Gaëtan Clément
2005/01/01

«Relax», «relaxer», «se relaxer»

Capsule linguistique

La session d'automne bat son plein et les vacances sont déjà derrière nous. Au fait, avons-nous suffisamment *relaxé* pendant la période estivale ? Avons-nous encore besoin de *nous relaxer* ? La session est-elle *relax* ?…

En bref, sommes-nous prêts à repartir à la recherche du mot juste dans les capsules de *Correspondance*, comme à propos de ces dérivés de la relaxation qui ont une allure plutôt anglaise ?…

Relaxer

Pris comme verbe transitif, *relaxer* signifie, dans son acception juridique, « reconnaître comme non coupable » : *relaxer un individu*.

Attention ! Il ne peut signifier « remettre en liberté ».

Médicalement parlant, il prend le sens de « détendre », comme dans *relaxer un muscle*.

Se relaxer

À la forme pronominale, *se relaxer* signifie « se détendre, se reposer » : *Il est parti se relaxer au bord d'un lac, en forêt.*

Relax

Le Petit Robert le considère comme un anglicisme critiqué ; il le décrit néanmoins sous trois catégories.

Comme nom, il signifie « repos » : *Ça, c'est du vrai relax !*

Comme adverbe, il signifie « d'une manière décontractée » : *travailler relax*.

Comme adjectif, il signifie « reposant, décontracté » : *un fauteuil relax, une tenue relax*.

Cette dernière acception est considérée par le *Multidictionnaire* comme un anglicisme fautif.

Conclusion

Sauf erreur, l'emploi le plus souvent entendu est celui du verbe relaxer dans le sens de « se reposer », comme dans **Je n'ai rien fait ; j'ai relaxé toute la journée*. Or, ce sens n'existe pas en français ; pour le rendre, il faut recourir à la forme pronominale :
Je me suis relaxé toute la journée.



Gaëtan Clément