

Du souffle au corps

Apprentissage du yoga en France, en Suisse et en Inde

Ce livre plonge au cœur des pratiques du yoga moderne, à travers une analyse ethnographique fine menée en France et en Suisse romande et complétée par des coups de projecteurs sur des terrains indiens.

Alors que le yoga connaît un engouement planétaire, la question du corps reste aujourd'hui peu explorée parmi les ouvrages scientifiques. L'auteure s'appuie sur un principe fondateur : le sujet a un corps et est un corps et propose une méthode intégrée d'étude du corps, c'est-à-dire inscrivant les discours sur les ressentis sensibles, dans ses dimensions sociales, culturelles et biologiques. À l'issue de l'analyse des discours et de descriptions attentives des pratiques, l'auteure montre comment, grâce à l'apprentissage du yoga, les pratiquants changent leur rapport à leur corps et leur vision du monde.

En suivant les itinéraires de pratiquants, l'ouvrage offre une perspective d'ensemble et interroge aussi d'autres comportements en termes de santé, de sport, de religion, d'alimentation et d'environnement. Enfin, parce que l'auteure complète ponctuellement l'approche anthropologique par des références et des emprunts pluridisciplinaires, ce livre est vraiment novateur.

Caroline Nizard est docteure en sciences sociales et politiques de l'Université de Lausanne, et membre de l'Institut d'histoire et anthropologie des religions. Spécialisée en anthropologie, ses travaux portent sur le corps, les pratiques psycho-corporelles (yoga, méditation), les trajectoires de vie, le souffle, la spiritualité, la santé, le bien-être et le sport.

Photo de couverture : «Voyage à l'intérieur de soi» @ Caroline Nizard.

ISBN : 978-2-343-18749-5
38 €



mouvement
savoirs

L'Harmattan

Caroline Nizard

Du souffle au corps
Apprentissage du yoga en France, en Suisse et en Inde

Caroline Nizard

Du souffle au corps

Apprentissage du yoga en France, en Suisse et en Inde



Préface de Raphaël Rousseleau