

Effractions, le podcast #24 : *Créatine*, par Thierry Terret

[Générique]

« Cette masculinité, elle s'exprime à travers des pratiques, à travers des signes, à travers des symboles, des discours, des systèmes de relations aussi, dont les plus importants sont connus : la domination, la complicité, la séduction. De son côté, le sport, notamment dans ses formes les plus contemporaines, les plus modernes, est bien une invention masculine. »

Thierry Terret

[Générique]

Effractions : le podcast vous raconte le monde à travers la fiction littéraire. Dans cet épisode, il est question de musculation et de masculinité, des sujets qui traversent le roman *Créatine*, de Victor Malzac, paru chez Scribe/Gallimard en 2024.

Pour en parler, Zélie, bibliothécaire, reçoit l'historien Thierry Terret, spécialiste du sport.

Zélie :

Un jeune homme se prend de passion pour Arnold Schwarzenegger, et c'est tout un voyage dans la tête de ce drôle de personnage que nous propose le poète Victor Malzac, dans ce très bon texte, dont on sort essoufflé comme après un marathon.

Notre jeune narrateur mène une vie assez morne dans une ville banale, a une relation houleuse avec son père, et puis découvre un beau jour les films de « Schwarzy ». C'est alors un nouveau monde qui s'ouvre à lui et pour lequel il développe une passion hors du commun, celui de la musculation. Adieu l'ordinaire et les gens faibles, bienvenue dans l'univers des muscles, des piqûres de testostérone, de la beauté suprême, celle qui émane de la force extrême, qui séduit les filles et fait peur aux hommes. Le lecteur suit, haletant, le personnage qui cherche à atteindre une transcendance qu'il touche du doigt au fur et à mesure que son corps se transforme. Dans une langue musclée, Victor Malzac nous offre un monologue, choc et abrupt, écrit au vitriol, souvent très drôle, et aborde de manière singulière les injonctions faites aux garçons pour qu'ils deviennent des hommes.

[Générique]

Zélie : Dans *Créatine*, le narrateur, un jeune homme qui se prend de passion pour la musculation, fait l'éloge du corps musclé. Quelle est l'image corporelle idéale, normée, de

l'homme dans notre société ? Vous, qui êtes spécialiste de l'histoire du corps, pourriez-vous nous dire si cela a toujours été le cas dans l'histoire, et comment s'est construite cette image ?

Thierry Terret : On a affaire là à une histoire très ancienne. On peut même remonter jusqu'à l'Antiquité. Tout le monde connaît la statuaire grecque qui met en valeur un corps idéal, un corps dont l'esthétique s'appuie sur l'équilibre des masses musculaires, les volumes, les grandes lignes. Alors, évidemment les idéaux ont évolué, mais malgré tout, aujourd'hui, face à une statue de l'Antiquité, on considère toujours que c'est très proche de l'idéal. Il y a donc un fond commun, une sorte de récurrence sur les grands équilibres des volumes musculaires. Ceci étant, au cours des années, au cours des siècles, l'idéal lui-même est modifié, il est percuté par les conjonctures. Il est percuté également par la manière dont on utilise le corps, dans la sphère domestique comme dans la sphère du travail, voire du loisir. Le muscle qui reste visible, qui est toujours articulé avec l'idéal, est en effet plus ou moins lisible, visible, présenté, affiché selon les époques, mais aussi selon les catégories sociales, d'une certaine manière. Ça a été bien mis en évidence par les historiens du corps. Je pense notamment à Georges Vigarello qui, pour une même période – prenons le 18^e et le 19^e siècles –, opposait les postures de la noblesse – la prestance, le redressement, l'allure –, à l'embourgeoisement bourgeois, l'embonpoint de la bourgeoisie, et un peu d'embonpoint était un signe de réussite sociale. Et tout cela s'opposait aussi au volume musculaire, beaucoup plus présent dans les catégories sociales défavorisées : le monde ouvrier, le monde paysan. Donc, on voit bien qu'il y a des nuances assez fortes. Au 20^e siècle, l'idéal du corps musclé, d'ailleurs, se heurte à de nouvelles représentations. Au corps musclé, au corps visiblement musclé, s'oppose désormais un corps plus fonctionnel, celui qui performe, qui réussit, qui réussit vite, qui réussit rapidement, qui réussit efficacement. Pour autant, l'idéal du corps musclé n'a jamais totalement disparu, car il puise précisément ses racines dans une longue histoire de la domination par le muscle, de la domination patriarcale, de la domination guerrière, de la domination domestique, associée assez systématiquement à la réussite sociale, à la réussite professionnelle, ou à la réussite sexuelle.

Zélie : Dans le livre, le sport est pratiqué à outrance. Le narrateur passe des heures à soulever des haltères, des poids. Pourquoi associe-t-on le sport pratiqué à haute intensité au symbole de la masculinité ? Et que peut-on dire surtout sur le diktat de cette ultra performance sportive ?

Thierry Terret : La masculinité, c'est le produit d'une construction qui est à la fois culturelle, historique, sociale, mais aussi psychologique. Cette masculinité, elle s'exprime à travers des pratiques, à travers des signes, à travers des symboles, des discours, des systèmes de relations aussi, dont les plus importants sont connus : la domination, la complicité, la séduction. De son côté, le sport, notamment dans ses formes les plus contemporaines, les plus modernes, est bien une invention masculine. C'est une création des hommes faite pour

les hommes, dans ses pratiques, dans ses symboles, dans l'organisation institutionnelle sur laquelle le sport continue de s'appuyer. C'est donc une forme d'outil qui permet de conforter un certain idéal de masculinité, de le construire chez les plus jeunes, mais surtout de le pérenniser. Le sport valorise aussi des qualités qui sont associées idéalement, c'est-à-dire culturellement, aux hommes, comme la maîtrise technique, la maîtrise technologique, l'intelligence tactique, le courage, la résistance à la douleur. On connaît le « no pain, no gain ». Il est associé aussi à la réussite financière et professionnelle, d'autant plus aujourd'hui que le sport est devenu un monde de professionnels. Et pour toutes ces raisons, le sport favorise la transformation des champions, de leur image, en rôle modèle pour ceux qui ont besoin de se référer à tel ou tel idéal. Et puis, le sport permet d'organiser et de montrer la norme hétérosexuelle de façon extrêmement prégnante – d'où d'ailleurs, les difficultés aujourd'hui pour les champions les plus connus de faire leur coming-out, d'où aussi les problématiques révélées dans le monde du sport aujourd'hui par la vague #MeToo qui montre combien le monde du sport a été également touché par les violences sexistes et sexuelles, parce que cela fait partie du modèle patriarcal, d'un modèle dans lequel l'hétérosexualité est la norme, et si possible une hétérosexualité non reproductive, polygame et agressive. Et tout cela, le sport le met en scène. Au-delà des injonctions sur la santé active – faites du sport, bougez trente minutes d'activité physique quotidienne... – au-delà donc de ces injonctions sur les enjeux sanitaires, sur les valeurs qu'on attribue au sport, à tort ou à raison, l'injonction de genre – faites du sport pour devenir un homme, donc faites du sport pour devenir une femme... Et en l'occurrence, on ne parle pas des mêmes sports, on parle de sport qui favorise la musculature dans un cas et qui favorise la grâce et l'esthétique dans l'autre. C'est une injonction qui est sans doute encore plus forte que les précédentes. D'autant que, le sport est devenu dans notre société plus présent. Il est mis en scène de façon plus systématique, en dehors même des infrastructures sportives traditionnelles. Il suffit d'ouvrir un magazine ou un journal. Le sport n'est plus dans les pages sportives, simplement. Il est dans les pages fait divers, il est dans les pages politiques, il est dans les pages économiques. Et tout cela permet d'associer le sport à l'argent, la réussite professionnelle – ça, c'est quelque chose qui est très connoté avec la masculinité – à la sphère politique – et là aussi, on sait que le pouvoir est masculin dans les représentations les plus fortes. Pour tout cela, le sport reste extrêmement associé aux normes de masculinité dans ce qu'elles ont de plus dominantes et hétérosexuelles.

Zélie : Je voudrais revenir au « no pain, no gain » dont vous parliez précédemment, puisque le livre parle aussi de la violence physique, celle que l'on fait à son corps – dans le livre par le biais d'injections de produits dopants. À quel point la société accepte-t-elle, voire valorise-t-elle cette violence que l'on s'inflige ?

Thierry Terret : Le sport joue ici un rôle assez paradoxal parce que, d'un côté, il procure des émotions enivrantes, des plaisirs multiples que l'on trouve dans la satisfaction d'un geste, d'une performance, d'une victoire, d'une fraternité. Mais en même temps, le sport peut être

une pratique extrêmement destructrice, agressive, violente : violente contre soi – les blessures occasionnelles, ou parfois presque volontaires parce qu'on va au-delà de ses limites, le dopage, font partie de ces blessures qui sont dirigées vers soi – ou la violence contre l'autre, bien documentée dans l'histoire des pratiques de hooliganisme notamment. Mais, cette violence dirigée contre soi, j'y reviens, elle est presque intrinsèque à la définition du sport. Si on renvoie à Pierre de Coubertin, le rénovateur des Jeux olympiques modernes, il définissait le sport comme le « culte volontaire et habituel de l'effort musculaire intensif, appuyé sur le désir de progrès et pouvant aller jusqu'au risque ». Pour Pierre de Coubertin, il ne pouvait pas y avoir de sport, et il pensait ici aux jeux olympiques, si on ne frôlait pas les limites. Et parfois, évidemment, on les dépasse. Dans *Créatine*, le narrateur héros cumule dopage et blessure, puisqu'il exerce cette violence contre lui. Et le dopage, c'est une forme extrêmement, non pas moderne parce que le dopage a toujours existé, mais extrêmement pernicieuse de dopage parce qu'elle s'appuie sur un renoncement. Le sportif qui se dope, quelle qu'en soit la forme, par intraveineuse ou oralement, ou il y a d'autres méthodes aujourd'hui, renonce à un sport santé parce qu'il a la conviction que le recul de la fatigue ou l'augmentation de ses capacités du moment lui permettront d'accéder à un niveau de performance qui, en tant que tel, sera aussi source de santé – ne serait-ce que santé mentale, santé morale – parce que le regard des autres, comme le regard de lui-même sera complètement transformé. Et c'est d'autant plus important que le dopage, qui a très longtemps été concentré sur les pratiques du plus haut niveau, a désormais conquis, je dirais, le quotidien des sportifs qui sont très, très éloignés des podiums. La pratique du dopage concerne maintenant des personnes de tous âges, des jeunes comme des seniors, qui vont tout simplement chaque jour dans une salle de sport. Enfin, certains produits n'ont pas toujours le statut de dopants. Du reste, le titre du livre *Créatine* en est un bon exemple, puisque la créatine est autorisée en France. Et dans le contenu du livre, le narrateur utilise d'ailleurs moins la créatine que les stéroïdes et autres substances, voire même l'alcool, lui permettant de développer ses performances. J'ajoute enfin que l'on voit souvent dans le dopage quelque chose de chimique. L'habitude d'aller au-delà de ce qui est ordinaire passe aussi par une alimentation, des suppléments alimentaires, et on le voit dans l'ouvrage, puisque le narrateur mange absolument n'importe quoi. Il est autant boulimique dans la pratique de la musculation que dans ses pratiques alimentaires. Tout ça est totalement cohérent.

Zélie : Le narrateur est en proie à une véritable misère sexuelle et sentimentale qu'il pense résoudre en cultivant son nouveau corps. Ces rapports avec les femmes sont pourtant fantasmés et il est dans un rejet presque obsessionnel de l'homosexualité. Comment la transformation du corps devient-elle une expression d'une virilité qu'on peut caractériser de masculiniste ?

Thierry Terret : Le héros narrateur de *Créatine* a en effet une sexualité perturbée qu'il s'efforce de replacer dans un processus plus conforme à ses attentes. Il enchaîne des

séquences d'entraînement musculaire avec des séquences de masturbation, et ça de façon assez systématique, comme si c'étaient deux formes complémentaires qui en réalité partagent deux choses : d'une part, le vide de la pensée – c'est quelqu'un qui est perdu, qui n'a aucun sens à sa vie – et puis la performance corporelle, dans les deux cas. Cette articulation entre musculation, performance sportive d'une part et érection, pénétration, sexualité un peu agressive et violente, est assez fréquente et, dans des travaux qui ont déjà une quinzaine d'années, on sait, à travers de nombreux témoignages, notamment en Amérique du Nord, de très nombreux champions, dans les vestiaires, n'hésitent pas à basculer dans ce type de pratiques où l'on est à la limite du viol, parfois, on franchit la limite, mais où des pratiques de fellation, des pratiques de sodomie existent. Et les auteurs, les sociologues, analysent cela non pas comme des formes d'homosexualité, mais – qu'elles soient ritualisées, initiatiques, plus ou moins ponctuelles – comme des pratiques renvoyant à de l'homoérotisme, qu'ils considèrent finalement comme une manifestation de l'hyper masculinité qui est inhérente à ces pratiques sportives. Dans *Créatine*, l'auteur joue de ces différents niveaux. Il montre que le sport à outrance est un substitut en même temps qu'un prolongement d'une sexualité perturbée et solitaire. Il montre que la violence homosexuelle est présente dans le sport, mais l'homosexualité en tant que telle est rejetée parce qu'elle s'oppose à la norme masculine, qui doit demeurer hétérosexuelle. Et puis l'ouvrage montre l'absence ou la quasi absence de femmes, ou en tout cas leur réduction à un vague fantasme, cela fait aussi partie des éléments propres aux définitions de la masculinité la plus hégémonique, pour reprendre les définitions de Raewyn Connell, à savoir cette définition qui cumule l'ensemble des standards, des idéaux, des normes et que chacun, chaque homme en l'occurrence, essaye de rejoindre par des ajustements successifs. Et le fait de s'engager dans une pratique sportive un peu compulsive de type musculation comme on le lit dans le livre, fait partie de ces ajustements, de son comportement pour s'approcher le plus possible de cette norme.

[Générique]

**Lecture d'un extrait de *Créatine*, de Victor Malzac, Scribe/Gallimard, 2024
(p 57-59)**

J'avais seize ans, j'étais encore un faible, je venais à peine d'avoir la clé je veux dire la révélation et je ne savais pas comment m'y prendre encore pour le sport, et lui, mais alors lui, il sait faire du sport, il est trop fort le personnage dans le film, il est super solide, il a le muscle qui dit oui, il tourne autour d'une roue et il se venge, il est têtu, impossible à raisonner Schwarzenegger tu ne peux pas l'empêcher d'atteindre son objectif car il veut venger la mort de son père. Il a une ambition de monstre, il a, il a du charisme et des muscles, des muscles tellement taillés je ne savais même pas que c'était possible, on aurait dit moi sur la photo que je t'ai montrée. Il tourne autour d'une roue Schwarzenegger au début, il survit, c'est le dernier survivant tous les autres sont morts mais il continue de

tourner, tourne comme ça des heures des semaines, il est comme ça il continue, plus fort plus fort que tous les autres et il est beau et il doit plaire aux femmes cet homme, à force de travailler comme ça c'est sûr qu'il a eu des femmes. Et là j'ai compris ce que c'était le vrai travail, le vrai de vrai je parle, pas le ping-pong ou l'acrosport, non rien à voir je parle de vrai sport, j'ai compris comment devenir un homme comme ça ce n'est pas compliqué, il faut faire tourner une énorme roue et devenir un gladiateur et avoir le regard très dur et tuer tout le monde, je me suis dit c'est ça que tu dois faire avec le sport, mais pas n'importe quel sport non, avec la musculation, le sommet de la pyramide, le monstre, le dominateur, c'était elle, c'était la musculation, le culturisme, c'était le génie de l'homme, car l'homme musclé d'aujourd'hui est en vérité un peu le gladiateur de l'époque.

Ce film a considérablement changé ma vie, l'ambiance, la musique forte, le personnage surtout et ses muscles et son visage là, la scène, oui quand il a du courage et qu'il veut tuer tout le monde, le sang qu'il boit à même la carotide d'un crocodile, les muscles crus qu'il dévore à la broche, putain ses épaules, ses bras, ses pectoraux énormes et surtout je veux dire l'homme qu'il y a derrière le personnage, tout a changé ma vie mais cet homme en particulier je l'admirais, ce tueur, cet homme qui a tout fait tout seul et qui a réussi, le gouverneur de Californie, le monstre de l'Univers, le sommet de la pyramide sur les dollars américains, le héros des nations futures et des hommes qui ont besoin de la clé et du chemin pour y parvenir, Schwarzenegger, Arnold Schwarzenegger, ARNOLD SCHWARZENEGGER, ce type, ce héros, ce grand héros de notre humanité, de notre histoire avec son travail et ses muscles, son épée qui brille et le sang partout dessus quand il se bat, quand il gagne à la fin trois cent millions de dollars, la gloire de cet homme, ah mon dieu c'était extraordinaire comme fin, comme, mais comment dire, là, juste, c'était juste un tas d'émotions d'un coup.

[Générique]

Retrouvez Victor Malzac et son roman *Créatine* pendant le festival Effractions, du 6 au 10 mars 2024, à la Bibliothèque publique d'information du Centre Pompidou, à Paris.

Cet épisode a été préparé par Zélie Perpignaa, et réalisé par Michel Bourzeix et Fabienne Charraire. La musique du générique est de Thomas Boulard, et les lectures de Caroline Girard. Merci aux éditions Scribe/Gallimard.

Effractions : le podcast est produit par *Balises*, le magazine de la Bibliothèque publique d'information.

Retrouvez tous les épisodes sur balises.bpi.fr et sur les plateformes de podcast habituelles.