The Adonis Complex

Par Harrison Pope, Katharine Phillips, Roberto Olivardia

La virilité américaine est en crise

DAVID LE BRETON *

La virilité américaine est en crise selon cet ouvrage[1] récemment paru aux USA. Des millions d'Américains doutent d'eux-mêmes et se tournent vers l'industrie du corps, notamment le body building pour sauver les apparences.

Nos sociétés occidentales sont hantées par le corps et par le souci d'en modifier la forme ou l'apparence afin de le mettre mieux en harmonie avec l'idée que l'individu s'en fait. Une formidable industrie s'est instaurée autour d'un constat implicite de faillite du corps et de la nécessité de le remodeler, qu'il s'agisse de cosmétiques pour en étayer la séduction, de régimes alimentaires ou du recours à des produits diététiques pour maigrir ou pour se renforcer, de la fréquentation massive des salles de mise en forme ou de musculation ou de la pratique assidue de la *gym tonic* ou du *jogging*. Le corps n'accède à une valeur significative qu'après avoir été travaillé en profondeur et en surface. Il y a quelques années, Richard Sennett parlait à ce propos d'une « éthique protestante des temps modernes » pour qualifier cette passion de se façonner un corps « présentable » en suivant une discipline rigoureuse[2]. Le corps devient en effet une voie de salut. Le souci de le modifier qui est au cœur de l'ouvrage de Pope, Phillips et Olivardia touche essentiellement les *yuppies*, c'est-à-dire des groupes sociaux privilégiés ou appartenant aux classes moyennes et disposant de temps et d'argent pour consacrer à leur corps une attention vétilleuse en se tournant vers l'industrie florissante du muscle ou du façonnement de l'apparence.

La scène de la présentation de soi se joue déjà dans les rues américaines où nombre d'hommes (mais aussi de femmes) déploient leur corps bien plus qu'ils ne l'habitent. Les concours de culturisme sont monnaie courante aux Etats-Unis et les émissions à leur propos largement diffusées sur les chaînes cablées américaines. Les anciennes stars des années soixante-dix ou quatre-vingt qui ne brillaient guère par leur aspect musculeux se sont reconverties et offrent vingt ou trente ans après un physique de bûcherons : Harvey Keitel, John Travolta, Richard Gere ou Clint Eastwood. La plupart des stars d'aujourd'hui offrent des corps revus et corrigés par le *body building*. Arnold Schwarzenegger a ouvert le chemin, suivi par Silvester Stallone, en crédibilisant une pratique naguère vouée à la dérision par le plus grand nombre. Seules quelques stars pour adolescents à la Leonardo di Caprio peuvent afficher un corps frêle sans que leur carrière soit compromise. Les stars sont devenues des athlètes.

L'industrie du jouet a modifié radicalement la forme de ces figurines les plus classiques comme le GI Joe, de corpulence ordinaire il y a une vingtaine d'années et devenues aujourd'hui de dignes émules de Schwarzenegger en plus musculeux encore. Même chose, paradoxalement, pour les figurines de *Stars Wars*, qui paraissent les unes et les autres représenter des champions de *body building*, bien loin pourtant des héros du film. Les hommes photographiés dans *Glamour* ou *Cosmopolitan* n'ont plus rien à voir avec ceux des années quatre-vingt, aujourd'hui

* *Université Marc Bloch de Strasbourg.*

[1] Harrison Pope, Katharine Phillips, Roberto Olivardia, *The Adonis Complex. The Secret Crisis of Male Body Obsession*, Londres, Simon & Schuster, 2000, 286 pages.

[2] Richard Sennett, *Les tyrannies de l'intimité*, Seuil, 1979, p. 269 ; voir aussi Jean-Jacques Courtine, « les Stakhanovistes du narcissisme », *Communications*, n° 56, 1993.

« body buildés », l'air farouche dans leur string, le corps remanié par la musculation et la diététique. L'industrie du façonnement musculaire provoque une explosion du nombre des salles. Les magasins spécialisés abondent, proposant aux clients, toujours plus nombreux, des appareillages adéquats à installer chez soi pour s'entraîner régulièrement. Le corps est un souci, posé comme un double de soi ; il s'agit d'en gérer les formes comme un bien parmi d'autres à mettre en valeur pour rester dans la course.

L'OBSESSION DU PARAÎTRE

Ecrit par deux psychiatres et un psychologue connaissant admirablement leur sujet par une pratique thérapeutique et une série de recherches personnelles[3], *The Adonis Complex* est une plongée dans un univers masculin où le corps est vécu douloureusement comme indigne de l'image que l'on s'en fait. Une enquête nationale de 1997 menée par la revue *Psychology Today* note que 43 % des hommes américains sont insatisfaits de leur apparence musculaire et voudraient en changer. Des millions d'hommes dépensent des fortunes et hantent les salles pour s'exercer compulsivement et se forger un corps athlétique. Trois millions d'Américains prennent des stéroïdes anabolisants pour accroître leur masse musculaire, un autre million souffre de « dysmorphie corporelle » ; ils craignent que leur sexe ne soit trop petit, leur poitrine trop maigre, leur musculature dérisoire, ou que leur calvitie précoce ne les rende ridicules, etc. Plusieurs autres connaissent des troubles alimentaires sérieux dont ils n'osent généralement parler à personne. Ce malaise, lié au contraste entre l'image sociale du corps véhiculée par Hollywood ou la publicité et le corps vécu comme de moindre qualité, manifeste donc ce complexe d'Adonis, ce sentiment pour l'homme de ne pas être à la hauteur, d'éprouver un rejet de la part des femmes. Phénomène nouveau, totalement inexistant il y a encore une vingtaine d'années.

Ces hommes hantés par leur virilité perçue comme défaillante poursuivent donc avec persévérance une discipline de vie les amenant à une sévère diététique et à maints exercices physiques pour se forger un corps de rêve toujours devant eux, inaccessible mais qui occupe leur temps, leur souci, et une bonne part de leur argent. L'industrie du corps masculin est devenue l'une des plus prospères des Etats-Unis. L'ouvrage est scandé de nombreux entretiens, assez édifiants, avec des hommes qui paraissent avoir tout pour réussir mais à qui il manque encore la musculature, la suppression radicale de leur calvitie ou un autre visage pour échapper au mal de vivre et disposer d'une estime de soi suffisante. Dans le monde du spectacle qui se traduit par le souci du *look*, il faut en permanence en imposer aux autres par son apparence. La virilité américaine est en crise, s'il faut en croire les auteurs de cet ouvrage, alors que, paradoxalement, les enquêtes effectuées sur des groupes de femmes ne mettent absolument pas en valeur les corps « cyborgisés[4] » d'Hollywood et indiquent bien au contraire qu'elles préfèrent plutôt les hommes fragiles, moins tournés sur eux-mêmes dans l'obsession de leurs compétences viriles ou de leur masse musculaire.

> ***Dans un monde d'incertitude, le* body builder *ou bâtisseur de corps se construit pied à pied une sorte d'abri qui lui donne l'illusion d'être enfin soi***

Cette approche clinique, riche en données, surprendra notamment le lecteur français, même si elle répond souvent à un souci pragmatique : l'ouvrage donne d'abondants conseils aux parents, aux amis ou aux hommes soucieux de leur image et propose même des tests pour évaluer le souci de son corps que manifeste le lecteur.

La puissance musculaire est recherchée en soi, dans sa dimension symbolique de restauration identitaire. Le muscle est sans incidence dans une société où les activités de force tendent à disparaître, relayées par les machines, paradoxe (apparent) dans une société tendue vers la cyberculture où le corps est souvent considéré comme obsolète. Le *body builder*, le bâtisseur de corps, construit ses limites physiques, il les affronte journellement par une ascèse physique fondée sur des exercices répétitifs ; dans un monde d'incertitude, il construit pied à pied une sorte d'abri qui lui permet de rester maître de soi ou, du moins, de se produire sincèrement l'illusion d'être enfin soi. Il endosse son corps comme une deuxième peau, un surcorps, une carrosserie protectrice, avec laquelle il se sent à l'abri dans un univers dont il contrôle tous les paramètres[5].

Nous sommes bien ici dans un monde puritain, difficile, où nul ne se sent vraiment sans défaut. La lecture des nombreux cas évoqués dans *The Adonis Complex* est révélatrice de la souffrance qui accompagne cette quête de soi pour de nombreux Américains. Les pratiques décrites dans cet ouvrage montrent non pas le plaisir d'exercer son corps mais la nécessité, à la fois sociale et personnelle, de le faire : il s'agit bien d'un long travail, d'une autre forme de la rigueur morale de l'Amérique puritaine. ●

[3] H. Pope est professeur de psychiatrie à Harvard, K. Philipps enseigne la psychiatrie à l'Ecole de Médecine de Brown University, et R. Olivardia appartient au laboratoire de psychologie clinique de Harvard.

[4] « Cyborg » désigne tout corps humain dont une ou plusieurs fonctions vitales sont assurées par des systèmes électroniques (n.d.l.r.).

[5] Sur ce souci nouveau de sursignifier sa présence en bricolant le corps, notamment dans le culturisme, nous renvoyons à D. Le Breton, *L'adieu au corps*, Paris, Métailié, 1999.