



Séminaire Sport Studies 2023-2024

Jeudi 7 décembre 2023 - 14 h - MISHA (salle Amériques)

En quête de contrôle de soi. Ressorts de l'engagement dans la pratique du yoga d'individus diplômés du "supérieur long"

Intervenants : **Mélie Fraysse** – Maîtresse de conférences – Université de Toulouse (CreSco); **Pierre Bataille** – Maître de conférences – Université de Grenoble Alpes (LARAC)

Discutant : **Philippe Rochard** – Maître de conférences – Université de Strasbourg (GEO)

Cette intervention s'intéresse au soin de soi comme une forme d'économie émotionnelle de l'individu fondée sur le refoulement des passions, en se basant sur les modalités de pratique du yoga postural moderne. A partir du discours relatif au soin des pratiquant·e·s régulièr.e.s et hautement diplômé.e.s, il s'agit de montrer comment « prendre soin de soi » vise pour cette population l'amélioration du sentiment d'être au mieux de sa forme corporelle et psychique. Les enquêté·e·s s'engagent volontairement « corps et âme » dans un processus de changement individuel qui se caractérise par différentes formes de contrôle du corps mais également cognitives. En effet, l'auto-contrôle émotionnel, l'ascèse alimentaire, la quête de performance physique se doublent d'une démarche spirituelle et méditative dont l'objectif est l'atteinte d'un état supérieur de soi. A la fois source d'apaisement et de bonheur pour soi-même, cet état qualifié de « moi plus ajusté » par les enquêté·e·s n'est cependant pas atteignable par tous et toutes, définissant ainsi celles et ceux « qui y arriveront » et les autres.

Possibilité de suivre le séminaire en distanciel.

Merci d'adresser votre demande à : sport-studies@misha.fr