnes nous connaissaient). La sélection de ces salles dans la même zone géographique a permis de voir plus fréquemment certains adhérents, fréquentant plusieurs salles d'une même chaîne. Les trois dernières salles ont été ajoutées au terrain à la suite des entretiens avec des bodybildeurs et des recherches sur les forums de bodybuilding. Ces données nous ont permis de nous rendre dans des salles « underground » où certains s'entraînent à l'abri des regards.

Dans les sept salles, nous avons entrepris de faire de la participation observante. L'inversion de l'expression classique « observation participante » est ici utilisée pour mettre en avant que notre position dans la salle de sport était d'abord celle d'un bodybildeur amateur s'entraînant. Les données que nous avons consignées portent sur de simples discussions à propos des corps, des stéroïdes, de la diète, de l'entraînement, des difficultés que les bodybildeurs rencontrent avec le monde en dehors de la salle et au sujet de leurs (dé)placements. Nous étions présent sur le terrain tous les jours^[8], pendant au minimum deux heures, d'octobre 2019 à février 2022, mis à part trois semaines en août.

À cela s'ajoutent les entretiens que nous avons eus avec les bodybildeurs. Afin de cerner au mieux le fonctionnement de la culture du bodybuilding, nous avons aussi passé des entretiens avec deux juges de bodybuilding^[9], une personne promouvant le bodybuilding sur les réseaux sociaux et trois gérants de salles de sport. Nous considérons ces

- 8 Hormis les périodes de fermeture de salles à cause des mesures sanitaires mises en place à la suite de la pandémie de COVID-19.
- 9 Ces acteurs sont certifiés par des fédérations de bodybuilding et sont ceux qui

évaluent les physiques durant les compétitions de bodybuilding. Les juges donnent des notes qui, agrégées, définissent le vainqueur.

entretiens comme exploratoires. Ils ne constituent pas la base de notre analyse, mais apportent des éléments complétant certaines informations. Pour ce qui est des entretiens avec les bodybailleurs, ils sont au nombre de seize (huit hommes et huit femmes). Tous prennent des substances anabolisantes.

Les bodybailleurs interrogés sont engagés dans le bodybuilding de façon variable. Du plus débutant (deux ans) au plus chevronné (trente-trois ans), ils s'entraînent au minimum six fois par semaine et au maximum deux fois par jour, sept jours sur sept. Douze exercent, à côté d'une activité principale, le métier de coach sportif. Excepté un diplômé en sciences de la nature, l'ensemble des répondants n'a pas de formation supérieure.

Le guide d'entretien était structuré autour de cinq dimensions : rapport à la pratique du bodybuilding ; construction des savoirs émiques ; interactions avec l'entourage hors bodybailleurs (famille, amis, etc.) ; rapport au corps ; stéroïdes anabolisants. Les entretiens se sont déroulés soit en alternant messages et appels, soit face à face. Les échanges par messages ont été un passage obligé pour certains qui sont aussi représentants de laboratoires illégaux de stéroïdes et ne voulaient pas que l'on enregistre leurs voix.

Enfin, entre 2019 et 2021, pour récolter des données, nous nous sommes tourné vers des forums spécialisés sur le bodybuilding et les stéroïdes anabolisants. Notre méthode a consisté dans le suivi de sept journaux de bord d'internautes. Un journal de bord est animé par une personne qui détaille son programme, sa cure, sa diète et, au fil des jours, fait des publications sur ses ressentis, ses évolutions. Les autres internautes sont libres de suivre le journal et de le commenter. Avec l'accord des modérateurs des forums, nous nous sommes annoncé sur les plateformes par un post expliquant la démarche de notre recherche.

Éthique

Nous avons été confronté à un enjeu éthique quant à la restitution des données récoltées auprès de bodybailleurs usant de stéroïdes. Cet usage étant illégal, la question de l'anonymat s'est imposée, question d'autant plus brûlante quand il s'agissait des femmes. En effet, si les hommes volumineux sont en nombre suffisant pour qu'une anonymisation « classique » suffise, il en est autrement pour les femmes hypermusclées. Celles-ci, reconnaissables par leur physique, le sont d'autant plus que leur nombre est restreint sur la scène du bodybuilding féminin belge. Face à ce problème, nous avons décidé, en plus de l'anonymisation, de brouiller les pistes en omettant/

modifiant certains détails dans les discours de nos interviewées. Enfin, les données récoltées ont été détruites (destruction des fichiers audios et de certaines retranscriptions intégrales) ou mises sous scellés.

Le régime de production des corps

Le premier mouvement que nous décrivons se trouve dans la manière dont les dispositions d'un régime de production des corps mènent à une relation à un corps-usine. Dans ce cas, c'est la culture du bodybuilding qui est incarnée dans un habitus physique.

Commençons par une anecdote. Lors d'une interview, nous demandons à notre interlocuteur de nous parler de la première fois qu'il s'est injecté un stéroïde anabolisant. Il nous répond : « [c'est comme] piquer dans un steak » (Extrait d'entretien, Connor). Bien que cela ne soit pas le cas pour tous les interviewés, cette phrase est pour nous paradigmatique. En effet, au cours de nos entretiens, une sémantique « machinique » n'a cessé de revenir. La diète, c'est « du fuel », l'utilisation des stéroïdes doit s'adapter à la génétique du pratiquant, car « on ne met pas de la nitro dans une 206 » (Carnet de terrain). La phrase ci-dessus est paradigmatique tant elle renvoie à une valorisation du corps comme une usine dont les machines sont des « steaks » qu'il s'agit de nourrir avec précision pour en optimiser le rendement.

Cette optimisation est l'objet d'un régime de production des corps. Partant du dictionnaire (Le petit Robert, 1990), nous définissons le régime comme « le système de normes et de valeurs d'une culture qui organise la production des corps ». Un régime partage un caractère relationnel à une culture et est donc à la fois particulier à celle-ci et en relation avec d'autres régimes. C'est par et à travers les relations entre les régimes de production des corps que ceux-ci se définissent. Dans le cadre de cet article, nous défendons une définition du bodybuilding en termes de régime de production des corps, définition plus opérante qu'une définition téléologique qui mettrait l'accent sur un idéal, une finalité esthétique, obscurcissant les dispositions nécessaires à l'accomplissement des finalités.

Le régime de production des corps du bodybuilding s'incarne durablement dans trois dispositions : une approche technique du corps, un style de vie ascétique, ainsi qu'une approche singulière et individuelle du corps. Nous montrerons comment le corps-usine du bodybildeur naît de la tension apparente entre les deux premières dispositions et la troisième.

Une approche technique du corps

Le régime de production des corps de la culture du bodybuilding se manifeste d'abord par la rationalisation et l'omniprésence de la conversion en chiffres de tous les aspects de la prise de muscle. Nous en dénombrons quatre – l'entraînement, la diète, les stéroïdes et la récupération – qui sont découpés et quantifiés.

L'entraînement est découpé en jours, et chaque jour correspond au(x) groupe(s) musculaire(s) travaillé(s). Une séance d'entraînement est découpée en exercices. Ces exercices sont mis dans un ordre déterminé (selon les priorités du pratiquant ou selon que l'exercice mobilise une ou plusieurs articulations). Chacun des exercices est découpé en séries. Chaque série contient un nombre de répétitions. Chaque répétition peut être à son tour découpée en tempos (c'est-à-dire en fixant le temps en secondes pour chaque phase d'un mouvement, par exemple, la montée doit durer deux secondes et la descente quatre). Enfin, le pratiquant observe un temps de repos prédéterminé entre chaque série de chaque exercice.

Le *fuel* permettant de soutenir les entraînements est apporté par la diète. Les diètes sont définies par les besoins caloriques et les objectifs du pratiquant. Une fois cela établi, le pratiquant fixe son total calorique quotidien. Ce total calorique est partagé en macronutriments (lipides, protéines et glucides) qui sont répartis sur les repas de la journée. Cette répartition est pensée en fonction du moment de chaque repas dans la journée (par exemple, une répartition des glucides autour de l'entraînement). À cela s'ajoute une attention aux micronutriments (vitamines, minéraux et acides aminés).

Le troisième aspect est la prise de stéroïdes anabolisants (appelée « cure »). Les cures sont pensées en fonction du niveau du pratiquant, de son expérience avec les stéroïdes et de ses antécédents médicaux. Une fois cela pris en compte, une cure se présente sous la forme d'un *stack*, qui désigne la combinaison de produits que le pratiquant souhaite prendre. La cure est répartie sur plusieurs semaines (généralement douze). Chacune des semaines est détaillée en termes de type et de dosage du *stack* et de timing des injections ou des prises orales.

Enfin, nous avons la récupération. Nous avons déjà signalé le temps de repos entre chaque série. Notons que la répartition des séances est conçue pour laisser au repos les groupes musculaires travaillés la veille. Quant au temps de récupération d'une séance globale, il est calculé en fonction de l'intensité de celle-ci. Par ailleurs, la récupération est aussi pensée dans la construction de la diète : la quantité de macro/

micronutriments est celle qui est nécessaire pour que les muscles « se réparent » et s'acclimatent au stress imposé par l'entraînement afin qu'ils grossissent. Elle intervient aussi dans la cure : il s'agit de permettre au corps de récupérer entre les cures. Cela est fait afin de ne pas surmener les organes vitaux et de relancer le système hormonal.

Découplés pour des raisons de clarté, ces quatre aspects de l'approche technique sont enchevêtrés et pensés dans leur interdépendance. Ce que nous avons tenté de décrire est bien une approche de l'hypertrophie dans un effort de rationalisation et de conversion d'impensés en variables quantitatives. Nous soutenons que cela participe d'une forme de technicisation du corps.

La technique, ou *technè*, se définit dans la philosophie aristotélicienne comme « la configuration de principes, ou méthode rationnelle, impliqués dans la production d'un objet ou l'accomplissement d'une fin ; le savoir de ces principes ou méthode » (Runes, 1942, 314, notre traduction)¹⁰. Une approche technique du corps est l'application de principes épistémiques (le savoir des bodybailleurs) dans l'objectif de produire un corps musclé. Ces principes rationnels se traduisent par la conversion du corps en parties et par une méthode quantifiant les aspects de la vie.

Cette rationalisation, constatée par d'autres (Monaghan, 2001 ; Vallet, 2016), permet l'instrumentalisation des activités quotidiennes dans un but de production d'un corps hypertrophié. Avec cela vient se combiner la quantification de l'ensemble des activités des bodybailleurs. Ce rapport aux nombres est, pour nous, inséparable de l'extrême division des activités. Nous pensons que ces éléments sont liés, car ils sous-tendent l'approche technique du corps : la rationalisation et la quantification des activités sont les principes de la configuration de la *technè*.

L'approche technique du corps est fondamentale en ce qu'elle rend possible une économie de l'hypertrophie. La division des processus de production du corps et la conversion de chacun d'eux en chiffres permettent au bodybailleur de suivre une loi économique qui, par la fixation de l'offre (ce que le bodybailleur apporte à son corps), amène celui-ci à satisfaire la demande (ses objectifs). La nécessité de répondre le plus adéquatement à la demande nécessite un contrôle absolu des processus de production. Ce modèle se rapproche de la vision néolibérale, réduisant les comportements des individus aux lois du marché (Foucault, 2004). Nous soutenons que l'apparente étrangeté du rapport

10 « the set of principles, or rational method, involved in the production of an object or the accomplishment of an end ; the knowledge of such principles or method ».

à la quantification est une incorporation exacerbée d'un principe néolibéral et d'une rationalisation croissante des activités humaines. Foucault (2004) montre qu'un des principes de la reformulation de l'*homo economicus* par les néolibéraux est, d'une part, la conversion des activités en chiffres et, d'autre part, le découpage rationnel de ses activités, comprises comme des investissements en soi. Les bodybailleurs mettent en œuvre, au sein de leur culture, un principe néolibéral de technicisation de la vie.

Un style de vie ascétique

La deuxième disposition relève de la mise en œuvre de la première qui nécessite un style de vie ascétique. Certains auteurs ont déjà évoqué cette image ou ce concept pour décrire la discipline des bodybailleurs (Monaghan, 2001 ; Schippert, 2007 ; Richardson, 2012). Pour le moment, nous nous contentons de prendre la définition du Robert (1990) de l'ascétisme : « Vie austère, frugale, rigoriste ».

Ce style de vie se manifeste dans l'organisation que les pratiquants mettent en œuvre pour pouvoir s'entraîner. En effet, nous avons montré que l'entraînement est étalé sur un nombre de jours. Il s'agit de n'en rater aucun car cela signifierait perdre le tempo et perdre de potentiels gains. Dès lors, du temps doit être aménagé pour pouvoir s'entraîner.

Entraînement jambes, nuit du 17 avril au 18 avril 2019. J'ai revu Amine. Il m'a dit qu'il ne pouvait plus s'entraîner le jour, car il a pris un second job et finit son second shift dans les alentours de 23 h. Il ajoute qu'il « doit bien faire le taf à un moment ». (Carnet de terrain, nous soulignons)

Ces aménagements sont des constantes dans la vie des bodybailleurs. Car, ainsi qu'ils aiment le rappeler : ils ne vivent pas du bodybuilding. Alors, ils jonglent entre les obligations professionnelles, les obligations de l'entourage et l'obligation de s'entraîner. Cela les oblige parfois à faire des sacrifices pour pouvoir s'entraîner : « Quand les gens me demandent si je sors ou quoi [pause] bah non, je vais pas boire un verre...je m'entraîne ! » (Extrait d'entretien, Will).

La diète est un aspect qui demande énormément de rigueur. En effet, nous avons montré qu'une diète est affaire de calcul et de timing. Ce calcul commence sur la balance alimentaire : chaque aliment doit être pesé afin de pouvoir le convertir en calories et les calories en

macronutriments. Afin de maîtriser ses apports, le bodybildeur se livre à des préparations de repas pour la semaine ou la journée. Cela demande de prévoir ses déplacements, d'organiser son horaire en fonction des exigences de la diète, par exemple en « [profitant] des pauses au travail pour manger » (Extrait d'entretien, Connor). La diète demande une discipline de tous les instants qui se ressent d'autant plus quand le bodybildeur est en période de sèche^[11]. Contrairement à ce qu'ont pu écrire Kinunnen et Vallet (2018), nous observons que, même en dehors des périodes de sèche, les pratiquants gardent leurs habitudes alimentaires. Que ce soient les périodes post-compétitions (qui sont des moments de relâche) ou qu'il s'agisse des écarts alimentaires chez les amateurs, les apparentes pertes de contrôle sont contrôlées et compensées.

Cet ascétisme touche également à la prise de substances anabolisantes. Notamment dans le rapport à autrui. Outre la rigueur nécessaire pour faire une cure, les bodybildeurs mettent souvent en avant que le problème c'est les autres. L'entourage est à prendre en compte, un interviewé qui prenait des substances à l'insu de ses proches nous répond : « [je me] lève à 6 h je me fais mon injection de GH 2UI, je suis pas à un gros dosage et ma TRT [*testosterone replacement therapy*] est actuellement un mélange testo P et Masteron P ; ensuite je m'habille et je m'occupe des enfants » (Extrait d'entretien, Connor). Dans la culture du bodybuilding, les stéroïdes sont considérés par les pratiquants « naturels » comme de la triche, un moyen de prendre un raccourci pour obtenir un corps musclé. Ce qui est démenti par les bodybildeurs que nous avons interviewés. Du point de vue de ces derniers, les stéroïdes sont des substances permettant d'aller « au-delà de ses limites » ; « si tu t'entraînes pas et que tu manges comme une merde, stéro ou pas stéro : tu ressembleras à une merde ! » (Extraits d'entretiens, Will puis Connor). Ce dernier extrait montre que les bodybildeurs s'appuient sur leur style de vie ascétique pour légitimer et neutraliser la prise de stéroïdes anabolisants.

Nous remarquons ici des similarités avec les travaux de Monaghan (2001 ; 2012) dans la façon dont ils tiennent à distance la dangerosité potentielle à l'aide de techniques de neutralisation. Ce concept défini par Sykes et Matza (1957) pointe que la logique sous-tendant les justifications des délinquants leur permettent de s'engager dans des actions transgressives tout en gardant à distance les jugements moraux.

Monaghan (2012) note deux types de techniques de neutralisation adoptées par des bodybildeurs quand il s'agit de justifier la prise de stéroïdes

11 Période durant laquelle les compétiteurs tentent de perdre un maximum de gras, d'eau et de conserver un maximum de muscles.

anabolisants. La première est celle de la *condemnation of condemners*, soit une technique qui «retourne ou détourne les sanctions négatives liées aux violations des normes»^[12] (Sykes, Matza, 1957, in Monaghan, 2012, 79, notre traduction). Cela prend la forme d'allégations : ce sont les autres qui mènent une vie où ils risquent leur santé en « buvant tous les soirs », ce sont les autres « qui mangent n'importe quoi » (Extraits d'entretien, Jack). La seconde technique est celle du *denial of injury*. Ce type de discours maintient que la drogue n'est pas un problème tant qu'elle n'endommage pas la santé (Monaghan, 2012). Mobilisée par les bodybailleurs, cette technique leur permet de se distancier de ceux « qui font n'importe quoi » qui, de ce fait, terniraient l'image du bodybuilding et des « pros que tu vois à l'Olympia » qui « abusent » des stéroïdes (Extrait d'entretien, Giulia). Avec Monaghan (2001 ; 2012), nous soutenons ici que les deux techniques sont sous-tendues par le style de vie ascétique que les bodybailleurs adoptent ; ils mettent en évidence leur style de vie pour neutraliser les potentielles sanctions sociales.

Nous soutenons également que, plus qu'un support à des techniques de neutralisation, le style de vie ascétique des bodybailleurs est une réaction à la culture hégémonique perçue comme hégéoniste et marquée par un laisser-aller. Perçue dans le bodybuilding comme une source de vices pour la santé et l'esthétique, l'hyperconsommation – caractéristique (Bauman, 2007) de la modernité tardive – est rejetée. La réponse des bodybailleurs est un retour à un imaginaire fantasmé du « c'était mieux avant ». De là, leur style de vie ascétique s'interprète comme une façon de revenir à un mode de vie où l'hyperconsommation et la débauche perçue n'ont plus cours. Face à une culture hégémonique qui prône une consommation débridée, la culture du bodybuilding se positionne comme une sphère où la consommation est contrôlée, rationalisée en vue d'élever son corps. En conséquence, les justifications des bodybailleurs sont plus que des techniques de neutralisation ; elles sont la mise en mots de relations conflictuelles avec la modernité tardive.

Enfin, à l'aune de nos développements, nous pensons qu'il est préférable de substituer la définition de l'ascétisme adoptée à celle de Weber. Monaghan (2001) a souligné l'importance de ce concept quand il s'agit du bodybuilding et nous reprenons sa position pour comprendre l'ascétisme des bodybailleurs comme un ascétisme protestant. Pour Weber, ce type d'ascétisme a accompagné l'avènement du capitalisme et se caractérise par une opposition à la jouissance, un frein à la consommation tout en ayant « pour effet psychologique de débarrasser des inhibitions de l'éthique traditionaliste le désir d'acquiescer ». Les possessions acquises

12 «turning back or deflecting the negative sanctions attached to violations of the norms».

doivent alors être conservées et « multipli[ées] par un travail sans relâche » (Weber, 1964, 132). Dès lors, l'ascétisme du bodybuilding peut être compris comme une position réactionnaire correspondant à une éthique s'opposant à certains aspects de la modernité tardive. Aspects subsumés par l'expression « corps de lâche » qui désigne une personne incarnée se laissant dériver. Son corps reflèterait cette déperdition de même que le manque de courage nécessaire pour suivre la discipline du bodybuilding. Cette position est entièrement tournée vers un travail en vue d'investir pour étendre son capital corporel (Wacquant, 1995)^[13].

Une approche singulière et individuelle

J'avais essayé la cure d'un pote... mauvaise idée, pas du tout adaptée à moi, je me suis retrouvé hyper irrité partout. J'ai arrêté illico, je me suis calmé et je me suis dit que j'allais faire un truc pour moi. (Extrait d'entretien, Boris)

Jusqu'ici, nous avons décrit deux dispositions du régime de production des corps qui généralisent l'ascèse et préconisent que le bodybildeur mette strictement en œuvre des techniques qui sont les mêmes pour tous. À l'inverse, la troisième disposition considère l'adaptation à la singularité comme primordiale pour le succès du bodybildeur. Comme l'illustre l'extrait ci-dessus, l'approche singulière dans le bodybuilding postule que chacun des quatre aspects que nous avons exposés soit adapté à soi. Nous présenterons cette disposition à travers deux de ces aspects : la diète et les cures^[14].

La diète est, comme vu plus haut, une affaire de macronutriments et de micronutriments. Dès lors, une approche purement technique nécessiterait de prendre des aliments les plus sains possibles qui assureraient les macros/micros souhaités. Combinés avec un style de vie ascétique, ces aliments devront être les plus simples possibles à préparer afin de pouvoir planifier la diète. Suivant ces deux principes, on voit fleurir des diètes, souvent caricaturées, des bodybildeurs : du riz, du poulet, des brocolis et un peu d'huile d'olive. Ces diètes existent, mais sont décriées par les bodybildeurs comme intenables, car « au bout d'un moment,

13 À la suite de Wacquant (1995), nous comprenons alors le capital corporel comme l'inscription d'un travail dans la chair d'un individu. Ce capital se manifeste, notamment, dans l'apparence.

14 Notons que l'entraînement et la récupération sont aussi singularisés, mais la concision nous a conduit à opérer ce choix.

t'en as marre de manger du plâtre !» (Carnet de terrain). Les bodybuilders conçoivent leurs diètes pour qu'elles soient bonnes à manger tout en suivant les macros/micros imposés. Les solutions reposent, par exemple, sur le fait de cuisiner les aliments pour que ceux-ci aient du goût sans altérer leurs qualités nutritionnelles. Un pratiquant décrit sa diète comme « pas si extra-terrestre que ça, j'adapte pour que ça paraisse faussement *junk*. Si je fais un spaghetti bolo, mais que je remplace le hachis de porc par un steak haché, personne ne le remarque ! » (Extrait d'entretien, Connor). En accommodant sa diète, ce pratiquant résout un double problème : la fadeur et l'isolement provoqué par une diète trop austère.

Les cures de stéroïdes suivent le même canevas. Comme souligné, la cure est précédée d'une prise de sang afin d'adapter la cure au pratiquant. De plus, il est reconnu dans le bodybuilding que la réponse du corps aux produits se traduit de façon inégale chez les pratiquants. Certains prennent de très petits dosages et ont de bons résultats tandis que d'autres ont besoin de plus pour un résultat équivalent. Comme le note Connor, cela est d'ailleurs une source de tension entre certains bodybuilders :

Connor: On m'a déjà traité de mytho sur mon dosage [...]

Thier: Tu veux dire que par rapport aux résultats on te croyait pas ?

C: Oui, j'ai déjà rencontré des gars qui se prennent 1,5 gr de deca [Deca-Durbanbolin] quand tu leur sors « je prends 500 mg », pour eux, c'est irréal. Ils n'ont juste pas compris que charger la dose comme un bœuf c'est pas spécialement optimal. (Extrait d'entretien, Connor)

Connor souligne que l'optimisation d'une cure se fait dans l'agencement individualisé des produits. La cure doit être construite pas à pas en fonction de la réactivité de l'organisme aux produits.

En conséquence, l'adaptation de l'approche technique et du style de vie ascétique à la singularité du pratiquant est une nécessité pour assurer la production du corps hypertrophié. Avant de plonger dans cette apparente contradiction, penchons-nous sur le caractère individualiste de cette approche. C'est par la prise en compte de l'individu que l'on peut singulariser les techniques prescrites par le bodybuilding. Nous comprenons cet individualisme du bodybuilding comme une « privatisation » de sa position sociale. Cette dernière est pensée par l'acteur comme privée.

Le processus d'individualisation^[15] est ancré^[16] (Dawson, 2012 notre traduction) dans le social et la privatisation de sa position peut être mise en lien avec un discours sur la responsabilité individuelle.

Cette privatisation de la position sociale est particulièrement marquée dans le bodybuilding. Cela est frappant sur les forums où un bodybildeur nous répond que notre étude n'a pas de sens, car « Le bodybuilding est une affaire personnelle, la quête d'un meilleur physique est une question de préférence » (Extrait de post). Le bodybuilding est vécu comme une aventure privée, et cela même sur les forums, espace social qui pourrait nous amener à postuler que le partage d'expérience mène à une socialisation de la pratique. Nous soutenons que l'approche singulière du bodybuilding est une incorporation de ce processus d'individualisation. Plus qu'une adaptation secondaire aux valeurs et aux cadres normatifs du bodybuilding, nous mettons en avant que l'approche singulière est, comme l'individualisme dans nos sociétés, au premier plan.

Dans un contexte néolibéral, on peut penser avec d'autres que le bodybuilding est un « entrepreneuriat de soi » (Kinnunen, Vallet, 2018) où le bodybildeur est « lui-même son propre capital, étant pour lui-même son propre producteur, étant pour lui-même la source de [ses] revenus » (Foucault, 2004, 232). Il est notable que les discours de développement personnel reposant en grande partie sur cette notion (Rose, 1998, 116-167) soient extrêmement présents chez les bodybildeurs qui, de ce point de vue, intègrent un énoncé tels que « aide-toi, toi-même » ou une de ses traductions dans le bodybuilding: *No pain no gain, shut up and train*.

Le corps-usine

Nous avons montré comment le bodybuilding – défini comme un régime de production des corps – était assuré par trois dispositions : une approche technique du corps, un style de vie ascétique et une individualisation de la pratique.

Nous soutenons que ce régime de production des corps peut être compris comme instaurant une relation à un corps-usine dont le propriétaire des moyens de production est le bodybildeur. Dès lors, l'approche technique du corps permet l'organisation rationnelle de celui-ci afin de

15 Pour une remise en contexte des débats autour de l'individualisation, de l'individualisme, nous renvoyons à l'article de Dawson (2012).

16 *Embedded*.

maximiser le rendement que l'on tire des activités. Celles-ci sont rigoureusement appliquées par un style de vie ascétique qui a pour but d'accumuler un maximum de capital corporel, de muscle. Ces deux premiers points sont maintenus dans le temps grâce à leur adaptation à la singularité du pratiquant. La réappropriation des moyens de production du corps est permise par sa privatisation par le bodybildeur, entrepreneur de lui-même. Le capital corporel obtenu par le travail accompli est directement mis à contribution afin d'assurer une nouvelle progression. Dès lors, le corps est perçu comme sa grande usine dont l'organisation suit les principes d'une économie de l'hypertrophie qui nécessite un travail sans relâche. Ce corps-usine a pour particularité d'avoir pour moyen et pour fin le même objet : le capital corporel. Autrement dit, l'entraînement permet de progresser et de devenir plus musclé. Le muscle acquis permet à son tour de s'entraîner plus, de progresser davantage, et de devenir plus musclé^[17].

Le capital corporel des bodybildeurs n'est pas thésaurisé, mais bien « risqué » (Monaghan, 2001 ; Kinunnen, Vallet, 2018) par sa réinjection dans le corps-usine. Faute de quoi, les traces de son travail disparaîtraient : « le bodybuilding est un sport ingrat, quelques mois d'arrêt et [on se retrouve à la] case départ » (Extrait d'entretien, Emilie). Au point culminant de cette logique se situe la prise d'anabolisants. L'acquisition du capital corporel spécifique des bodybildeurs nécessite un travail né de l'intériorisation « [des] dispositions acquises, [des] manières durables d'être ou de faire » (Bourdieu, 2002, 29), régime de production des corps, d'un habitus physique (Boltanski, 1971). Ce dernier est alors l'intériorisation du régime de production des corps que nous avons décrit et qui prédispose au corps-usine.

Le monde des miroirs

Je m'approche de la battle rope [corde ondulatoire utilisée pour le cardio], c'est le jour où je fais du HIIT [entraînement à haute intensité (High-Intensity Interval Training)]. Je porte un pull, un short et des

17 La description que nous faisons du corps-usine fait écho à ce que Wacquant (1995) décrit à propos des boxeurs. Il décrit les boxeurs comme des *entrepreneurs in bodily capitals* s'appropriant leurs corps pour faire croître leurs forces (Wacquant, 1995., 66). Le boxeur poursuit l'accumulation du capital corporel dans le but de le convertir en capital pugilistique à l'aide du coach, contrairement au bodybildeur pour qui le

capital corporel est une finalité (Richardson, 2012). On pourrait dire que la réappropriation des moyens de production du boxeur reste partielle, étant donné qu'il a besoin d'un tiers pour que le capital corporel soit correctement converti en capital pugilistique. Cela n'est pas le cas pour le bodybildeur amateur qui se conçoit comme le seul propriétaire des moyens de production de son corps.

chaussures Adidas. Je déplie la corde, positionne les kettlebell [haltères mimant la forme d'une bouilloire à gaz] et m'échauffe avec un disque de 10 kg. Au bout de la troisième série, je sens mes membres se délier. Je sors mon téléphone, mets « Boris soirée disco » et règle mon chronomètre. Je commence mon circuit. Dans le miroir qui est sur mon côté gauche, je vois mes bras suivre le rythme de la corde, puis faire une répétition en amplitude partielle. Ce n'est pas grave, le but est de se dépenser, pas d'avoir la bonne technique.

Au bout du deuxième round, j'ai trop chaud. Je sais où je dois enlever mon pull pour que mon corps ne me semble pas dégoûtant. Au bout de la corde, juste en dessous d'une lampe dont la lumière est orangée. Je descends le zip, enlève mon pull et observe du coin de l'œil le chef antérieur de mon épaule. Je recommence un tour de circuit, je regarde à nouveau dans le miroir... toujours la même chose, mes avant-bras tendus par l'effort font apparaître une carte fluviale partant de mes mains pour affluer sur la veine de mon biceps. Mon deltoïde latéral s'agite au rythme de la corde. Durant l'effort je suis assis dans les airs, mes mollets se tendent et j'observe avec surprise que l'on peut voir une claire délimitation entre mon ischio et mon quadriceps [...]

Je rentre dans les vestiaires, j'enlève mon t-shirt, mes chaussures et mon short. Je me mets devant le miroir, en face des douches, les veines ont disparu, les abdos sont à peine visibles, mes jambes sont des espèces de grosses saucisses. Je ne m'aime pas dans ce miroir, je tourne le tronc en direction du miroir près des toilettes. Je retrouve un peu du corps de tout à l'heure. Je vais vers mon casier, me rhabille et m'en vais.

(Carnet de terrain)

L'extrait ci-dessus, est un compte rendu en première personne de notre rapport au corps durant un entraînement. Cet extrait prend radicalement le parti d'une attitude phénoménologique (Paillé, Mucchielli, 2012) analysant l'expérience vécue des personnes telles qu'elles se présentent pour les sujets et, dans notre position, pour nous-mêmes. Nous effectuons un retour au cœur ou plutôt en deçà de ce qui est décrit par certains comme une maladie inhérente au bodybuilding : la dysmorphie

musculaire (voir *supra*). Dans la suite, nous comprenons, avec la phénoménologie clinique existentialiste, comment le rapport au corps des bodybailleurs se construit en situation.

Postulant une conscience se situant en dehors de l'individu, la phénoménologie existentialiste comprend la construction du sujet à travers la façon dont les acteurs colorent leurs environnements et inversement. Englebert (2013) nous invite à étudier l'être au monde des sujets à travers la situation : les manières dont les sujets occupent et sont occupés par leurs environnements. Cette compréhension du sujet en situation permet d'effectuer un mouvement vers l'extérieur, vers l'environnement, pour comprendre la psyché. Grâce à l'analyse de l'environnement des bodybailleurs et de la façon dont ils le vivent, nous pouvons comprendre comment le rapport au corps se construit en situation. Cette clinique du sujet par la mise en relation du sujet et de son environnement comporte, selon nous, une grande proximité épistémologique avec la sociologie que nous avons développée ci-dessus. Nous comprenons la clinique d'Englebert comme non-essentialiste et les relations comme l'unité minimale de décryptage du monde : la relation n'est pas un après coup ou un par-dessus, elle est ce qui fonde le fonctionnement psychologique du sujet.

À travers une relation sympathique^[18] de l'expérience vécue des bodybailleurs, nous proposons de la conceptualiser (Paillé, Muchielli, 2012, 145) en systématisant une proposition sartrienne différenciant connaissance et être (Reginster, 2007).

La suite de notre travail accorde, dès lors, à nos données un statut particulier : elles sont incorporées à une expérience des acteurs ainsi que du chercheur et prennent de la hauteur à l'aide de la phénoménologie sartrienne. Le statut d'*insider* devient plus qu'une porte d'entrée dans une culture : il devient un moyen de sentir *avec* les interviewés. Le risque étant de sentir *à la place de*, nos données permettent de resituer l'expérience singulière pour saisir le rapport au corps de l'ensemble des bodybailleurs. Nous montrerons que l'environnement de la salle instaure un rapport de connaissance avec son corps. Enfin, nous comprendrons que prendre comme unité d'analyse le rapport au corps des bodybailleurs permet de mettre en évidence un mouvement ascendant : du corps vers la culture.

18 La sympathie se distingue de l'empathie. Prosaiquement, une relation empathique comprend sans vivre la relation quand la sympathie vit la relation (Englebert, 2022), ce qui n'implique pas forcément une compréhension.

Nous étudions ici l'interaction du bodybildeur avec la salle de sport. Il nous semble que celle-ci constitue la matrice dans laquelle le rapport au corps des bodybildeurs se construit. Précisons que, dans la tradition phénoménologique, le corps est compris au pluriel en utilisant la typologie séparant le corps en deux parties. La première, le *Körper*, qui est le corps dans sa dimension la plus technique : celui des planches anatomiques. La seconde, le *Leib* est le corps dans sa dimension vécue, tel qu'il est senti par le sujet (Englebert *et al.*, 2019). Sartre introduit dans *L'être et le néant* (1943) une autre dimension du corps, le « corps-pour-autrui ». Ce concept « fait référence à notre capacité d'appréhender notre corps d'un point de vue extérieur à nous-même, plus particulièrement du point de vue de l'autre lorsqu'il nous regarde. En réalisant que notre corps peut être observé par l'autre, nous comprenons que notre corps devient un objet pour celui-ci. L'expérience corporelle n'est dès lors plus uniquement une expérience en première personne vécue de l'intérieur, mais également une perspective en troisième personne où le corps devient l'objet du regard d'autrui sur lequel l'individu n'a pas de prise » (Englebert *et al.*, 2019, 4). Nous étudions les relations entre « corps-vécu » et « corps-pour-autrui ».

Ces deux concepts nous permettent de comprendre que la manière dont on se voit et dont on s'objective ne correspond pas à la façon dont on se sent. Ainsi, on peut parfaitement poser un déséquilibre entre les deux façons de percevoir son corps (se sentir laid et être « objectivement » beau par exemple). Nous soutenons qu'un tel déséquilibre peut expliquer la façon dont les bodybildeurs vivent leurs corps. Tout au long du terrain mené, les discours renvoient à ce déséquilibre entre un sujet se sentant comme une « crevette » et un regard objectivant son corps comme exceptionnel.

Je ne trouve pas que je sors du lot, tu peux faire 90 kilos secs, tu ne te trouves jamais assez bien dans ce sport.

Je voudrais 105 et à 105 [kilogrammes de poids de corps] je voudrais... Y'a pas de limite, l'ennui, c'est qu'on se voit jamais progresser.

(Extraits d'entretiens, John & Connor)

Nous pourrions nous arrêter là en concluant sur une image du bodybildeur souffrant d'un déficit l'empêchant de sentir son corps. Cependant, pour comprendre en profondeur ce qui est exprimé, nous sommes passé par une question d'apparence saugrenue : pourquoi une salle est-elle

plus fréquentée qu'une autre ? Outre les différences d'équipements et les considérations sociodémographiques, une réponse est revenue de la part des interviewés : la lumière. La fréquentation des salles est aussi à l'aune de leur éclairage qui souligne la saillance musculaire. La lumière frappe le corps et l'expose, selon la position, sous une infinité de jours. La lumière est une alliée pour mettre en valeur le capital corporel acquis. Par ailleurs, pour pouvoir voir son corps sous ses meilleurs jours, il est nécessaire pour les bodybailleurs de le connaître grâce à une autre composante majeure des salles de sport : les miroirs.

Klein (1993) avance que les miroirs sont des moyens d'interactions, une interface entre les bodybailleurs. Nous estimons que nous devons aller plus loin et penser que l'espace du miroir est un monde parallèle dans lequel des situations se produisent, alors qu'elles ne se produisent nulle part ailleurs, des situations créées par des interactions, non seulement entre acteurs mais également entre soi et soi. Par exemple, un pratiquant entraîne ses bras face à un miroir. Durant son exercice, une personne se positionne devant lui, pose des haltères en indiquant qu'elle compte commencer un exercice. Ce type de situation est particulièrement mal vu dans la culture du bodybuilding, car on interrompt la connexion faite par le pratiquant avec lui-même dans le miroir. Alors, le miroir devient un lieu où de mauvais regards peuvent être lancés, où l'on déplace son reflet pour pouvoir continuer à se regarder, etc. La position habituelle des pratiquants (face au miroir) a pour effet que l'avènement, le déroulement et la résolution des interactions se passent dans le miroir : il ne s'agit pas simplement de se déplacer, mais bien de trouver un nouvel angle pour pouvoir continuer à se regarder dans le miroir. Dès lors, le monde de la salle se dédouble avec une « salle réfléchie » : le corps du bodybailleur est autant dans le miroir que dans la salle.

Cette « salle réfléchie » se métamorphose via une certaine exposition à la lumière. Le miroir et la lumière marchent main dans la main pour refléter le corps bodybailleur. Le bodybailleur peut voir une infinité de versions de son corps sur le temps de son entraînement. Chacune de ces versions est, pour au moins un instant, le corps tel qu'il peut être vu du point de vue du miroir. Ces variations du physique sont accentuées par la congestion, mécanisme qui, par l'accumulation de sang dans le muscle, le grossit pour un court laps de temps. Nous comprenons que toutes les versions du corps du bodybailleur sont, pour un instant, *son* corps tel qu'il le connaît et tel qu'il peut être objectivé par autrui.

La « salle réfléchie » est le monde où le « corps-pour-autrui » est capturé. Le corps dans le miroir est un corps qui est analysable, que l'on scrute sous tous ses angles. Alors le miroir est un outil pour connaître ses imperfections. Au lieu de considérer que ces imperfections sont fantasmées ou

qu'elles ne correspondent pas à la réalité, nous soutenons que ces imperfections sont bien réelles et sont objectivées à travers le miroir. La difficulté réside dans le fait que ces imperfections ne sont pas durables. En effet, selon le moment où l'on s'observe, les imperfections se font plus ou moins discrètes. À l'inverse, quand l'on consulte son corps sous les meilleurs auspices, on est surpris par son envergure, par le travail que l'on a accompli... Il s'ensuit que les bodybailleurs connaissent de multiples « corps-pour-autrui ».

Sartre fait une distinction entre *connaître* qui implique un rapport de connaissance et *être* qui implique un rapport de conscience. Un rapport de connaissance use de schèmes cartésiens pour se saisir de son être comme d'un objet tel qu'il peut être connu par autrui. Le rapport de conscience est quant à lui une manière de colorer son existence, une façon d'être-au-monde (Reginster, 2007). Sartre écrit qu'avoir un rapport de connaissance avec un objet équivaut déjà à prendre du recul sur cette façon de colorer le monde (Reginster, 2007).

La salle de sport induit un rapport de connaissance au corps. Les corps sont connus par les miroirs. Cependant, nous avons montré que ce rapport de connaissance est un rapport instable. Le corps est pris pour objet de connaissance, mais celle-ci est inatteignable. La multiplication des objectivations de son corps empêche le bodybailleur d'être musclé. Les situations en salle font des corps bodybaillés des objets de connaissance. Ainsi, les bodybailleurs seraient comme bloqués dans un rapport de connaissance instable à leur corps les empêchant de se sentir musclés malgré tous les indices pointant leurs caractères exceptionnels. Ils ne sont jamais vraiment comme ils se voient. On apparaît pire que l'on se sent, ou, à l'inverse, on apparaît énorme quand on se sent « crevette ». Les situations sociales dans et en dehors de la salle les informent de leur physique au-dessus de la norme. Cependant, du point de vue d'une norme subjective, les bodybailleurs ne se sentent « pas si gros que ça » (Extrait d'entretien, Jack). Notre argument est que l'environnement de la salle prédispose les bodybailleurs à essayer d'être ou de ne pas être ce qu'ils connaissent de leur corps.

Dans des événements [réunions professionnelles] quand tu vois que t'es le seul à avoir la chemise qui craque de partout, c'est plutôt cool. Mais il n'y a pas réellement de sentiment de supériorité, si c'est à ça que tu veux te rapporter. En fait, je dirais que ça empire et que tu te vois toujours moins musclé que tu voudrais l'être. Pourtant je le sais que si je me mesure, je serai plus musclé que pas mal de monde... mentalement c'est pas ça. (Extrait d'entretien, nous soulignons, Will)

Cette tentative d'être comme on se voit, se sait et se mesure par la mise en forme par la partition de son corps dans le miroir en points forts et points faibles, muscles longs et muscles courts, bonne ou mauvaise vascularisation, longs ou courts segments osseux, niveaux de sèche, etc. Les pratiquants priorisent leur entraînement et fixent les objectifs de leur diète à travers la connaissance qu'ils ont de leur corps. De ce point de vue, on pourrait comprendre les instruments de mesure objectifs comme des continuations de notre reflet. En effet, de nombreux pratiquants prennent des précautions à propos de ces instruments de mesure, étant donné que ce qui prime est bien le rendu : « Un poids, c'est un nombre... tu peux faire 85 kilos de merde ou 85 kilos de muscles » (Carnet de terrain). Le rapport de connaissance de son corps se fait d'abord dans le miroir et est ensuite étendu à travers des instruments de mesure. Ce rapport de connaissance va au-delà de la salle, on retrouve son principe dans l'ensemble des aspects de la culture du bodybuilding.

La diète, l'entraînement, les stéroïdes et la récupération sont, comme nous l'avons montré, rationalisés, quantifiés puis différemment mis en œuvre selon le bodybildeur. Chacun de ces aspects est hyper-maîtrisé, à travers un rapport de savoir et marginalise le ressenti pour maximiser l'économie de l'hypertrophie. Depuis la fiche technique affichée sur la machine de musculation indiquant les « muscles travaillés » jusqu'au découpage de la diète, la culture du bodybuilding « sait » pour optimiser la prise de muscle : le rapport de connaissance part de la salle, de ses miroirs et ses lumières pour advenir dans la culture du bodybuilding. Dès lors, « l'environnement symbolique occupé par les individus et les groupes »^[19] (Ferrell *et al.*, 2008, 2), la culture, est comprise comme structurée par un rapport au corps se construisant en situation. On retourne la focale pour comprendre ce que nous avons expliqué plus haut comme des dispositions issues d'une mise en situation. Le régime de production des corps, constitutif de la culture du bodybuilding, est compris comme trouvant sa source dans un rapport de connaissance à son corps.

Ce que nous avons exposé jusqu'à présent est l'envers et l'avvers d'une même pièce. D'une part, un régime de production des corps en relation avec la culture hégémonique intériorisée par les membres de la culture du bodybuilding en un corps-usine. D'autre part, une analyse des bodybailleurs en situation comprenant une relation au corps à la base de cet habitus et des dispositions du régime de production des corps. Plus

19 « *the symbolic environment occupied by individuals and groups* ».

que deux analyses se superposant, ces deux faces forment une boucle permettant de comprendre un mouvement descendant et un mouvement ascendant. Ces deux mouvements n'ont pas d'origine, l'un n'est pas issu de l'autre. Ils sont relationnels — l'un avec les structures sociales et l'autre avec l'environnement — et permettent non pas une explication, mais bien la compréhension d'un processus de co-construction. La culture du bodybuilding est autant issue d'un rapport au corps que ce dernier est issu de la culture du bodybuilding; le bodybildeur en situation se constitue par et à travers les structures sociales et inversement. D'un côté, les dispositions renforcent un rapport de connaissance au corps et, de l'autre, l'environnement des bodybildeurs confirme les dispositions de la culture du bodybuilding^[20]. Nous devons nous efforcer de cerner ce double mouvement dans ce qu'il a de dynamique et avec une visée non exclusivement explicative d'un phénomène social. Dès lors, la prise de stéroïdes anabolisants est comprise, non pas comme une dysfonction psychologique ou un effet de structure, mais comme une volonté d'être musclé à travers un rapport de connaissance et comme l'incorporation de dispositions d'un régime de production des corps se concentre vers la maximisation du capital corporel.

Conclusion

Nous plaçons pour une analyse des phénomènes d'extrême transformation du corps comme témoins de relations entre les sous-cultures entre elles et avec la culture hégémonique. Le corps est, dans la modernité tardive, qualifié d'« objet de salut » (Baudrillard *in* Le Breton, 2008, 105). L'apport de la phénoménologie clinique est de poser une question fondamentale : de quel corps parle-t-on ? Du « corps-pour-autrui » ? Du « corps-vécu » ? L'analyse de la construction du rapport au corps en situation est indispensable pour affiner notre compréhension des relations qu'entretiennent les régimes entre eux. La mise en évidence de la multiplicité des régimes soulève un enjeu essentiel concernant la multiplicité des situations traversées, l'inscription dans plusieurs régimes – simultanément – ou la possibilité d'en abandonner un pour s'inscrire dans un autre. Étudier les sujets en situation acquiert une profondeur de par les différents espaces-temps sociaux et symboliques que les sujets traversent. Inversement, la compréhension du caractère relationnel d'un régime de production des corps éclaire notre compréhension de l'analyse en situation. La mise en évidence des

20 Précisons que si nos données empiriques démontrent un processus de reproduction de la culture et du rapport au corps, la considération de la prise que les acteurs ont sur leurs environnements permet de penser la possible subversion, le chamboulement de la culture du bodybuilding.

structures sociales et des relations de pouvoir entre cultures permet de cerner ce qui se situe au-delà de la situation sans lui être étrangère : les corps sont traversés par des relations de pouvoir sur lesquelles les acteurs ont une prise et, par celle-ci, ils remodelent ces relations de pouvoir. Ainsi, les corps, tantôt dits extrêmes tantôt qualifiés de déviants, peuvent être (re)vus comme le nexus entre un mouvement ascendant et un autre descendant et, de ce fait, comme lieu d'ouverture d'un dialogue interdisciplinaire. ■

Pierre de Thier

Diplômé de criminologie
Université Libre de Bruxelles
Belgique
pierre.de.thier@ulb.be

Bibliographie

- BADENES-RIBERA L., RUBIO-APARICIO M., SÁNCHEZ-MECA J., ANGELO FABRIS M., LONGOBARDI C., 2019, The association between muscle dysmorphia and eating disorder symptomatology: A systematic review and meta-analysis, *Journal of Behavioral Addictions*, 8, 3, 351-371.
- BANDURA A., 1991, Social Cognitive Theory of Self-Regulation, *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 2, 248-287.
- BARIL A., 2017, Des corps et des hommes trans-formés. La musculation comme «technologie de genre», *Recherches sociologiques et anthropologiques*, 48, 1, 65-85.
- BARKOUKIS V., LAZURAS L., TSORBATZOU DIS H., 2015, *The Psychology of Doping in Sport*, London and New York, Routledge.
- BAUMAN Z., 2007, *Consuming life*, Cambridge, Polity Press.
- BOARDLEY I.D., GRIX J., 2014, Doping in Bodybuilders: A Qualitative Investigation of Facilitative Psychosocial Processes, *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 6, 3, 422-439.
- BOLTANSKI L., 1971, Les usages sociaux du corps, *Annales. Économies, Sociétés, Civilisations*, 26, 1, 205-233.
- BOURDIEU P., 1980, *Le sens pratique*, Paris, Éditions de Minuit.
- BOURDIEU P., 2002, *Questions de sociologie*, Paris, Éditions de Minuit.
- BRIDGES T.S., 2009, Gender Capital and Male Bodybuilders, *Body & Society*, 15, 1, 83-107.
- CHABA L., SCOFFIER-MÉRIAUX S., LENTILLON-KAESTNER V., D'ARRIPE-LONGUEVILLE F., 2018, Recherche de prise de masse musculaire et dysmorphie musculaire chez les bodybuilders: une revue de la littérature anglophone, *Staps*, 119, 1, 65-79.
- ENGLEBERT J., 2013, *Psychopathologie de l'homme en situation: le corps du détenu dans l'univers carcéral*, Paris, Hermann.
- ENGLEBERT J., 2022, Psychopathologie phénoménologique et monde social: Les limites de l'empathie et de la sympathie chez le pervers, le psychopathe et le schizophrène, *L'Évolution Psychiatrique*, 87,4, 783-794.
- ENGLEBERT J., MINGUET E., HELINSKI A., DOMINÉ F., GEBHARD S., ZDROJEWSKI C., CASTELLINI G., RICCA V., MANCINI M., STIEFEL F. M., STANGHELLINI G., BLAVIER A., 2019, Anorexie mentale et trouble du comportement alimentaire selon une perspective phénoménologique: version francophone du questionnaire IDentity and EAting disorders (IDEA), *L'Évolution Psychiatrique*, 84, 4, 605-616.
- FERRELL J., HAYWARD K., YOUNG J., 2008, *Cultural Criminology: An invitation*. Royaume-Uni, Sage Publication.
- FORTH C.E., 2004, Bodybuilding, History of in KIMMEL A., ARONSON A. (Eds.), *Men and masculinities: A Social, Cultural, and Historical, Encyclopedia Volume 1*, A-J, Santa Barbara, ABC-CLIO, 93-95.
- FOUCAULT M., 2004, *Naissance de la biopolitique: cours au Collège de France, 1978-1979*, Paris, Seuil.
- HALL S., 1980, Cultural Studies: Two Paradigms, *Media, Culture & Society*, 2, 1, 57-72.
- HALL S., 2021, *The Hard Road to Renewal: Thatcherism and the Crisis of the Left*, New York, Verso.
- HEBDIGE D., 1991, *Subculture: the meaning of style*, London and New York, Routledge.
- JARTHON J., 2018, Essai de typologie des corps à travers la pratique du bodybuilding, *Staps*, 119, 1, 47-64.

- KINNUNNEN T., VALLET G., 2018, Vertu et vice de la combinaison du contrôle et du désir. Le body-building et le capitalisme post-industriel, *Staps*, 119, 1, 81-94.
- KLEIN A.M., 1993, *Little Big Men: Bodybuilding Subculture and Gender Construction*. USA, SUNY Press.
- LAHIRE B., 2005, Sociologie, psychologie et sociologie psychologique. *Hermès*, 41, 1, 151-157.
- LE BRETON D., 2008, *La sociologie du corps*, Paris, PUF.
- REY A., REY-DEBOVE J., 1990, *Le Petit Robert 1*, Paris, Dictionnaires Le Robert.
- LUSSIER M., 2017, L'hégémonie et la communication : de Lénine à la posthégémonie, des trajectoires et des appropriations bigarrées, *Communiquer, Revue de communication sociale et publique*, 20, 1-13.
- MONAGHAN L.F., 2001, *Bodybuilding, Drugs, and Risk*, London and New York, Routledge.
- MONAGHAN L.F., 2012, Accounting for illicit steroid uses: Bodybuilder's justification, in RICHARDSON N., LOCKS A. (Eds.), *Critical Reading in bodybuilding*, New York and London, Routledge, 73-90.
- NAUDIER D., SIMONET M., 2011, Introduction in NAUDIER D., SIMONET, M. (dir.), *Des sociologues sans qualités ?*, Paris, La Découverte, 5-21.
- PAILLÉ P., MUCCHIELLI A., 2012, *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*, 3^e éd., Paris, Armand Colin.
- REGINSTER B., 2007, Le regard et l'aliénation dans L'être et le néant, *Revue Philosophique de Louvain*, 105, 3, 398-427.
- RICHARDSON N., 2012, What is the practice of bodybuilding ?, in RICHARDSON N., LOCKS A. (Eds.), *Critical Reading in bodybuilding*, New York and London, Routledge, 21-28.
- ROSE N., 1998, *Inventing our selves: Psychology Power and Personhood*, USA, Cambridge University Press.
- SARTRE J.-P., 1943, *L'être et le néant: essai d'ontologie phénoménologique*, Paris, Gallimard.
- SCHIPPET C., 2007, Can Muscles be Queer ? Reconsidering the Transgressive Hyper-built Body, *Journal of Gender Studies*, 16, 155-171.
- SYKES G.M., MATZA D., 1957, Techniques of neutralization: A theory of delinquency, *American sociological review*, 22, 6, 664-670.
- TOD D., EDWARDS C., CRANSWICK I., 2016, Muscle Dysmorphia: Current Insights, *Psychology Research and Behavior Management*, 9, 79-88.
- VALLET G., 2016, Corps, identité et déviance, *Idées économiques et sociales*, 184, 2, 60-68.
- WACQUANT L., 1995, Pugs at Work: Bodily Capital and Bodily Labour among Professional Boxers, *Body & Society*, 1, 1, 65-93.
- WACQUANT L., 2011, La chair et le texte: l'ethnographie comme instrument de rupture et de construction, in NAUDIER, D, SIMONET, M. (dir.), *Des sociologues sans qualités ?*, Paris, La Découverte, 201-221.
- WEBER M., 1964, *L'éthique protestante et l'esprit du capitalisme*, Paris, Plon.
- WIEGERS Y., 1998, Male Bodybuilding: The Social Construction of a Masculine Identity, *The Journal of Popular Culture*, 32, 2, 147-161.

FR – La question traitée dans cet article est de savoir de quelles manières le rapport au corps des bodybuilders engagés durablement dans la pratique du bodybuilding et la culture du bodybuilding se co-construisent? En nous intéressant aux bodybuilders usant de stéroïdes, nous décrivons un double mouvement. Le premier pose que la culture du bodybuilding est incarnée dans un corps-usine. Le second comprend le rapport au corps comme la volonté des bodybuilders d'être ce qu'ils savent de leur corps. En conclusion, nous poserons que l'usage de stéroïdes doit être compris dans ce double mouvement modelant culture et rapport au corps des bodybuilders.

BODYBUILDING – CORPS – STÉROÏDES – CULTURE – HÉGÉMONIE

EN – *Culture and body: Bodybuilders using anabolic steroids* – This article addresses the question of how hardcore bodybuilders' relationship to their bodies and bodybuilding culture are co-constructed. By focusing on steroid-using bodybuilders, we describe a double trend. The first element argues that bodybuilding culture is embodied in a factory body. The second understands bodybuilders' relationship to the body as their desire to be what they know their bodies to be. In conclusion, we argue that steroid use must be understood within this twin-faceted movement shaping the culture and the relationship to the body of bodybuilders.

BODYBUILDING – BODY – STEROIDS – CULTURE – HEGEMONY

DE – *Kultur und Körper: Bodybuilder, die situationsbezogen anabole Steroide verwenden* – In diesem Artikel wird der Frage nachgegangen, in welcher Weise die Beziehung zum Körper bei Bodybuildern, die sich dauerhaft im Bodybuilding und der Kultur des Bodybuildings engagieren, sich entwickelt. Indem wir uns auf Bodybuilder konzentrieren, die Steroide nutzen, beschreiben wir eine doppelte Richtung. Die eine geht davon aus, dass die Bodybuilding-Kultur sich im Bild des Körpers als Maschine inkarniert. Die zweite versteht die Beziehung zum Körper als den Wunsch der Bodybuilder das zu sein, was sie über ihren Körper wissen. Abschließend stellen wir fest, dass die Verwendung von Steroiden in dieser doppelten Richtung der modellierenden Kultur und der Beziehung zum Körper der Bodybuilder verstanden werden muss.

BODYBUILDING – KÖRPER – STEROIDE – KULTUR – HEGEMONIE

ES – *Cultura y cuerpo: culturistas consumidores de esteroides anabolizantes en acción* – La cuestión que se aborda en este artículo es cómo la relación de los culturistas con sus cuerpos y con la cultura culturista se co-construyen. Al centrarnos en los culturistas que utilizan esteroides, describimos un doble movimiento. El primero es que la cultura del culturismo se encarna en un cuerpo de fábrica. La segunda es que los culturistas entienden la relación con su cuerpo como un deseo de ser lo que saben que su cuerpo es. En conclusión, argumentaremos que el uso de esteroides debe entenderse como parte de este doble movimiento que da forma a la cultura y a la relación de los culturistas con su cuerpo.

CULTURISMO – CUERPO – ESTEROIDES – CULTURA – HEGEMONÍA