

# Valentina Salonna

## **Yogathérapie & Mindfulness : Histoire institutionnelle et perspectives anthropologiques de l'introduction du yoga dans la culture médicale suisse**

Cette recherche dans le domaine des sciences du vivant s'articule autour des concepts que l'Occident a forgés utilisant le mot « yoga ». Facteur de mode ou réponse à un besoin réel de sociétés dispersées dans l'espace globalisé, le yoga illustre une transformation de la société et de sa manière d'appréhender la santé. L'étude se focalise tout d'abord sur la pluralité des significations que le yoga éveille dans les sociétés occidentales ou occidentalisées en quête d'individualisation. Dans un deuxième temps, l'analyse se dirige vers les représentations de santé et de bien-être que l'impact du yoga produit en Occident. Au sein de ce contexte, le phénomène en plein essor de l'entrée du yoga dans la culture médicale occidentale, et plus précisément, dans la culture médicale suisse, devient un support pour mieux comprendre l'humain et son milieu environnemental contemporain. D'éclairer ce phénomène anthropologique et sa manière de faire société est le premier objectif de ce travail.

Une deuxième finalité de cette recherche est d'élaborer une grille chronologique datant les moments clés de l'intégration progressive du yoga dans la sphère médicale suisse, jusqu'à sa reconnaissance officielle comme « médecine complémentaire ».

Pour comprendre concrètement comment cela se traduit en terrain helvétique, le troisième et dernier but de cette étude est de présenter les résultats d'une enquête ethnographique au sein d'une institution hospitalière romande.

Par une perspective interdisciplinaire qui prend en compte les aspects historiques, sociologiques et anthropologiques de la métamorphose du yoga en Europe et en Occident, cette recherche veut ainsi examiner la rencontre d'un système médical dit « traditionnel » ou « classique » avec les pratiques thérapeutiques dites « intégratives » ou « complémentaires » d'inspiration orientale.

Pour expliciter le synergisme et le syncrétisme à l'œuvre entre médecine conventionnelle et médecines complémentaires, cette recherche analyse et compare deux pratiques se réclamant de la tradition du yoga au sens large : la « yogathérapie » et « la pleine conscience », également connue sous le terme mindfulness.

Ce travail ne cherche pas à vérifier si la yogathérapie ou la mindfulness sont des thérapies efficaces, ni veut clarifier les champs d'application ou les symptômes qu'elles soigneraient. De même, la relation intrinsèque du yoga avec l'Inde ainsi que la rencontre entre Orient et Occident, ne font pas l'objet de cette thèse. Cependant, l'idée forte du présent travail est qu'il existe aujourd'hui un objet mal identifié qui s'appelle « yogathérapie » et qui est le révélateur d'un phénomène de mutation sociologique et anthropologique répondant à l'évolution d'une demande thérapeutique en Occident. La Suisse constitue le principal terrain d'enquête. L'engouement social pour les médecines complémentaires est représenté dans ce pays par leur inscription dans la constitution helvétique à la suite des votations de mai 2009.