

## Pourquoi les cadres paient-ils pour souffrir le dimanche ?

*Bernard Cova*  
*Kedge Business School Marseille*

« C'est bizarre, mais c'est dans ce genre de course que tu es le plus vivant. Il y a tellement d'énergie sur le fil de départ. Tu laisses l'esprit compétitif de côté pour vivre une expérience de groupe. Et quand tu franchis le fil d'arrivée, c'est magique. Et c'est plus que physique, c'est aussi psychologique. Il faut notamment passer sous des fils barbelés et électriques... ça prend du guts en maudit ! » selon le journaliste-blogueur canadien Dominic Arpin qui raconte son expérience Tough Mudder dans le *Huffington Post Québec* (extrait de "Tough Mudder : l'épreuve ultime", 6 février 2014).

Tough Mudder est une course à obstacles d'une distance d'environ quinze kilomètres avec un parcours inspiré de celui de l'entraînement des forces spéciales britanniques. Elle se décrit elle-même comme la course la plus difficile au monde avec un total de vingt-cinq obstacles. Cette course met non seulement l'endurance à rude épreuve, mais aussi la force du mental et la résistance à la douleur : il faut, au cours des trois heures de course, plonger dans un bain de glace, escalader des murs de quatre mètres de haut, traverser un cours d'eau à l'aide d'une corde suspendue dans les airs, ramper dans des tunnels remplis de boue ou d'eau, transporter des troncs et même échapper à des décharges électriques dont certaines font jusqu'à 10 000 volts ! Le tout pour plus de 100 euros d'inscription. Et ça marche ! Créée en 2011, Tough Mudder compte aujourd'hui plus de trois millions de participants – des « *mudders* » – de par le monde. Quelques sportifs endurcis, mais surtout des cadres et des employés passant de longues journées face à leurs ordinateurs dans des bureaux climatisés. Son cœur de cible : les auditeurs financiers qui, de plus, jonglent toute la journée avec les colonnes et les lignes de leurs tableurs Excel.

Alors que notre société fait une consommation outrancière d'antidouleurs qui dominent le classement des ventes de médicaments – le paracétamol tient la première position avec plus de 500 millions de boîtes vendues, suivi d'autres antalgiques tels qu'ibuprofène, codéine et tramadol –, les individus appartenant aux classes relativement aisées paient pour souffrir ! Pour essayer de comprendre ce paradoxe, nous avons conduit pendant trois ans une ethnographie de la course Tough Mudder (Scott *et al.*, 2017). Un membre de l'équipe de chercheurs a observé et participé à trois Tough Mudders (en Australie, Écosse et États-Unis). Vingt-six longs entretiens avec des participants ont été réalisés et un suivi netnographique (Kozinets, 2015) des sites de partage des expériences des participants a été réalisé sur vingt-quatre mois.

Tout au long de ce travail ethnographique, nous avons cherché à comprendre ce qu'apportait de spécial Tough Mudder par rapport à toutes les offres d'expériences



extrêmes déjà existantes. Comment s'explique un succès si rapide et si important ? Pour ce faire, nous proposons d'abord de faire un point sur les expériences que peuvent se procurer nos contemporains et ce qu'elles leur apportent avant de synthétiser notre compréhension ethnographique du phénomène Tough Mudder et d'en mettre en lumière l'apport spécifique.

### **S'échapper dans une contre-structure**

Les individus occidentaux peuvent vivre des expériences très variées, allant d'assister à un opéra à grimper un sommet enneigé en passant par descendre une rivière en *rafting* ou assister à un lever de soleil dans le désert (Tumbat & Belk, 2011). Le point commun de toutes ces expériences est d'être accessibles par le marché, c'est-à-dire en payant soit la place, soit les équipements, soit le guide, soit l'accès, etc. Ce sont des expériences de consommation. La consommation n'est pas juste une débauche de produits et de services comme on se la représente souvent. Elle est surtout un moyen majeur pour échapper au quotidien de l'individu occidental et aux affres d'un monde ultra-civilisé. Moins que de chercher à échapper à la consommation, l'individu d'aujourd'hui s'échappe par la consommation et les expériences qui lui sont associées.

Nombre de nos contemporains veulent, en effet, échapper à leur réalité quotidienne hyper-structurée pour plonger dans un monde alternatif paré de toutes les vertus. Cette obsession romantique d'un ailleurs liminaire tараude depuis deux siècles les esprits occidentaux et ne cesse de grandir. Stress au travail, surstimulation, isolement, ennui, etc. : nombreux sont les signes donnant à penser que notre quotidien est devenu difficile. Plus le quotidien est perçu comme difficile, plus l'envie de s'échapper croît. Mais peut-on vraiment échapper à notre monde civilisé ? Peut-on échapper à *Big Brother* (Orwell, 1949) à l'heure d'Internet et des *big data* ? C'est ce qu'essaient certains en participant à des expériences extraordinaires.

L'envie de s'échapper trouve sa source dans le fait de vivre des expériences peu satisfaisantes, sinon frustrantes, dans sa vie quotidienne. Celles-ci renvoient autant à l'ensemble de la vie moderne et urbaine que l'on cherche à fuir qu'à des points précis associés à cette vie comme la routine, les contraintes sociales, les responsabilités, le travail ou encore la marchandisation. La notion d'aliénation est souvent utilisée pour évoquer la condition à laquelle nos contemporains cherchent à échapper, une condition liée à la rationalisation de la vie sous l'emprise du capitalisme. Dans de telles situations d'aliénation, deux voies s'ouvrent aux individus : 1. changer le monde, c'est-à-dire agir sur la situation vécue pour l'améliorer ; 2. s'échapper du monde de manière éphémère ou définitive. « S'échapper » renvoie ainsi autant aux défauts du monde que l'on cherche à quitter qu'aux qualités supposées de l'ailleurs que l'on idéalise. Ces échappées dans des espace-temps différents sont autant de tentatives de résistance au monde quotidien (Cohen & Taylor, 1976). Cela peut se réaliser dans la nature et les grands espaces, dans des espaces commerciaux spectaculaires, dans des festivals, dans des rassemblements néo-tribaux et dans des activités de loisir extrême.

Un des cas les plus emblématiques de ces échappées est donné par le festival néo-tribal Burning Man dans le désert du Nevada aux États-Unis (Kozinets, 2002), prolongement actuel d'une approche de la vie héritée des hippies, une zone autonome temporaire (TAZ) où hommes et femmes peuvent découvrir et tester des façons de vivre en groupe difficiles à mettre en place ailleurs. Le festival se déroule dans le site naturel du désert du Black Rock, un ancien lac préhistorique asséché dit la



*playa*. Au milieu de nulle part, à la fin août, des milliers de tentes, caravanes et autres habitacles sont alignés en demi-cercle sur plusieurs centaines de mètres. Près de 70 000 personnes déguisées (des « *burners* ») dansent et font la fête autour de sculptures géantes. Festival libertaire, chacun y a le droit d'être la personne qu'il est ou veut être sans risquer de se faire juger par les autres. Ainsi, il n'est pas rare de croiser des gens nus, déguisés ou travestis. Des personnes viennent se retrouver ou se déconnecter. D'autres viennent faire la fête. Des hippies côtoient des banquiers. En somme, un autre monde où les conventions sociales sont totalement revisitées au profit du bonheur et du laisser-aller. Tout y est gratuit pendant une semaine moyennant un conséquent droit d'entrée. L'argent et les échanges monétaires n'ont pas cours durant le festival. Chacun doit apporter de quoi s'auto-suffire et surtout de quoi donner aux autres. Cela peut être un don de sandwiches, d'apéro, d'ecstasy, de cours de yoga ou de soi, voire de décibels, quand un camion-sono prolonge la fête à côté d'un campement. Burning Man donne à vivre des expériences opposées à celles de la vie normale mais il n'y a pas d'ambition politique derrière ; c'est une alternative temporaire qui n'a pas vocation à devenir la règle. Certains pourront dire que cette description de Burning Man rappelle fortement le Club Med du début et des années Trigano. Les mêmes ressorts y étaient à l'œuvre et notamment l'absence d'échanges marchands : pas d'argent, mais des boules de couleur (le fameux « collier bar »). Cependant, Burning Man, qui se voulait une parenthèse hors du temps, a été aujourd'hui rattrapé par la société dont il voulait s'affranchir. La présence de personnalités comme Paris Hilton, Cara Delevingne, Scott Eastwood et Katy Perry, a peut-être contribué à cette évolution qui affaiblit la capacité d'évasion qu'il est censé procurer. À tel point que durant l'édition 2016, des *burners* purs et durs ont vandalisé les installations de ces personnalités. Dans tous les cas, cette parenthèse n'échappe pas à la consommation car pour participer à Burning Man il faut payer environ 300 euros de frais d'inscription et y ajouter des dépenses importantes pour le voyage dans le Nevada et le nécessaire à l'installation sur place.

Pour théoriser le rôle de ces échappées dans des expériences extraordinaires, les chercheurs en sociologie de la consommation (Kozinets, 2002 ; Tumbat & Belk, 2011) ont réutilisé l'opposition conceptuelle entre structure et contre-structure introduite par l'anthropologue Victor Turner (1990). Partant de l'observation et de l'analyse de certains rituels de femmes accomplis chez les Ndembu d'Afrique centrale dans les cas de troubles de la fécondité, Turner reprend la notion de rites de passage d'un état ou d'un statut à un autre avec les trois phases que Van Gennep (1909) a rendu classiques (séparation, marge ou « *limen* », agrégation). Dans la phase liminaire, les individus échappent à toutes les classifications et à tous les signes propres à la structure sociale tels que la position hiérarchique, la propriété, le vêtement, etc. Dans l'action rituelle, le moment de la liminalité est celui où les acteurs sont provisoirement tenus à l'écart de la structure sociale.

Les attributs de la liminalité ou des personnes en situation liminaire [...] sont nécessairement ambigus. [...] Les entités liminaires ne sont ni ici ni là, elles sont dans l'entre-deux. [...] Ainsi, la liminalité est-elle fréquemment assimilée à la mort, au fait d'être dans les entrailles, à l'invisibilité, à l'obscurité, à la bisexualité, aux vastes étendues désertiques et à une éclipse du soleil ou de la lune. (Turner, 1990, p. 96)

Pour Turner, le rite a un rôle négateur de la structure, un rôle contre-structurel. Or la fonction de ce rôle est de se référer par-delà les structures à la « *communitas* », ce que tous ont en commun au-delà des différences structurelles et sans quoi toute vie



sociale tombe dans la pure machinerie. Dans la contre-structure communautaire, les interactions sociales sont émotionnelles et étendues (et non rationnelles et limitées) ; les différences entre individus sont atténuées (et non accentuées) ; l'intérêt collectif passe avant les intérêts particuliers (et non l'inverse) ; les individus agissent comme un groupe (et non comme une somme d'individus isolés). Et c'est bien ce que disent vivre les individus qui vivent des expériences extraordinaires grâce à la consommation. Pendant le moment du saut en parachute, ils ne font qu'un avec les autres, ils se sentent en communion avec les autres durant un concert de rock, ils vibrent à l'unisson durant une rencontre sportive, etc. Ils baignent dans l'ambiance communautaire et dans le plaisir de la contre-structure.

Le but de toutes ces échappées est donc l'inversion du quotidien, le temps du passage de l'expérience ordinaire à l'expérience extraordinaire. Cependant, ces échappées ne sont souvent que des illusions comme le montre l'exemple de Burning Man. Big Brother n'est pas loin et la dimension contre-structurelle de ces expériences ne tient pas dans la durée. De plus, on ne trouve pas forcément dans de telles expériences la déconnection totale avec le quotidien. Au contraire, les téléphones portables, les messages Internet et autres nous empêchent aujourd'hui de couper le lien avec notre condition quotidienne, que l'on se trouve au sommet de l'Everest ou au fin fond de la Patagonie.

### Encore plus : Tough Mudder

La course Tough Mudder, au même titre que ses concurrentes les plus connues comme Spartan et Warrior Dash, apporte-t-elle quelque chose de plus que toutes les expériences précitées ? C'est une activité de loisir extrême couplée, pour les urbains, à une échappée dans la nature et les grands espaces. Il y a aussi la boue qui joue un rôle régressif. Se vautrer dans la boue combine la nostalgie de la petite enfance avec pour certains, les fameuses glissades dans la boue du festival hippie de Woodstock. Au-delà de ces éléments de contexte, notre ethnographie conduit à trois grands niveaux d'interprétation de Tough Mudder :

- c'est un défi qui maintient ainsi le lien avec le quotidien structurel des individus et sa dimension compétitive ;
- c'est de la camaraderie typique d'un univers contre-structurel ;
- c'est de la blancheur que nous définirons plus tard et qui place Tough Mudder au-delà d'une simple contre-structure.

Tough Mudder est d'abord un défi que les individus veulent surmonter. Ce défi n'est pas typiquement masculin puisque les femmes représentent environ 30 % des participants. Pour se préparer à ce défi, il faut s'entraîner en salle de sport et en extérieur. Par exemple, Karyn, jeune maman, a poursuivi son entraînement habituel, dont une course de 5 km à 12 km trois fois par semaine, ainsi qu'un entraînement postnatal deux fois par semaine ; elle s'est rendue à son aire de jeux de quartier pour s'entraîner aux barres de suspension. « *Je ne pouvais pas faire deux tractions à la fin de mon entraînement. J'étais donc nerveuse avant la course* », admet-elle. Comme Karyn, nombre de participants ne sont pas de grands sportifs, et pour certains ne sont pas sportifs du tout. Le défi est donc important et la préparation nécessaire. Une fois préparés, les individus cherchent « à repousser » leurs limites et à se prouver à eux-mêmes qu'ils sont capables de faire cela. Nombre d'entre eux filment leurs exploits avec une caméra GoPro pour s'assurer ensuite – et assurer aux autres – qu'ils ont bien relevé le défi.



L'exploit n'a pas été facile, mais ç'a été assurément l'une des expériences les plus gratifiantes de ma vie. (John)

Ça a été une expérience extraordinaire de vaincre la boue et de passer ces obstacles ensemble. Je suis peut-être courbatue, mais certainement pas abattue. (Marie)

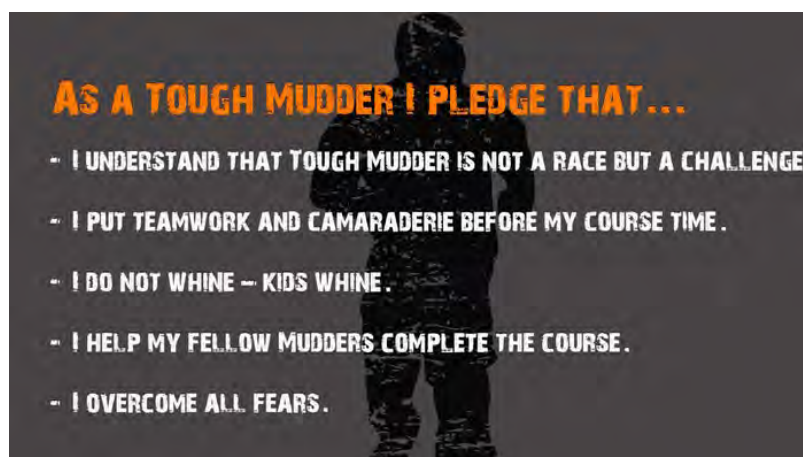
Pourtant, un certain nombre de *mudders* finissent la course en piteux état et ressentent encore des douleurs longtemps après le jour de la course, mais comme l'écrit Julie « *No pain, no gain* ».

On se dirige droit vers les douches collectives pour enlever toute la boue et mettre nos affaires propres, on a l'impression de peser dix kilos de plus avec toute cette boue. On met nos pastilles effervescentes de magnésium dans les bouteilles d'eau pour éviter les courbatures et on rentre à la maison. J'ai malheureusement un mal d'oreille, dû au saut de 4 m dans l'eau, qui va me conduire chez le médecin le lundi matin et surtout des bleus et de monstrueuses courbatures aux bras, mais comme on dit « *No pain, no gain* ». (Julie)

Pour Nathalie qui a réalisé son *Mudder* par une température de 5° C en mai, le plongeon glacé a été son deuxième obstacle et elle en a frissonné pendant des heures. « *J'aurais apprécié s'il n'avait pas fait si froid* », se rappelle Nathalie, qui dit cependant ne rien regretter.

Tough Mudder c'est surtout un exercice de camaraderie et en ce sens cette course est contre-structurelle. Les participants y trouvent le sentiment de partage et de confiance réciproque qu'ils disent ne pas ressentir au quotidien (sic !). « *On ne peut réaliser Tough Mudder en solitaire* », annonce en effet le site Internet officiel. L'épreuve se fait en équipes, au sein desquelles les participants doivent s'entraider. Chaque participant doit d'ailleurs jurer formellement avant le départ (image 1) : « *J'aide les membres de mon groupe à finir la course et je place l'esprit d'équipe et la camaraderie au-dessus de mon temps de course* » (extrait du serment des Tough Mudders)

Image 1 :  
Le serment Tough Mudder



Notre ethnographie met clairement en avant l'importance de l'entraide entre participants dans la réussite d'une telle expérience :

Vous ne faites que penser à votre équipe et au fait que vous courez avec eux et que vous allez vous entraider pour survivre. (Matthew)

L'équipe vous maintient impliqué. On se pose toujours la question si tout le monde est encore là. On se donne la main, on s'entraide pour passer les obstacles et si quelqu'un est plus lent, on l'attend. (Bridgid)



Pendant quatre heures, on est aidé par des inconnus et ça donne un sentiment d'altruisme à la course. Avoir ces inconnus qui te poussent et te disent « c'est bon, tu vas y arriver » ou juste qui t'aident à franchir un obstacle, c'est fort. (Simon)

Cette entraide permet de souder les membres de chaque équipe à la vie à la mort, un peu, toutes proportions gardées, comme ce qui a soudé les Résistants durant la Deuxième Guerre mondiale.

Nous n'abandonnons jamais. Nous avons surmonté nos peurs. Nous nous sommes fait confiance les uns les autres et nous nous sommes aidés mutuellement. Et nous avons terminé en formant une équipe. Ça a été une expérience formidable et inoubliable ! (Marty)

Il n'y a pas une seule personne dans notre équipe qui ne se soit portée à l'aide de quelqu'un à un moment ou à un autre. Pour moi, c'est ça qui reste : nous voir lutter à une étape et vaincre à la suivante. (Mike)

Le sentiment de camaraderie déborde du cadre des seuls participants et implique aussi la centaine de volontaires mobilisés pour encadrer la course.

Je suis arrivé par un matin froid dans ce coin perdu du Wisconsin et j'ai reçu mon paquetage de volontaire Tough Mudder. J'ai rejoint la position qui m'a été assignée au point d'eau. J'étais là avec deux autres hommes et nous étions tous trois excités à l'idée d'aider les participants durant toute la course. Quand les premiers sont arrivés, j'ai pu voir combien ils étaient couverts de boue. Je donnais de l'eau et j'étais remercié par de grandes accolades « boueuses ». Une dame m'a littéralement couvert de boue. C'était extrêmement froid comme première sensation, mais ensuite j'ai apprécié. Des milliers de gens se sont arrêtés pour prendre de l'eau chez nous et nous les avons encouragés avec des « plus qu'un *mile* à courir » ou « la bière est proche ». Ce que les participants appréciaient. C'était une journée fantastique ; j'ai aidé beaucoup d'amis mais surtout des milliers d'inconnus, qui en étaient à leur première, deuxième ou même neuvième course Tough Mudder. (Marc)

C'est donc un monde « merveilleux » où tout le monde s'entraide et se remercie que propose Tough Mudder à nos contemporains. Et, en cela, il apporte déjà beaucoup mais ce n'est pas assez pour expliquer son succès. D'autres expériences apportent le même sentiment communautaire et la même communion des corps même si la boue intensifie le côté tactile de cette communion. L'explication du succès de Tough Mudder est liée à l'évolution du monde du travail. Notre ethnographie dévoile que beaucoup des participants vivent un quotidien au travail fait de tensions, de faux-semblants et d'ennui. Et surtout, ils passent le plus clair de leurs journées sans sentir leurs corps.

Mon travail est très sédentaire et c'est bon de me sentir secouée, de remettre tout en ligne et de réaliser ce qui compte vraiment. C'est vraiment différent du travail de bureau. (Lisa)

Je travaille dans une banque d'affaires, le cul assis sur un fauteuil toute la sainte journée. Tough Mudder me permet, juste pour une journée, d'utiliser mon corps pour ce à quoi il est destiné. (Marcus)

Avec ce genre de course, les personnes laissent leurs corps reprendre le dessus tout en lui infligeant des douleurs inhabituelles qui annihilent toute forme de pensée comme en témoignent les extraits suivants.

Cet obstacle (Electroshock Therapy – voir image 2) était extrêmement difficile, mais vu que j'avais laissé tomber le premier, je me suis dit celui-ci, je dois m'y coller et c'était une grande peur que j'ai surmontée. Des fils électriques chargés avec un parcours de bottes de paille qu'il faut franchir. Je me suis pris trois bons coups de jus dont le premier qui m'a achevé directement au sol. (Bec)



Cela assomme, à tel point que je suis tombée et ceux à qui je m'accrochais aussi. Je ne me souviens pas que mon visage ait touché la boue. Je sais que j'ai perdu connaissance parce que, lorsque j'ai fini la course, j'avais de la boue sur le visage. (Karyn)

Ça a fait comme un choc dans ma tête et je me suis évanoui immédiatement. C'était incontrôlable. Ça m'a sonné directement. Ça peut paraître bizarre et c'est difficile à raconter à quelqu'un qui ne l'a pas vécu. (Arthur)

Image 2 :  
*Electroshock Therapy*  
(Crédit : Rebecca Scott)



La douleur que ressentent les participants durant ces épreuves ébranle leurs corps et leurs esprits et provoque une échappée de soi-même. Cette échappée concerne des individus placés dans des situations professionnelles (cadres, responsables, infirmières, etc.) qui font peser sur eux une pression quotidienne sur leurs résultats et par là-même sur leur reconnaissance.

*Tough Mudder m'a permis de me réinitialiser comme un ordinateur. On éteint tout, on oublie tout et on fait un reset.* (Dominique)

L'échappée vers un ailleurs, une anti-structure parallèle avec un fort sentiment de camaraderie (ici la communauté des *mudders*), telle que conceptualisée précédemment, n'est pas forcément suffisante pour ces individus surchargés de préoccupations quotidiennes. Il leur en faut plus pour « tout oublier ». Ce plus est apporté par ces épisodes d'oubli de soi, de disparition à soi-même, et surtout d'oubli de l'impératif d'être soi. Il ne s'agit pas d'un changement ou d'une transformation, mais plutôt d'une disparition éphémère à soi-même.

### **S'échapper autrement : la blancheur**

Le succès rapide de Tough Mudder peut être interprété de différentes façons. On peut y voir un système bien connu de soupape de sécurité mis en place et promu par le système même qui pousse les individus à échapper à l'impératif d'être soi. Ils ne peuvent échapper au système et à Big Brother, qu'ils essaient de fuir dans un ailleurs qui n'est en fait pas différent à la longue ou qu'ils tentent de faire disparaître dans l'oubli de soi qui ne dure pas. Comme il n'y a plus d'ailleurs, il n'y a plus d'oubli possible. Pire, on peut percevoir dans ces échappées dans l'oubli de soi une profonde ambiguïté : en même temps qu'ils s'oublient à eux-mêmes, ces individus construisent leur *curriculum vitae* au travers de leurs performances de résistance à la douleur



(Costas & Kärreman, 2016). Leur oubli d'être soi participe à la construction de leur soi ! En ce sens, ces courses se présentent comme une étape supplémentaire de la « bigbrothérisation » de notre monde.

On peut *a contrario* trouver dans les oublis de soi-même vécus par les *Mudders* matière à un nouveau type d'échappée dans le sens formulé par Dimitri Papadopoulos, Niamh Stephenson et Vassilis Tsianos (2008) dans leur essai *Escape Routes*. Ces échappées à soi-même ne sont pas des mouvements grandioses mais des actes imperceptibles pour les autres. Personne ne peut savoir vraiment quand un individu échappe à lui-même. Seul lui le peut. C'est la magie de ce type d'échappée. Ces nouvelles manières de se déprendre de soi ouvrent sur ce que David Le Breton (2015) appelle la « blancheur », un état d'absence à soi plus ou moins prononcé, le fait de prendre congé de soi sous une forme ou sous une autre à cause de la difficulté ou la pénibilité d'être soi. La blancheur, c'est l'effacement face à l'obligation de s'individualiser, un degré *a minima* de la conscience, un « laisser-tomber » pour échapper à ce qui est devenu trop encombrant. Condition première d'existence au monde, le corps est partie prenante dans la blancheur. Il dégénère sous différentes formes comme on le voit dans la course Tough Mudder : souillé de boue, balloté, gelé, électrisé.

Cet état de blancheur touche hommes ou femmes ordinaires arrivant au bout de leurs ressources pour continuer à assumer leur personnage. La contrainte de répondre sans cesse à des responsabilités, qu'elles soient familiales ou professionnelles, pèse de plus en plus. Il faut être performant, réussir, s'exposer sur les réseaux sociaux. Depuis les vingt dernières années, les arrêts de travail en raison de maladies psychiques augmentent dans des proportions effrayantes, tout comme la consommation de produits psycho-pharmaceutiques permettant la préservation de la capacité de travail (Ehrenberg, 2008). Dépression et *burn-out* sont désormais perçus comme des maladies de société. Les conditions des travailleurs sur-stimulés génèrent l'espèce des *dead men working* (Cederström & Fleming, 2012), des morts-vivants qui travaillent, incapables de vivre vraiment et attendant une fin qui pourtant ne vient pas.

Le capitalisme actuel a ceci de particulier que son influence s'étend bien au-delà du bureau. Le fordisme laissait encore les week-ends et le temps libre relativement intacts. Leur rôle était de soutenir indirectement le monde du travail. Aujourd'hui, en revanche, le capital cherche à exploiter notre socialité même, dans toutes les sphères de la vie. À partir du moment où nous nous transformons tous en capital humain, on ne peut plus se contenter de dire que nous avons ou que nous effectuons un job. Nous sommes le job. Y compris lorsque la journée de travail paraît finie. (Cederström & Fleming, 2012, p. 132)

Les entreprises ne se contentent ainsi plus de tirer profit du travail matériel des individus, elles recherchent leur investissement dans un travail immatériel riche de communication, des relations, ou encore des réactions émotionnelles faisant ainsi disparaître la frontière entre vie en entreprise et vie privée. À l'autre extrême, mais toujours en maintenant la métaphore d'un sujet traumatisé et catatonique, certains individus deviennent des « zombies professionnels » au sens où ils ont un travail mais s'ennuient profondément, à mourir ! Ils répètent « je m'ennuie au travail », « je glande au travail », « je m'ennuie à mort ». C'est le phénomène du *bore-out*, le fait d'être à bout, par manque de travail, de motivation ou de défis professionnels (Costas & Kärreman, 2016).

Certains phénomènes sociétaux en croissance comme le « *binge drinking* » ou cuite et le « *binge eating* » ou orgie alimentaire sont là pour renforcer cette idée de quête de



blancheur. Des millions d'individus boivent ou mangent de manière excessive, non seulement pour l'ivresse, mais surtout pour ne plus se sentir être là ; même chose pour la consommation de drogues. Comme l'on dit au Royaume-Uni, l'alcool est « *the quickest way out of Manchester* » (le moyen le plus rapide de s'évader de Manchester). Tough Mudder n'est qu'une version valorisable et valorisée dans la société de cette quête de blancheur.

### Le marketing de la douleur

Les conditions de vie dans nos sociétés occidentales ont changé fortement depuis la parution de l'ouvrage *1984* de Georges Orwell (1949). Il y a quelques décennies encore, en effet, on essayait par le voyage d'échapper à la civilisation et à son processus de « bigbrothérisation ». L'échappée à soi-même par l'alcool ou la drogue était alors considérée essentiellement du domaine de la pathologie. Le travail de construction identitaire des individus restait encore à la hauteur de leurs compétences. Maintenant, les individus sont dans la nécessité constante de montrer qu'ils sont à la hauteur d'impératifs multiples et de plus en plus mesurables. Trop souvent, cette tâche dépasse leurs compétences et conduit à la dépression et au *burn out*. Cette situation est ressentie par des adultes qui se découvrent épuisés, dépressifs, ou excédés par une surcharge d'activité, par des jeunes dont le sens de l'existence est fragilisé, par des personnes âgées qui ne parviennent plus à se maintenir dans leur soi, par des individus qui, en quête d'un ailleurs, souhaitent se réinventer ou simplement se mettre entre parenthèses. Dans tous les cas, ils ont la volonté de relâcher la pression. Chacun aspire à un moment de suspension et à se défaire des contraintes de l'identité (Le Breton, 2015). L'échappée à soi-même est ainsi devenue un trait notable de nos sociétés et un besoin à satisfaire par le *marketing*.

La redécouverte de la douleur avec tout ce qu'elle a d'archaïque et d'anachronique dans une société surconsommatrice de médicaments est à mettre en lien avec l'envie d'échapper à soi-même. Dans une société qui depuis soixante-dix ans, intervalle unique dans l'histoire occidentale (Serres, 2012), n'a pas connu de guerre, nombre d'individus ont perdu le rapport qui liait leurs ancêtres à la douleur, à la violence et à la famine. Pour ces générations qui ont moins souffert, statistiquement parlant, que les précédentes, la douleur infligée devient un vecteur d'échappée. Dans une approche voisinant clairement avec le masochisme, nos contemporains recherchent la douleur qui va provoquer à la fois la « blancheur » et un sentiment personnel de régénération. Ressentir une vive douleur, c'est entreprendre un court voyage invisible par lequel un individu peut se libérer des contraintes identitaires qui pèsent sur lui. Un phénomène que Chuck Palahniuk avait anticipé dans son roman *Fight Club* (1999) quand il décrit comment un trentenaire célibataire, expert en assurances, désillusionné par



Angleterre, Richmond-Hill à l'anniversaire du Prince Régent



la vie, cherche une façon de s'évader de son existence monotone et la trouve, après une bagarre « vivifiante », en fondant un cercle d'hommes axé autour de combats ultra-violents se déroulant dans les sous-sols d'un bar.

Les cadres recherchent volontairement la douleur. S'infliger une douleur qui conduit à la blancheur est une conduite délibérée de plus en plus répandue, non seulement dans les courses à obstacles type Tough Mudder, mais aussi dans des pratiques comme le MMA (*Mixed Martial Arts*) et autres sports de combat, les *trails* ou courses à pied dans la nature, type la Diagonale des Fous à la Réunion, ou même les programmes d'entraînement musculaire de forte intensité comme le *CrossFit*. Et cette douleur est le plus souvent à replacer dans un cadre de consommation compte tenu des sommes déboursées pour réaliser ces échappées à soi-même. S'infliger une douleur se fait maintenant en consommant une expérience pré-packagée et mise en marché. Faire un Tough Mudder coûte plus de 100 euros d'inscription, sans compter les dépenses de préparation dans des salles de sport spécialisées et les frais de voyage. Une somme que nombre de travailleurs manuels ne sont pas prêts à déboursier pour ressentir une souffrance qu'ils vivent parfois au quotidien. Même chose pour les individus vivant sur des théâtres de guerre. Douleur et blancheur, sont des vecteurs d'échappée pour une partie seulement de la population mondiale et dessinent ainsi de nouveaux modes de consommation existentielle en Occident.

Ce que notre ethnographie de Tough Mudder (Scott *et al.*, 2017) permet de réaliser, c'est le rôle salvateur de la consommation d'expériences douloureuses dans le contexte d'obligation existentielle actuelle. Elle montre à la fois le rôle primordial de la consommation dans la construction identitaire et son rôle non moins important de pourvoyeur d'expériences permettant d'échapper à l'impératif existentiel qui pèse sur chacun de nous. Elle met aussi en avant la manière dont le *marketing* va chercher toujours plus loin des gisements d'authenticité inexploités, comme la douleur dans le cas de Tough Mudder, pour répondre aux évolutions de nos sociétés capitalistes post-orwelliennes ■

## Références

- Cederström Carl & Fleming Peter (2012) *Dead Man Working*, New Alresford, John Hunt Publishing Ltd.
- Cohen Stanley & Taylor Laurie (1976) *Escape Attempts: The Theory and Practice of Resistance to Everyday Life*, London, Allen Lane.
- Costas Jana & Kärreman Dan (2016) "The Bored Self in Knowledge Work", *Human Relations*, vol. 69, n° 1, pp. 61-83.
- Ehrenberg Alain (2008) *La fatigue d'être soi : dépression et société*, Paris, Odile Jacob.
- Kozinets Robert V. (2002) "Can Consumers Escape the Market? Emancipatory Illuminations from Burning Man", *Journal of Consumer Research*, vol. 29, n° 1, pp. 20-38.
- Kozinets Robert V. (2015) *Netnography. Redefined*, London, Sage.
- Le Breton David (2015) *Disparaître de soi. Une tentation contemporaine*, Paris, Éditions Métailié.
- Orwell George (1950/1949) *1984*, Paris, Gallimard. [trad. française de (1949) *1984*, New York, Harcourt, Brace and Company].
- Palahniuk Chuck (2002/1996) *Fight Club: a Novel*, New York, WW Norton & Company. [trad. française de (1996) *Fight Club*, Paris, Gallimard].
- Papadopoulos Dimitri, Stephenson Niamh & Tsianos Vassilis (2008) *Escape Routes. Control and Subversion in the Twenty-First Century*, London, Pluto Press.
- Scott Rebecca, Cayla Julien & Cova Bernard (2017) "Selling Pain to the Saturated Self", *Journal of Consumer Research*, vol. 44, n° 1, DOI: 10.1093/jcr/ucw071



- Serres Michel (2012) *Petite poucette*, Paris, Éditions le Pommier.
- Tumbat Gülnur & Belk Russell W. (2011) “Marketplace Tensions in Extraordinary Experiences”, *Journal of Consumer Research*, vol. 38, n° 1, pp. 42-61.
- Turner Victor W. (1990) *Le phénomène rituel. Structure et contre-structure*, Paris, Presses Universitaires de France.
- Van Gennep Arnold (1909) *Les rites de passage*, Paris, Nourry.