



**HAL**  
open science

# Les pratiques du yoga. Une circulation des savoirs yogiques entre l'Inde et la France

Marie-Carmen Garcia, Sophie Denave, Mélie Fraysse

► **To cite this version:**

Marie-Carmen Garcia, Sophie Denave, Mélie Fraysse. Les pratiques du yoga. Une circulation des savoirs yogiques entre l'Inde et la France. 2023. halshs-04020059

**HAL Id: halshs-04020059**

**<https://shs.hal.science/halshs-04020059>**

Submitted on 8 Mar 2023

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

# YOGAPROFS

JOURNÉES D'ÉTUDE

## Les pratiques du yoga

Une circulation  
des savoirs yogiques  
entre l'Inde et la France

**20-21 mars 2023**


à la MSH Lyon St-Étienne, Lyon 7<sup>e</sup>

■  
**Lieu** : MSH Lyon St-Étienne, 14 av. Berthelot,  
Lyon 7<sup>e</sup> (espace Marc Bloc) + distanciel

■  
**Organisation**  
Marie-Carmen Garcia (Univ. Lyon 1, L-ViS)  
Sophie Denave (Univ. Lyon 2, CMW)  
Mélie Fraysse (Univ. Toulouse 3, CRESCO)

■  
**Infos** : [www.msh-lse.fr/agenda/  
les-pratiques-du-yoga](http://www.msh-lse.fr/agenda/les-pratiques-du-yoga)





Ces journées d'étude internationales sont organisées par le Laboratoire sur les vulnérabilités et l'innovation dans le sport (L-ViS - UR Univ. Lyon 1), le Centre Max Weber (CMW, UMR 5283, Lyon St-Étienne) et le Centre de recherches sciences sociales sports et corps (CRESCO, UMR 5600, Toulouse), avec le soutien de la MSH Lyon St-Étienne\*.

Diffusé en Europe de l'Ouest et en Amérique du Nord dans la seconde moitié du XX<sup>e</sup> siècle, le yoga postural moderne (De Michelis, 2004) connaît depuis une dizaine d'années un développement sans précédent (Singleton and Byrne, 2008) en France. Cette pratique se place ainsi au dix-huitième rang des pratiques physiques et sportives des Français (Syndicat National des Professeur-e-s de Yoga 2021 ; Enquête Nationale sur les Pratiques Physiques et Sportives des Français-e-s 2020 : le nombre des pratiquant-e-s a été multiplié par trois au cours des dix dernières années. En effet, en 2021, 15 % de la population active (soit 7,6 millions de personnes) pratique régulièrement le yoga. Cette dynamique, accentuée par les confinements de 2019 et 2020, s'accompagne d'un élargissement des modalités de pratiques. Dans les pays nord-américains comme en Europe le yoga a ainsi pénétré les institutions scolaires (Garcia, Fraysse, and Bataille 2022 ; Augenstein 2013 ; Bruneaux, 2022), de santé (Hoyez, 2007) ou encore judiciaires (Godrej, 2022). Il participe également à remodeler les pratiques dans de nombreux espaces de vie professionnelle (Schnabele, 2013) comme non-professionnelle (Kern, 2012) à la faveur d'un essor plus large des pratiques d'optimisation de soi (Dalgalarondo & Fournier, 2019 ; Röcke, 2021) telles que le coaching, la psychologie positive ou la pleine conscience (Cabanas & Illouz 2019, Marquis 2014). Cette diffusion du yoga et les questions complexes qu'elle soulève mobilisent depuis une dizaine d'années la recherche académique à la croisée de plusieurs champs scientifiques.

D'abord, les yogas studies (Placido, 2018) s'intéressent aux logiques de diffusion transnationales du yoga de l'Inde vers d'autres pays. Ces travaux d'anthropologues ou de sociologues des religions mettent en évidence certains traits communs aux pratiques de yoga en Amérique du Nord et en Europe occidentale : usage central des postures corporelles (« asanas ») (Singleton, 2010) et choix de certains corpus plutôt que d'autres (De Michelis, 2004). Ces éléments communs aux pratiques de yoga européennes ou nord-américaines sont analysés comme le produit d'influences croisées, de relations de domination et de mimétisme entre l'Inde et les terres d'accueil des savoirs yogiques (Newcombe, 2019).

Ensuite, certaines recherches insistent sur les liens entre cette diffusion du yoga et le développement du néolibéralisme dans les sociétés nord-américaines et européennes à la fin du XX<sup>e</sup> siècle (Godrej, 2017). La très faible régulation institutionnelle du yoga aussi bien au niveau national qu'international semble entraîner un développement et une multiplicité des formes de pratiques sous l'angle d'une concurrence accrue et toujours plus rude. Sur le marché florissant de l'aide à la prise en charge de son propre bien-être (Jain, 2012 ; Puustinen and Rautaniemi, 2015) il devient indispensable de se démarquer par des écoles, approches et supports diversifiés.

Enfin, d'autres études interrogent l'articulation entre l'idéologie néolibérale et le yoga dans une perspective théorique. Le yoga sous sa « forme occidentalisée » est alors envisagé comme un vecteur de diffusion et de renforcement d'une vision néolibérale du sujet (Smith and Atencio 2017), notamment par l'imposition de normes et de valeurs issues de sa réappropriation dans les pays « occidentaux ». Véhiculées principalement par les réseaux sociaux, les normes corporelles se traduiraient par l'injonction à un corps athlétique (musclé mais pas trop, mince sans être maigre) et souple (Affre *et al.*, 2023 ; Strings *et al.*, 2019 ; Hinz *et al.*, 2021). Les normes morales valoriseraient un individu « équilibré » (Rosen, 2019), « autonome » et gérant ses actions à l'aune de leur rentabilité en termes de bien-être personnel (Koch, 2015). Mobilisant les travaux de M. Foucault (1978) et de N. Rose (1989) ces analyses associent la popularité du yoga moderne à la diffusion de plus en plus large d'une biopolitique ou plus précisément d'une ethopolitique (Rose, 2002) positionnant l'individu comme un entrepreneur de soi dans sa vie professionnelle mais également dans des domaines qui échappaient jusqu'alors à une forme de rationalisation économique (sociabilité, santé, etc.) (Markula, 2014).

Aux côtés de ces travaux, se développent depuis moins d'une dizaine d'années en France des études sociologiques qui montrent que les modalités d'appropriation du yoga sont variables (Nizard 2020) et relèvent de processus sociaux plus larges. Chez les ultra-riches mondialisés la pratique du yoga est ainsi utilisée comme un moyen d'augmenter leurs performances professionnelles (par le développement des capacités de concentration par exemple) (Causin et Chauvin, 2019) alors que dans les classes populaires établies loin des grandes métropoles, les cours de yoga seraient plutôt l'occasion de partager des moments de convivialité (Madec, 2017). Pour les classes moyennes urbaines ou de centre-ville, cette pratique peut être envisagée comme un outil pour travailler sur soi et consolider une ascension sociale (Madec, 2017). Ainsi, pour les individus connaissant une trajectoire sociale (familiale ou individuelle) en déclin, l'investissement dans la dimension spirituelle du yoga légitimerait le détachement de certaines valeurs -notamment matérialistes- et favoriserait la relativisation des échecs de transformation d'un capital scolaire en position dominante stable (Altglas, 2014).

L'objectif de ces Journées d'Études n'est pas de s'engager dans l'une ou l'autre des approches présentées ici mais de les faire dialoguer. En rassemblant des sociologues, anthropologues et philosophes, il s'agit de mettre en discussion les analyses de la diffusion actuelle des pratiques de yoga en France avec ses modalités de production en Inde, les philosophies indiennes afférentes et les thèses de l'optimisation de soi.

(1) Depuis son apparition au premier millénaire avant J.-C., ce terme parmi les plus polysémiques du lexique sanskrit (White 2012 : 2), a été utilisé pour désigner une multiplicité de pratiques reposant sur des registres de légitimité éclectiques, allant de la religion au sport, en passant par la santé ou le bien-être.

(2) Coordination : Le Sphinx <https://snpy.fr/enquetes/grande-enquete-pratique-yoga-en-france/>

(3) Coordination : Brice Lefevre <https://www.sports.gouv.fr/accueil-du-site/a-savoir/enpps2020>

## Programme

### Lundi 20 mars 2023 (13h30-17h15)

- 13h00 *Accueil*
- 13h30 Introduction des journées – Marie-Carmen Garcia, professeure des universités en sociologie (Université Lyon 1, L-ViS)
- 14h00 L'espace des pratiques du yoga en France – Pierre Bataille, maître de conférences en sociologie (Université Grenoble-Alpes, LARAC) et Brice Lefevre, maître de conférences en sociologie (Université Lyon 1, L-ViS)
- 15h00 Tensions définitionnelles autour du yoga à l'école – Marie Doga et Emilie Salaméro, maîtresses de conférences en sociologie (Université Toulouse 3, CRESCO)
- 16h00 *Pause*
- 16h15 La sociologie des méditant.e.s – Sylvia Faure, professeure des universités en sociologie (Université Lyon 2, Centre Max Weber)
- 17h15 *Fin de la journée*

### Mardi 21 mars 2023 (10h-17h)

- 10h00 Le Festival International de Yoga à Rishikesh (Inde) : harmonie universelle et repli identitaire – Johan Krieg, doctorant en ethnologie (Laboratoire d'Ethnologie et de Sociologie Comparative - UMR 7186 / Université Paris Nanterre, IrASIA)
- 11h00 Le yoga dans les universités indiennes : défis pratiques, enjeux politiques – Raphaël Voix, chargé de recherche en ethnologie (CNRS, CEIAS)
- 12h00 *Pause-déjeuner*
- 14h00 The Yoga Field: A Bourdieusian Account of Yoga's Contested Status, Malleable Character and Hybrid Nature [*en anglais*] – Matteo Di Placido, enseignant-chercheur en sociologie (Université de Turin)
- 15h00 Le yoga comme pratique d'optimisation de soi ? – Anja Röcke, enseignante-chercheuse en sociologie (Centre Marc Bloch, Berlin)
- 16h00 Table ronde et clôture des journées d'études – animée par Mélie Fraysse, maîtresse de conférences en sociologie (Université Toulouse 3, CRESCO)
- 17h15 *Fin de la journée*

## Comité d'organisation

Marie-Carmen Garcia (Univ. Lyon 1, L-ViS)  
Sophie Denave (Univ. Lyon 2, CMW)  
Mélie Fraysse (Univ. Toulouse 3, CRESCO)



## Informations pratiques

### Localisation

MSH Lyon St-Étienne, 14 avenue Berthelot, Lyon 7<sup>e</sup> (espace Marc Bloc, rdc).  
Ces journées pourront aussi être suivies en distanciel (visioconférence).

### Inscriptions

Inscription gratuite mais obligatoire (présentiel ou distanciel)  
> formulaire en ligne : <https://enquetes.msh-lse.fr/index.php/489978?lang=fr>  
Un lien de connexion à la visioconférence vous sera communiqué ultérieurement.

### Contact

Marie-Carmen Garcia (Univ. Lyon 1, L-ViS) - marie-carmen.garcia@univ-lyon1.fr

### Site web

[www.msh-lse.fr/agenda/les-pratiques-du-yoga](http://www.msh-lse.fr/agenda/les-pratiques-du-yoga)

\* Le projet YOGAPROFS est soutenu par la MSH Lyon St-Étienne (UAR 2000), dans le cadre de son axe scientifique Genre.

## Bibliographie

- Brunaux H., Doga M., Forté L., Jacolin-Nackaerts M., Salaméro E. (2022), « Usages du yoga et «gestion des émotions» à l'école », dans *Les émotions des élèves à l'école au XXIe siècle*, Tréma.
- Cabanas E., Illouz E., Happycratie (2018) *Comment l'industrie du bonheur a pris le contrôle de nos vies*, Paris, Premier Parallèle.
- Cousin B., Chauvin S. (2019). « Entraîner les dominants. Tennis, yoga et service des ultra-riches », *Actes de la recherche en sciences sociales*, vol. 230, no. 5, pp. 76-91.
- Dalgalarrondo S., Fournier T. (2019), « Introduction. Les morales de l'optimisation ou les routes du soi », *Ethnologie française*, vol. 49, no. 4, pp. 639-651.
- De Michelis, E. (2004). *A History of Modern Yoga*, New York – Londres, Continuum,
- Garcia M.-C., Fraysse M. Bataille P. (2023), « Normalizar el comportamiento de los alumnos a través del yoga en Francia. Primeros elementos de investigación », *Arxius de Ciències Socials*, Universitat de Valencia, num. 45.
- Di Placido M. (2018), « Serving, Contemplating and Praying: Non-Postural Yoga(s), Embodiment and Spiritual Capital, » *Societies*, MDPI, vol. 8(3), pages 1-21, September.
- Foucault, M. (2011). « L'éthique Du Souci de Soi Comme Pratique de La Liberté. » *Dits et Écrit*, Gallimard, 2001, pp. 1527-48.
- Godrej, F. (2022). Yoga, Meditation, and Neoliberal Penalty: Compliance or Resistance? *Political Research Quarterly*, 75(1), 47-60.
- Hoyez, A.-C. (2012). *L'espace-monde du yoga*. Rennes, PUR.
- Marquis N. (2014), *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*. Presses Universitaires de France.
- Jain A. (2012) « Branding Yoga: The Cases of Iyengar Yoga, Siddha Yoga and Anusara Yoga. » *Approaching Religion*, vol. 2, no. 2, pp. 3-17.
- Markula, P. (2014). The Moving Body and Social Change. *Cultural Studies <-> Critical Methodologies*, 14(5), 483-495.
- Madec A. (2017), « Les ploucs, les bourgeoises et les filles comme nous. Ethnosociographie d'un cours de yoga démocratique », *Hyper Article en Ligne - Sciences de l'Homme et de la Société*.
- Newcombe, S. (2019), *Yoga in Britain: Stretching Spirituality and Educating Yogis*. Equinox.
- Puustinen L., Rautaniemi M. (2015), "Wellbeing for Sale: Representations of Yoga in Commercial Media." *Temenos - Nordic Journal of Comparative Religion*, vol. 51, no. 1, June 2015, pp. 45-70.
- Röcke A. (2021), *Sociology of Self-Optimisation / Soziologie der Selbstoptimierung*, Shirkamp-Insel, Berlin.
- Rose, N. (1990). *Governing the soul: The shaping of the private self*. Taylor & Frances/Routledge.
- Salaméro E., Doga M. Julhe S. (2022), « Entre ajustement et renouvellement : le yoga au service du métier d'éducateur », dans revue *Interrogations ?*, N° 35 - De la création à la contestation : délimiter les sports alternatifs [en ligne], <https://www.revue-interrogations.org/Entre-ajustement-et-renouvellement,745>
- Singleton M. (2010), *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practice*. Oxford University Press, 2010.