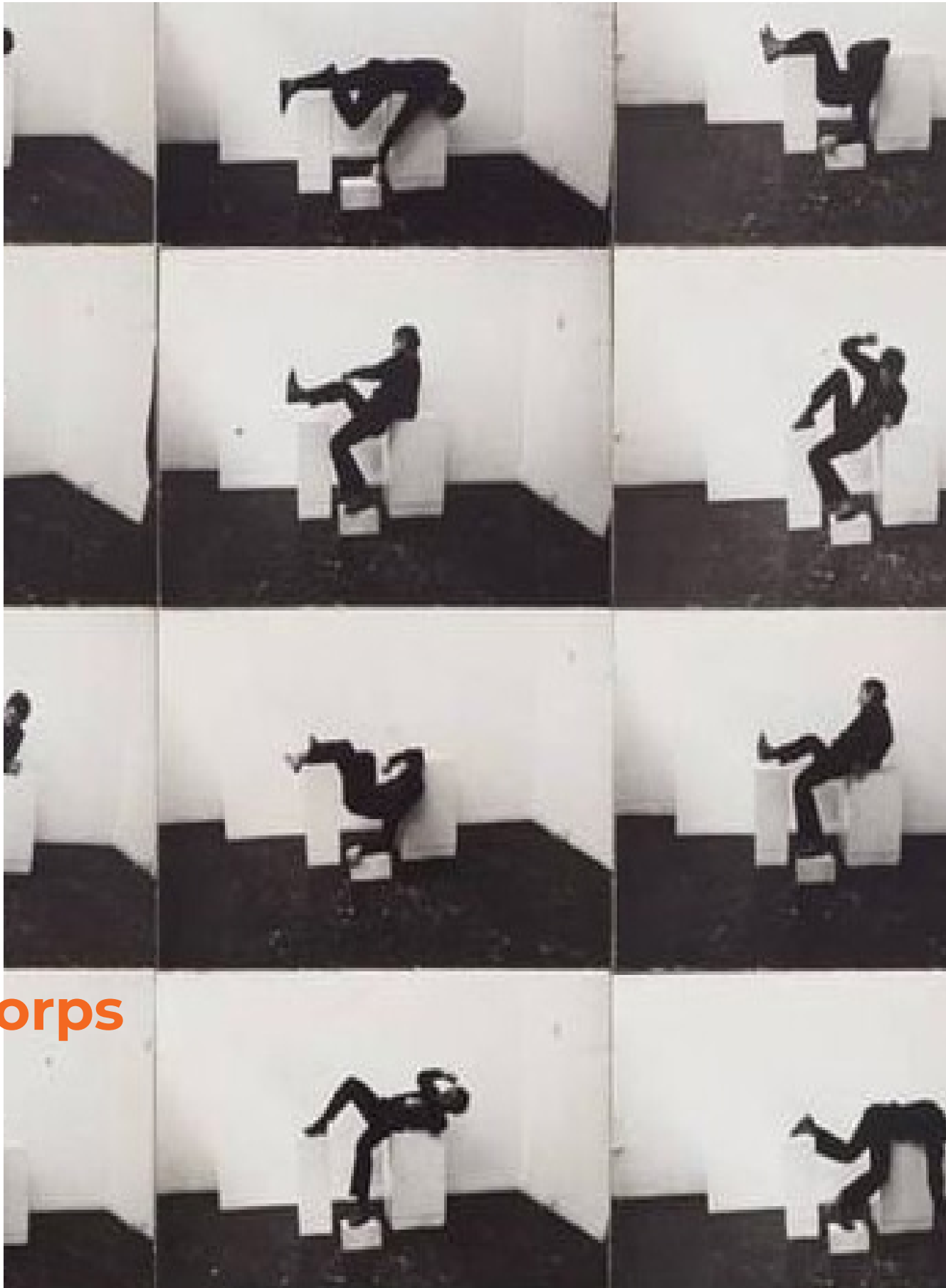


# Ensaamag.



**En Corps**  
N°06

# Édito

Nous vivons dans une société qui valorise la performance, l'apparence ou la santé, et qui nous incite à contrôler notre corps par tous les moyens possibles. Que ce soit par le sport, la chirurgie esthétique, les régimes alimentaires, les médicaments, ou les technologies, nous cherchons à modeler notre corps selon nos désirs.

Mais cette quête de la maîtrise du corps n'est-elle pas illusoire ? Ne sommes-nous pas soumis à des forces qui nous dépassent, comme le vieillissement, la maladie ou la mort ? Ne risquons-nous pas de perdre le sens de notre humanité et notre liberté en voulant à tout prix dominer notre corps ?

Le corps n'est pas un objet que l'on peut manipuler à volonté. C'est une partie intégrante de notre identité, de notre relation au monde et aux autres. Le corps n'est pas un problème à résoudre, c'est une réalité à vivre.

Plutôt que de chercher à maîtriser notre corps, ne devrions-nous pas plutôt l'écouter, le respecter et l'accepter ? Plutôt que de nous conformer à des standards imposés, ne devrions-nous pas plutôt affirmer notre différence ? Plutôt que de nous enfermer dans une logique de compétition et de comparaison, ne devrions-nous pas plutôt ouvrir notre esprit à la solidarité ?

La domination de nos désirs sur notre corps n'est pas une fin en soi. C'est un moyen parmi d'autres de nous épanouir. Mais ce n'est pas le seul, ni le plus important. Il y a d'autres dimensions de notre existence qui méritent notre intérêt : il en va de la culture, de l'art, des sciences ou de la philosophie.

De surcroît, nous aborderons des sujets tel que le handicap, la dépendance ou le dépassement de soi afin, que vous, lecteur, preniez conscience que la maîtrise physique est un défi. Un défi qui nous invite à réfléchir, à dialoguer et à débattre. Un défi qui nous concerne tous.

L'équipe éditorial d'ENSAAMAG



## Sommaire

**p.2 Intro** Est-on toujours maître de son corps?  
- Lucas, Louis, Muriel, Anna, Maëlys

**p.4 Dossier**  
- Lucas

**p.8 Actualité**  
- Lucas

**p.10 Focus**  
- Muriel

**p.11 Portrait**  
- Louis

**p.12 Interview**  
- Louis

**p.14 Analyse de l'image**  
-Maëlys

**p.16 Sur vos écran**  
- Anna

**p.18 Le coin Lecture**  
- Anna

**p.20 À l'Ensaama**  
- Muriel

**p.22 Horoscope**  
- Anna, Lucas

## Dossier:

Les modifications corporelles, qu'elles soient temporaires comme le maquillage, ou permanentes comme les tatouages et les piercings, sont des sujets de discussion complexes qui créent des divergences. Elles englobent une variété de pratiques culturelles, esthétiques et personnelles. Le corps, objet de nombreux fantasmes, a longtemps été sujet de multiples modifications et moyens d'appropriation. Les modifications corporelles sont-elles alors des choix pleinement conscients et dépourvus de toute influence externe ?

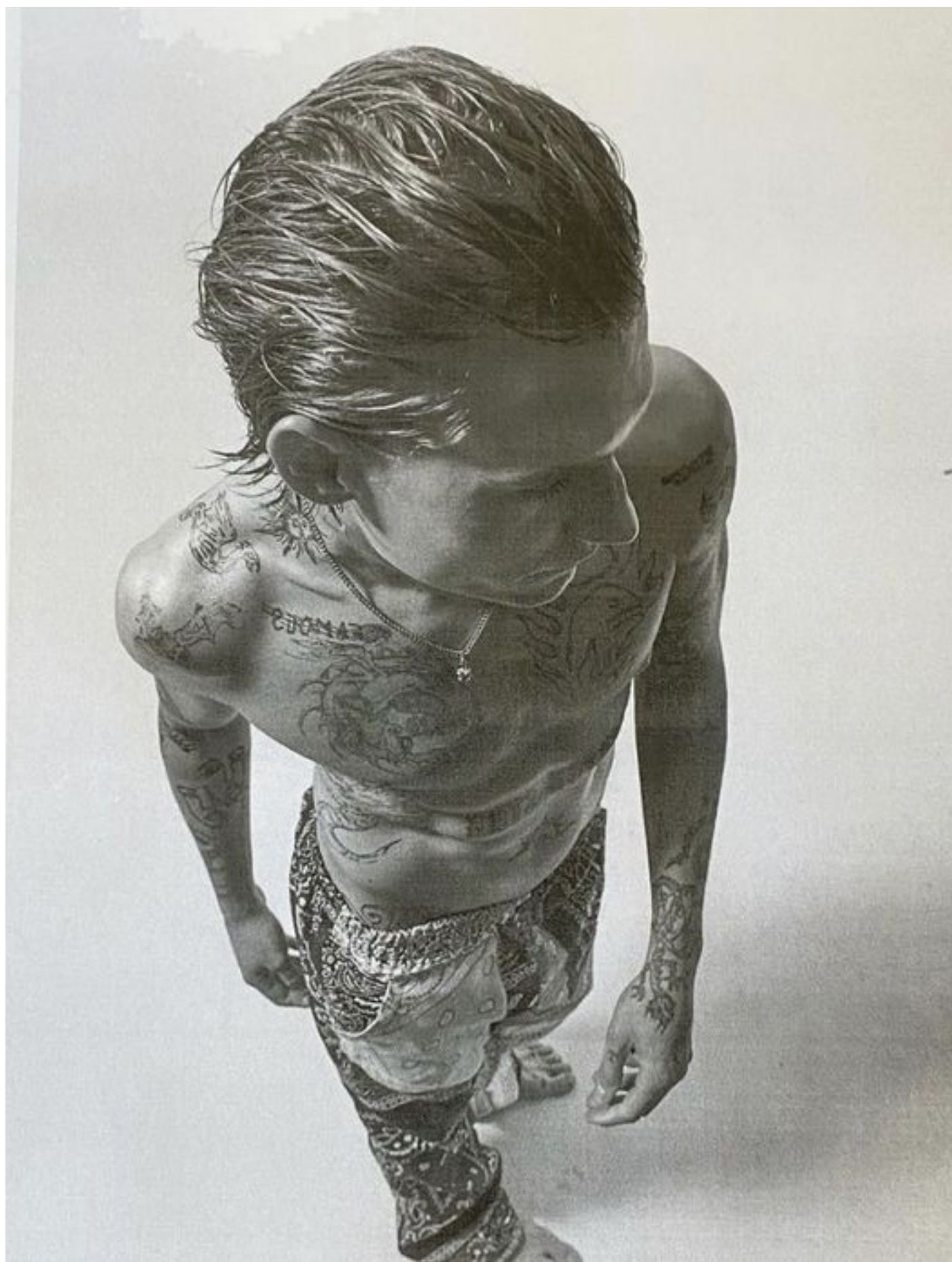
D'une part, on peut soutenir que les individus font des choix conscients pour modifier leur corps. Ces choix peuvent être motivés par des désirs personnels d'expression de soi, d'affirmation de l'identité, ou simplement d'un besoin de changement esthétique. Dans ce contexte, les modifications corporelles peuvent être vues comme des actes d'autonomie et de contrôle sur son propre corps.

D'autre part, il est indéniable que nous sommes tous influencés, à divers degrés, par les normes sociales, culturelles et/ou médiatiques. Ces influences peuvent façonner nos perceptions de la beauté et donc influencer nos décisions concernant les modifications corporelles. Nous allons explorer ces perspectives en détail, en examinant les motivations individuelles pour les modifications corporelles, ainsi que les influences socioculturelles qui peuvent jouer un rôle dans ces décisions. Nous allons également discuter des implications éthiques et de santé associées à ces pratiques.

Dans notre quête constante de perfection, nous faisons des choix conscients pour modifier notre corps. Ces modifications peuvent prendre diverses formes, allant de l'exercice physique à la chirurgie esthétique, en passant par le maquillage. Le maquillage, par exemple, est un art qui permet de transformer les traits de son visage et de son corps de façon temporaire. Charles Baudelaire, dans son "Éloge du Maquillage", a notamment développé cette idée. Dans le livre, «le peintre de la vie moderne», il exprime la recherche de l'idéal en préférant une beauté artificielle, qui s'assume comme telle, ne cherchant pas à imiter la nature mais à la transcender en créant une forme d'esthétisme absolue. Baudelaire soutient que le maquillage a pour but de créer une unité abstraite dans le grain et la couleur de la peau, rapprochant ainsi l'être humain de la statue.

Ces modifications corporelles, qu'il s'agisse de maquillage ou non, sont des expressions de notre individualité et de notre désir d'atteindre un idéal de beauté. Elles sont le reflet de notre quête constante de perfection. En fin de compte, que nous choisissons de nous maquiller, de faire de l'exercice ou de subir une chirurgie esthétique, ces choix sont une affirmation de notre individualité et de notre désir de contrôler et de façonner notre apparence selon nos propres désirs. C'est une forme de concrétisation du désir de transformation et de la capacité à vouloir dépasser les limites imposées par la nature.





Cependant ces modifications sont influencées par les normes et les attentes sociétales. Par exemple, les normes de beauté peuvent encourager les individus à modifier leur apparence physique. Ces modifications peuvent être vues comme une tentative de se conformer à un idéal de beauté promu. Sylvie Borau témoignera notamment de ce phénomène dans le domaine de la publicité. Il y aborde le problème éthique de l'industrie publicitaire sur les conséquences d'anxiété corporelle. En effet, les publicitaires choisissent des modèles aux physiques idéalisées, souvent inatteignables naturellement pour vendre les mérites de leur produit. Le besoin naturel des Hommes à se comparer aux autres impactera leur estime d'eux mêmes. Étonnamment on pourra alors croire qu'en affichant des physiques représentatif de la réalité commune on impacterait davantage le consommateur qui se reconnaîtrait. Mais ce qui crée un paradoxe toxique pour la société c'est quelle préfère les physiques de mannequins aux physiques plus réalistes. L'Homme a ainsi une attache sentimentale plus forte concernant l'esthétisme que la réalité.

De plus, les modifications corporelles peuvent également être influencées par des facteurs culturels et religieux.

Enfin pour David LeBreton il serait presque naïf de penser que ces formes de transformations corporelles amène à une singularisation. Il constate depuis plusieurs décennies un engouement toujours prononcé pour les tatouages et les piercings, notamment chez les jeunes. Il y décrit une forme de mode au point que certains préfèrent ôter ces marques d'originalité percevant une forme de «conformisme ambiant».

En conclusion, il est clair que les modifications corporelles sont un phénomène complexe qui implique à la fois des motivations individuelles et des influences socioculturelles. D'une part, ces modifications peuvent être vues comme des actes d'autonomie, permettant aux individus d'exprimer leur identité et de contrôler leur propre corps. D'autre part, nous ne pouvons ignorer l'impact de la société sur nos perceptions de la beauté et, par conséquent, sur nos décisions de modifier notre corps. En fin de compte, chaque individu a le droit de choisir comment il souhaite présenter son corps au monde, mais il est également crucial de comprendre et de respecter les influences et les conséquences potentielles de ces choix.



# Actualité:

## Le droit à l'avortement

Le 8 mars 2024, une loi constitutionnelle a été actée pour inscrire la liberté de recourir à l'interruption volontaire de grossesse (IVG) dans la Constitution de 1958. Cette loi historique garantit aux femmes le droit fondamental d'avoir accès à l'avortement et interdit toute remise en cause future de cette liberté par la loi.

Elle modifie l'article 34 de la Constitution pour y inscrire que «La loi détermine les conditions dans lesquelles s'exerce la liberté garantie à la femme d'avoir recours à une interruption volontaire de grossesse».

Le texte avait été voté par les députés le 30 janvier 2024 par 493 voix contre 30, puis par les sénateurs le 28 février 2024 par 267 voix contre 50 et 22 abstentions.

En devenant une partie intégrante de la Constitution, le droit à l'avortement est protégé contre les changements politiques et d'opinion publique. Cela garantit que les droits relatifs à la maîtrise du corps deviennent inaliénables.

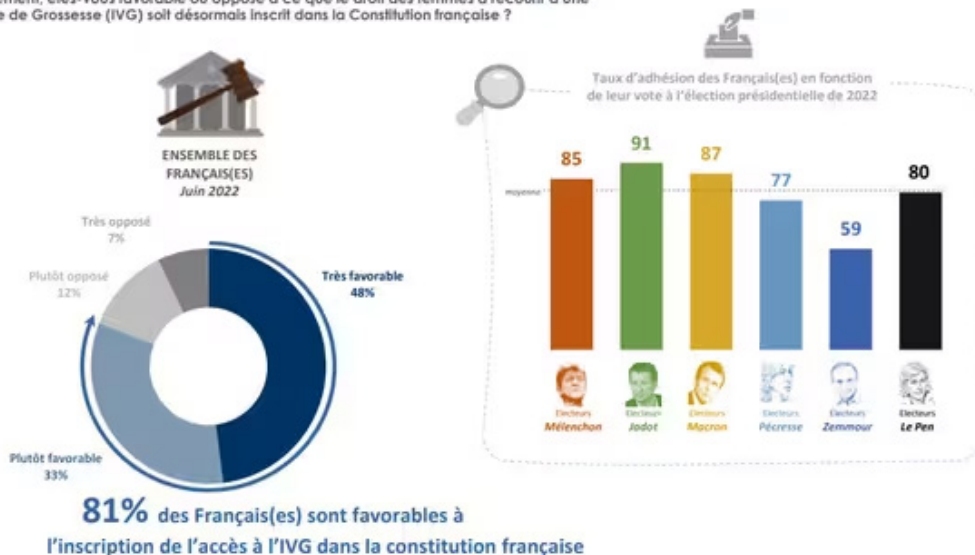
La France a émis un symbole fort en montrant leur soutien et leur investissement dans le droit des femmes à disposer de leur corps, ce qui pourrait influencer d'autres pays à la suivre. Dans un contexte international où certains pays ont récemment restreint ou interdit l'accès à l'avortement, cette loi constitue un témoin majeur des changements de mentalité dans le monde. Enfin elle contribue à l'égalité des sexes en assurant que les femmes ont le même droit que les hommes à prendre des décisions concernant leur santé et leur corps sans contrainte ni discrimination.

Avec cette loi, la France devient donc le premier pays au monde à reconnaître dans sa Constitution la liberté de recourir à l'avortement.

## L'ADHÉSION À L'INSCRIPTION DE L'ACCÈS À L'IVG DANS LA CONSTITUTION FRANÇAISE

Après la décision de la Cour suprême américaine de révoquer le droit fédéral à l'avortement, des députés ont déposé une proposition de loi visant à inscrire dans la Constitution française le droit à l'interruption volontaire de grossesse (IVG).

**Question :** Personnellement, êtes-vous favorable ou opposé à ce que le droit des femmes à recourir à une interruption volontaire de grossesse (IVG) soit désormais inscrit dans la Constitution française ?





## Focus: Les Tics

Tu sais, c'est un truc bizarre, ces tics, tu vois? Comme quand tu t'assois là, tranquille, et tout à coup, bam! Ton œil cligne tout seul, ou alors t'as cette envie pressante de tousser sans raison. Tu penses contrôler ton propre corps, mais parfois, il décide de prendre les rênes sans te demander ton avis, tu vois le genre? Et puis y a ces moments, tu sais, quand tu veux juste être normal, mais ton corps en a décidé autrement. Genre, «hey, je vais faire un petit saut ici, histoire de pimenter la journée», et toi du coup tu te retrouves là, à jongler avec ces trucs, comme un funambule sur un fil. Mais bon du coup, on fait avec quand même, parce que c'est juste une partie de qui on est, et au final, ça rend la vie un peu plus... intéressante, tu vois?

## Portrait:

### LAURIE MOUCHERON, rescapée de la «colline du crack»

Laurie Moucheron est une jeune femme de 23 ans, mère de deux enfants. Elle est l'une des rares personnes à être parvenue à surmonter l'enfer du crack. Seulement âgée de 15 ans, Laurie tombe dans l'addiction et vit sur la colline du crack près de la porte de la chapelle à Paris. Après quatre longues années, plongée dans l'enfer de la prostitution, de l'alcool et de la drogue, elle parvient à surmonter son addiction grâce à la naissance de son premier enfant. Elle vit aujourd'hui chez sa mère en Belgique avec ses deux enfants. C'est à 21 ans, que Laurie livre son témoignage dans un récit autobiographique retraçant sa vie et ses épreuves. Ce livre porte un message d'espoir pour toutes les personnes prisonnières de leurs addictions.

Bien que Laurie semble aller mieux aujourd'hui, une question demeure.

Comment une fille âgée de seulement 15 ans a pu être amenée à consommer du crack et à se prostituer ?

Pour cela, nous devons nous attarder sur l'enfance de Laurie Moucheron. Encore jeune enfant, Laurie subit des actes incestueux venant de son père qui l'agressa sexuellement à de nombreuses reprises. Pour faire face à ces abominations, la mère de Laurie fait tout ce qui est en son pouvoir pour l'éloigner de son père. Ainsi, la jeune fille est alors envoyée en internat et en centre pédopsychiatrique dont elle s'enfuira avant de vivre dans la rue et de côtoyer de mauvaises fréquentations qui la feront plonger dans l'addiction.

Dans divers interviews, Laurie nous explique son rapport malsain au crack. Sa consommation lui procure du plaisir, une impression de s'évader, d'être en quelque sorte libérée du corps et de ses entraves. Seulement, après le plaisir vient un contre-coup qui se traduit par de l'anxiété et des crises d'angoisse.

Ainsi, la consommation du crack semble avoir été pour Laurie un moyen de libérer son esprit du corps qui l'emprisonne. Un corps qui lui fut dépossédé dès son enfance par son père. A partir de ce jour, elle en perdit la maîtrise et s'enfonça de plus en plus dans la perte de son emprise avec le crack et l'alcool. Une perte de contrôle allant même jusqu'à entretenir avec lui un rapport marchand à travers la prostitution. Le crack fut pour Laurie, pendant quatre longues années le maître. Sa vie ne lui appartenant plus, seule la responsabilité de celle de son enfant fut le déclencheur d'une reprise de contrôle sur son esprit, sur son corps et sur sa vie.



# Interview:

## La salle, lieu de transformation

Ensaamag – Bonjour !

Anonymag – Bonjour.

Ensaamag – Nous sommes venus dans cette salle de sport afin de nourrir un article qui porte sur la relation entre le corps et l'esprit dans la musculation. Voulez-vous bien répondre à quelques-unes de nos questions ?

Anonymag – Euh ... oui si vous voulez ... si ce n'est pas trop long.

Ensaamag – Merci à vous, ne vous inquiétez pas, cela ne durera que quelques minutes !

Anonymag – D'accord.

Ensaamag – Pourquoi avoir choisi la musculation ? Ce choix était-il guidé par la recherche d'un nouveau corps ?

Anonymag – Vous savez, je pense que de manière générale, la plupart des gens qui s'inscrivent en salle de musculation sont ici pour se construire un nouveau corps.

Ensaamag – Et quelle est la raison à cela ? Pourquoi ressentiez-vous l'envie de vous construire un nouveau corps ?

Anonymag – Moi ?

Ensaamag – Oui, vous.

Anonymag – Euh ... bah personnellement je dirai que c'est un manque de confiance en moi qui m'a poussé à commencer la musculation.

Ensaamag – A quoi était dû ce manque de confiance en vous ? En quoi la musculation était-elle une solution ?

Anonymag – Euh ... la plupart du temps, je pense que ce manque de confiance en soi est dû à du harcèlement scolaire, au fait de subir des intimidations ou d'avoir des complexes. Je pense que la musculation permet de se sentir mieux dans son corps et dans sa tête.

Ensaamag – Les autres sports ne permettent pas la même chose ?

Anonymag – C'est différent. La musculation n'est pas vraiment un sport loisir. Enfin d'un point de vue extérieur on n'y va pas pour s'amuser. Vous savez c'est très différent, en musculation vous "jouez" contre vous pas contre quelqu'un d'autre. Je pense que la musculation c'est se prouver quelque chose à soi-même avant tout et pas chercher à prouver quelque chose vis-à-vis des autres. La musculation c'est se battre contre soi, contre son corps, contre son esprit.

Ensaamag – D'accord, et comment se déroule la vie d'un pratiquant de musculation dans la conquête de soi ?

Anonymag – Au départ c'est relativement difficile car on n'y connaît pas grand-chose. C'est comme toute chose nouvelle, on y plonge un peu à l'aveugle. Après quelques mois, on trouve ses marques. De gros changements arrivent vite, on voit notre corps évoluer rapidement. Cette période s'accompagne d'ailleurs d'un élan d'exhibition sûrement lié au manque de confiance toujours relativement présent ainsi que du manque de maturité vis-à-vis de la pratique.

Ensaamag – Comment se sent-on à ce moment-là ?

Anonymag – Dans cette période on se sent maître de son corps, c'est comme si notre corps se pliait totalement à notre volonté. Seulement, après un an de pratique, on fait face à la stagnation. À ce moment-là le corps évolue plus lentement et les performances stagnent.

Ensaamag – Quel est le rapport au corps dans cette période ?

Anonymag – C'est assez frustrant comme période. On se prend une sorte de gros retour de bâton, l'esprit perd constamment face au corps. La stagnation met en quelque sorte l'esprit à l'épreuve. C'est d'ailleurs dans cette période qu'une grande partie des gens abandonnent.

Ensaamag – La frustration est fréquente dans ce sport ?

Anonymag – Oui, c'est même un combat permanent. L'évolution d'un pratiquant est ponctuée par des phases de progression et de stagnation.

Ensaamag – Qu'est-ce qui vous fait tenir et continuer dans ce sport ?

Anonyme – La Discipline. La musculation c'est une forme d'exigence de soi. On est exigeant vis-à-vis de notre corps et vis-à-vis de notre esprit. Il suffit de s'imposer une routine et de s'y tenir. Après ça devient une habitude et même un besoin. Si on ne va pas s'entraîner, on culpabilise et on s'en veut. Ça constitue une sorte d'échec.

Ensaamag – Quand est-ce qu'on est satisfait de son corps ?

Anonymag – Au fur et à mesure la question "superficielle" liée à l'apparence du corps devient secondaire et laisse place à un désir de performance. Après on n'est jamais satisfait, on en veut toujours plus. En soi, c'est ce qui nous fait avancer que ça soit dans le sport ou même dans la vie de tous les jours. Le corps et l'image qu'il renvoie peut même devenir une forme de complexe.

Ensaamag – Dans quelle mesure le corps musclé peut-il devenir un complexe ?

Anonymag – La pratique de la musculation étant sujet à de nombreuses incompréhensions, elle est par conséquent dénigrée. On se sent parfois jugé, critiqué et même moqué. On est souvent réduit à notre corps et on existe au travers du regard des autres que par notre corps.





# Analyse d'image:

**Sans titre, Lucy McRae**  
**Extrait de l'exposition Futurekin,**  
**musée Laemmle NoHo 7, Los Angeles, 2024**  
**Photo: Ariel Fisher**

**Commandé par HeK and MU for Real Feelings**

Quel avenir pour notre corps dans un monde où les technologies pullulent ? C'est ce que questionne l'artiste Lucy Mcrae à travers ces œuvres, aussi intrigantes que angoissantes. Véritable architecte du corps, c'est le sien qu'elle utilise à travers la sculpture, la photographie et le film. Elle invente des scénarios dans un monde gouverné par les nouvelles technologies et une volonté de perfection. Un monde qui n'est pas si lointain. Sa dernière exposition, Futurekin, interroge la maîtrise du corps.

S'appropriant ces approches high tech, elle les fait réapparaître sous un autre point de vue. Elle s'approprie les technologies émergentes, collabore avec des instituts de premier plan tels que la NASA, le MIT et Ars Electronica. Résultat : un matelas ficelé, quelques accroches et du tissu. A travers ce choix, l'artiste met en lumière un paradoxe : la technologie qui nous entoure est complexe, pourtant son usage est incrusté dans notre quotidien, simplifié. Elle contrôle notre rapport au corps.

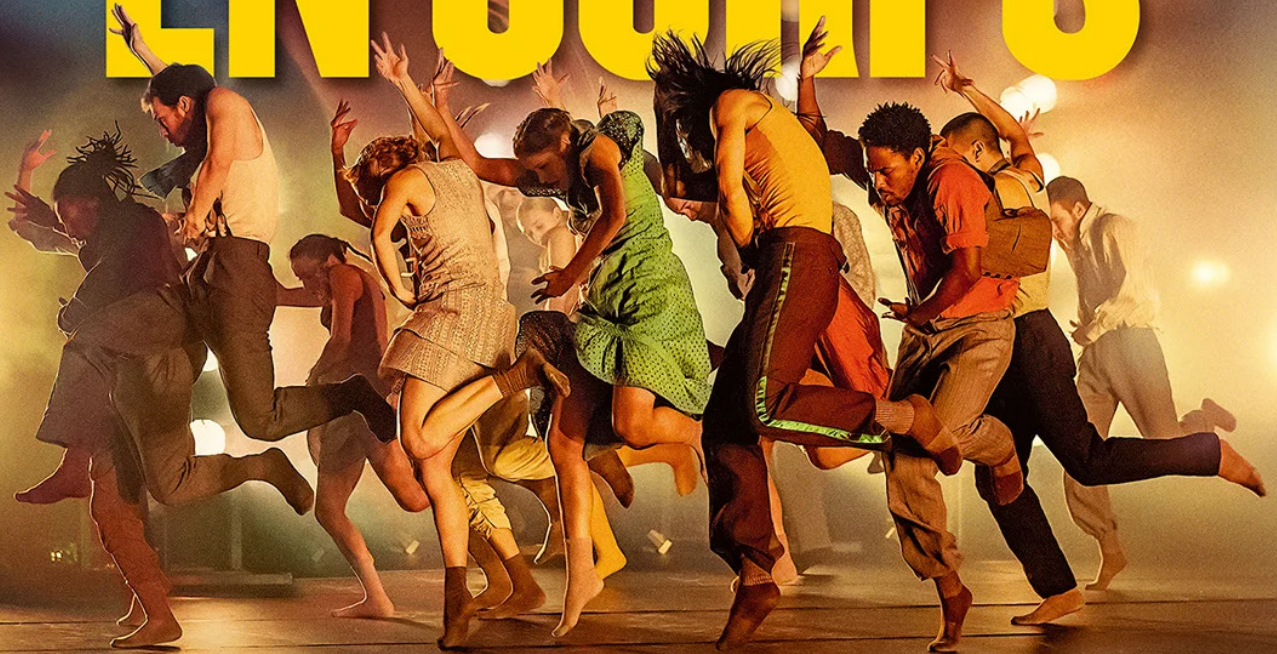
Entre formes organiques et silhouettes humaines  
 Les tons mats qui s'étendent à travers l'image poussent à la confusion : Où commence la peau? Où commence la machine? Les périmètres du corps sont confus. Éprouvé par les surépaisseurs, écrasé par la machine, l'humain devient monstre. Le corps possède tous ses membres, il est pourtant couvert de prothèses. Loin des prothèses actuelles, minimalistes et fonctionnelles, Lucy McRae imagine un monde où les ajouts technologiques ne sont plus camouflés mais exagérés. Ce qui servirait hier à redonner un "passeport social" (terme extrait de la seconde guerre mondiale en rapport avec le masquage du visage des gueules cassées) servira peut-être demain à changer le rapport entre beauté et perfection.

Jusqu'où le génie éthique peut-il faire évoluer le corps humain?  
 L'humain porte un livre, marqueur d'intelligence. Pourtant, ses yeux sont couverts par un masque géométrique, rappelant les casques de réalité virtuelle. L'artiste nous met en garde. Notre soif de connaissance nous dissocie de notre corps. Mais cette émancipation de l'esprit n'est-elle pas une nouvelle forme d'aliénation ? Son travail ramène au cœur du débat des questions métaphysiques.

Un appel à la vulnérabilité  
 Dans le monde de la startup technologique, la mission est de supprimer toutes formes de vulnérabilité . Mais selon Mcrae, ce qui nous rend humains, ce sont nos faiblesses et blessures. Nous maîtrisons et connaissons notre corps en surmontant ces choses que nous voulons enlever en nous. Il y a une certaine valeur dans l'expérimentation de la faiblesse et la vulnérabilité. "Si vous trouvez une vertu dans ces faiblesses, auriez- vous envie de les effacer?"

CE QUI ME MEUT & STUDIOCANAL  
PRÉSENTENT

# UN FILM DE CÉDRIC KLAPISCH EN CORPS



MARION BARBEAU HOFESH SHECHTER DENIS PODALYDÈS MURIEL ROBIN PIO MARMÄI FRANÇOIS CIVIL SOUHEILA YACOUB  
DE LA COMÉDIE-FRANÇAISE

MEYHON BAKI ALEXIA GIORDANO ROBINSON CASSARINO - avec ALEXIS KAVYRCHINE - montage ANNE-SOPHIE BIGNON - décors MARIE-CHEMINAL - costumes ANNE SCHLOTTE - casting CONSTANCE DE MONTROY - 1<sup>er</sup> assistant-réalisateur ELSA LAHOUSSA - scripte ÉLISE CAMURAT - décor scénariste MARC COHEN - son CYRIL MORISSON - Nicolas MOREAU - CYRIL HOLTZ - musique HOFESH SHECHTER - avec la participation de THOMAS BANGALTER - chefs-opérateurs FLORENCE CLERIC - HOFESH SHECHTER - direction de post-production ISABELLE MORAV - direction des productions SYLVIE PEYRE - une coproduction CE QUI ME MEUT - STUDIOCANAL - FRANCE 2 - CINE MA - PANACHE PRODUCTIONS & LA COMPAGNIE CINÉMATOGRAPHIQUE - PROXIMUS & VOD - BEVY - producteurs associés HOFESH SHECHTER & HOFESH SHECHTER COMPANY - avec la participation de CANAL+ - CINE+ - avec la participation de FRANCE TÉLÉVISIONS - un scénario de CÉDRIC KLAPISCH & SANTIAGO AMIGORENA - produit par BRUNO LEVY

canal+ 2cinéma france.tv CINE+ [Empire] [cinematographique] [30] TV VOD proximus tashalter.be STUDIOCANAL

# Sur vos écran:

## En Corps

Dans le monde du cinéma, le corps est souvent un terrain de narration complexe et fascinant. « En Corps », un film sorti et acclamé en 2022, plonge profondément dans cette thématique, explorant les liens entre la maîtrise corporelle et l'identité humaine. Réalisé par Cédric Klapisch et Hofesh Shechter, ce long métrage offre une réflexion saisissante sur la façon dont nous habitons et contrôlons nos propres corps, tout en interrogeant les implications psychologiques et sociales qui en découlent.

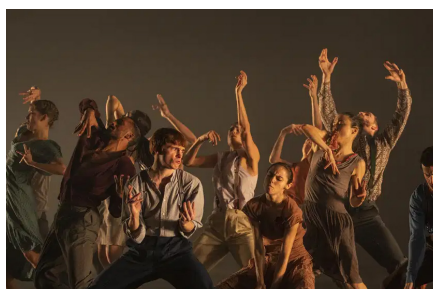
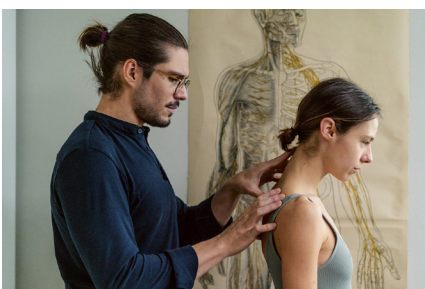
Le récit d'« En Corps » tourne autour de plusieurs personnages, chacun luttant avec sa propre relation au corps. L'intrigue se concentre sur une danseuse de ballet prometteuse, Anna, qui subit une blessure grave qui met en péril sa carrière et son identité. Contrainte de réapprendre à contrôler son corps, elle se trouve confrontée à des défis physiques et émotionnels déconcertants. Parallèlement, le film suit également d'autres personnages, notamment un culturiste obsessionnel, un artiste tatoueur et une personne en transition de genre, tous explorant à leur manière la notion de maîtrise corporelle et d'acceptation de soi.

L'une des forces du film réside dans sa capacité à capturer la complexité de l'expérience corporelle à travers une variété de perspectives. Chaque personnage apporte une dimension unique à la discussion, illustrant les différentes façons dont nous pouvons interagir avec nos corps. De la discipline rigoureuse du ballet à la performance athlétique intense en passant par les transformations physiques et les transitions identitaires, « En Corps » offre un portrait riche et nuancé de la diversité corporelle. La maîtrise du corps est un thème central qui résonne tout au long du film. À travers les défis auxquels sont confrontés les personnages, qu'il s'agisse de surmonter des blessures, de sculpter leurs physiques ou de s'approprier leur identité, le film explore les limites de ce que signifie vraiment contrôler son propre corps. Cette exploration soulève des questions profondes sur le pouvoir, la vulnérabilité et l'autonomie, invitant le spectateur à réfléchir à sa propre relation avec son corps et à la manière dont il façonne son identité.

De plus, « En Corps » ne se contente pas d'explorer la maîtrise corporelle d'un point de vue individuel, mais examine également ses implications sociales et culturelles plus larges. Les pressions sociales pour correspondre à des normes esthétiques ou de genre spécifiques sont abordées avec sensibilité, mettant en lumière les luttes que beaucoup rencontrent pour trouver l'acceptation de soi dans un monde obsédé par l'apparence et la performance.

Sur le plan cinématographique, « En Corps » brille également par sa mise en scène et sa direction artistique. Les séquences de danse sont captivantes, exprimant à la fois la beauté et la brutalité du mouvement corporel, tandis que la photographie et la composition musicale créent une atmosphère immersive qui enveloppe le spectateur dans l'expérience sensorielle des personnages.

En somme, « En Corps » est bien plus qu'un simple film sur le corps humain ; c'est une méditation profonde sur la façon dont nous habitons nos corps et les façons dont ils influencent notre perception de nous-mêmes et du monde qui nous entoure. À travers son exploration cinématographique riche et émouvante, le film offre une occasion précieuse de réfléchir sur notre propre rapport à notre identité corporelle et à la manière dont nous pouvons trouver la liberté et l'authenticité en apprenant à maîtriser nos corps.



# Peau d'Homme

Hubert

Zanzim



Glénat

## Le coin lecture:

# Peau d'homme

La bande dessinée «Peau d'homme», une œuvre audacieuse et poignante créée par Hubert et Zanzim, aborde la question complexe de la maîtrise du corps et de l'identité dans une société marquée par les normes rigides de genre. Publiée chez Glénat en 2020, cette BD nous entraîne dans un voyage fascinant à travers le XVIII<sup>e</sup> siècle français, où les personnages naviguent entre désir, liberté et exploration de soi à travers une relecture moderne du conte de Charles Perrault, «Peau d'âne».

Le récit suit la vie d'une jeune femme, Aude, qui se trouve confrontée aux attentes de la société et aux pressions familiales lorsqu'elle découvre son homosexualité. Pour échapper à un mariage forcé avec un homme qu'elle n'aime pas, Aude utilise un sortilège de sa grand-mère pour se métamorphoser en homme. Elle enfle la Peau d'homme. Sous cette nouvelle identité, elle expérimente la masculinité et découvre un monde où les privilèges et les contraintes diffèrent de ceux qu'elle connaissait en tant que femme.

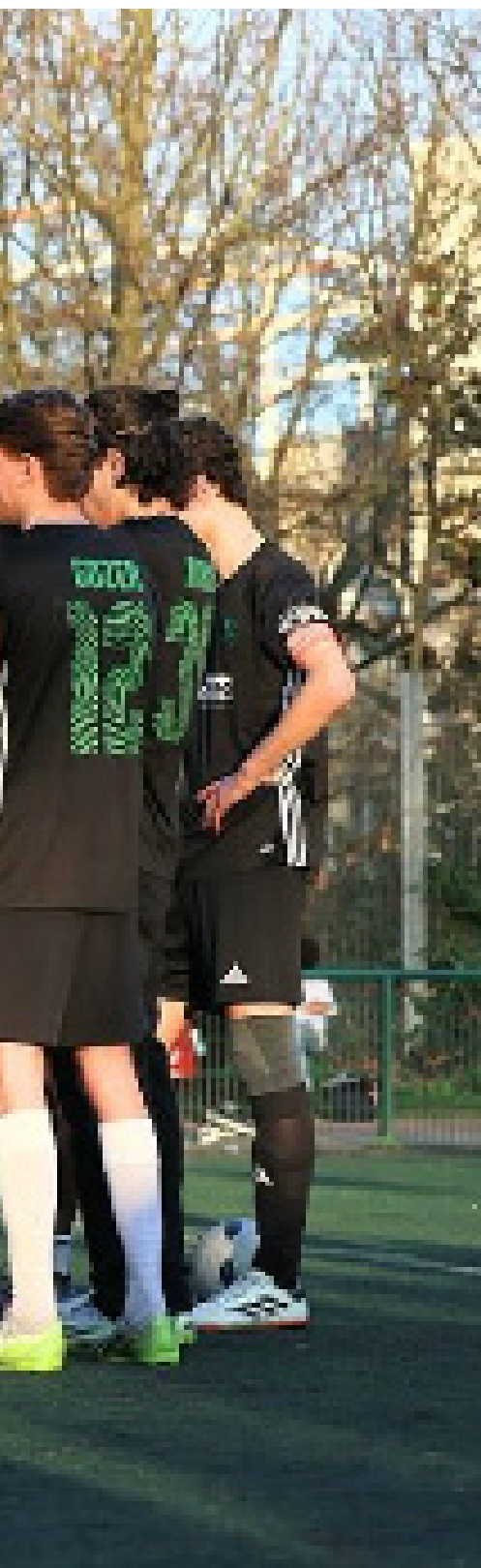
Le thème de la maîtrise du corps est au cœur de l'histoire. Aude, en se transformant en homme, acquiert une nouvelle perception de son corps et de sa place dans la société. Elle découvre les privilèges mais aussi les limites et les contraintes qui pèsent sur chaque genre. À travers cette métamorphose, la bande dessinée explore les questions de genre, d'identité et de liberté individuelle.

Aude apprend à naviguer dans ce nouvel univers, confrontée à des dilemmes moraux et émotionnels, tout en cherchant à retrouver sa véritable identité.

En fin de compte, «Peau d'homme» se révèle être bien plus qu'une simple histoire d'amour et d'identité. C'est une méditation profonde sur la nature du corps, du désir et de la liberté individuelle, nous invitant à réfléchir sur notre propre rapport à notre corps et à notre identité dans un monde où les normes et les attentes sociales exercent une pression constante.







## À L'ENSAAMA:

Au sein de l'ensaama, les élèves eux-mêmes cherchent à gagner en maîtrise sur leur corps. Chaque lundi et mercredi soir, sur un terrain du Stade Suzanne Lenglen, les membres de l'équipe du Football Club Olivier de Serres s'entraînent assidûment. Afin d'améliorer leurs performances physiques et stratégiques, ils enchaînent exercices techniques, mise en forme, matchs d'entraînement, etc... sous les instructions avisées du coach, un élève de deuxième année.

Au-delà de l'aspect convivial de cette activité, à la fois par la cohésion entre les élèves de l'école et la compétition amicale avec des étudiants en design d'autres écoles, s'instaure sur le terrain un rapport au corps différent. Leur corps est évidemment pour les joueurs au centre de leur pratique.

Le football demande à la fois des performances physiques, techniques et stratégiques. Quand le corps fait défaut (un sprint pas assez rapide, un tir pas assez puissant, un saut pas assez haut,...) c'est une frustration, une déception envers soi-même. Le corps limite, et tout l'enjeu des entraînements et prendre le contrôle de ces limites pour les repousser.

Mais c'est aussi savoir les accepter et les respecter, nos sportifs en ont conscience. La blessure récente à la cheville d'un des joueurs, pendant un entraînement, nous l'a rappelé.

# Astro body: Alignez les étoiles pour un corps sculpté

## Gémeaux

Gémeaux, ta curiosité légendaire t'amène à tester tous les équipements de la salle de sport. Cette semaine, tu vas passer plus de temps à lire les instructions des machines qu'à réellement t'entraîner. Mais au moins, tu auras des connaissances encyclopédiques sur chaque exercice !

## Lion

Lion, cette semaine, tu vas rugir de fierté dans la salle de sport ! Tu te tiendras droit, fier comme un lion, après chaque série, même si tu as l'impression d'avoir été attaqué par une horde de gazelles. Mais rappelle-toi, la modestie est une qualité, même pour le roi de la jungle.

## Vierge

Vierge, ta rigueur légendaire fait de toi le maître de l'organisation à la salle de sport. Tu planifies chaque séance avec précision, mais attention à ne pas devenir obsédé par les détails. Parfois, il vaut mieux écouter son corps que son agenda.

## Balance

Balance, cette semaine, tu jongles entre les poids et les miroirs de la salle de sport. Tu passes tellement de temps à te regarder sous tous les angles que tu finis par oublier de faire tes exercices. Mais au moins, tu as un selfie parfait pour chaque répétition !

## Scorpion

Scorpion, ta détermination est sans limite cette semaine. Rien ne peut t'arrêter dans ta quête de muscles parfaits, pas même les regards perplexes des autres membres de la salle. Mais attention à ne pas devenir trop obsessionnel. Un jour de repos ne te transformera pas en escargot !

## Sagittaire

Sagittaire, ton esprit aventurier te pousse à explorer de nouvelles façons de te muscler. Tu seras celui qui essaye le dernier gadget fitness à la mode, même s'il ressemble plus à un instrument de torture qu'à un équipement de sport. Mais tant que ça fonctionne, n'est-ce pas ?

## Capricorne

Capricorne, cette semaine, tu es aussi discipliné qu'un soldat à la salle de sport. Tu suis ton programme d'entraînement à la lettre, mais n'oublie pas de t'accorder un peu de flexibilité. Un cheat meal de temps en temps ne va pas ruiner tes gains, promis !

## Verseau

Verseau, ta nature rebelle te pousse à remettre en question les méthodes traditionnelles de musculation. Cette semaine, tu seras celui qui fait des fentes sur un swiss ball en écoutant de la musique classique. Pourquoi pas ? Tant que ça te fait sourire et transpirer !

## Poissons

Poissons, ta sensibilité te rend empathique envers chaque haltère eseuilée dans la salle de sport. Tu prendras soin de chaque poids comme s'il était ton meilleur ami, mais n'oublie pas de les soulever aussi ! Sinon, ils risquent de se sentir délaissés.

## Bélier

Ta détermination est à son comble, Bélier ! Cette semaine, tu vas soulever des poids tellement lourds que même les haltères auront besoin de thérapie. Attention à ne pas te prendre pour Hulk et à ne pas déchirer ton t-shirt en plein entraînement !

## Taureau

Taureau, cette semaine, ton côté têtu te pousse à relever tous les défis à la salle de sport. Mais attention à ne pas confondre la musculation avec une compétition de rodéo. Tu n'as pas besoin de dompter la barre comme si c'était un taureau sauvage !

## Cancer

Cancer, ta sensibilité te rend empathique envers les autres membres de la salle de sport. Tu seras celui qui reconforte celui qui se tord de douleur après une série de squats. Mais n'oublie pas de te concentrer sur tes propres muscles, sinon tu risques de te retrouver avec des bras de crevette !



Rédac-chef **Lucas Jollec**

Secrétaire de rédaction **Louis Chapelet**

Maquettistes Graphistes **Anna Fontaine-Gavino, Maëlys Meriochaud**

Correcteur **Muriel Pyrat**

Responsabilité éditoriale **Aurelien Pigeat**

Imprimé **Ensaama**

