

A propos de respect

Aborder la notion de respect est une tâche délicate tant sont nombreux , comme le souligne Olivia, les sens qu'on peut donner à ce terme.

Je ne l'emploie pas pour parler d'eutonie. Ce n'est pas par décision volontaire. Cela s'est fait progressivement.

Je peux cependant en donner quelques raisons :

- Les rares fois où je l'employais, mon interlocuteur considérait comme évident que l'eutonie soit, par nature, respectueuse. Alors pourquoi en parler sinon pour communier dans l'admiration de cette qualité ? Ou bien son interprétation du terme différait du sens que je désirais lui accorder. La discussion prenait vite un tour formel et abstrait, où l'eutonie était bien peu présente.

- Certains donnaient à respect un sens moral qui bloquait ma réflexion plus qu'il ne m'aidait pour la compréhension de l'eutonie.

- Présenter l'eutonie en mettant en avant sa qualité respectueuse ne me paraissait pas la meilleure façon de la singulariser et de la différencier d'autres méthodes qui toutes, à juste titre, auraient mal supporté qu'on les prétende non- respectueuses.

Je pourrais continuer..... Prenez ce qui précède comme une attitude personnelle, que je ne prétend pas généralisable, mais qui peut être utile en tant que témoignage.

Passons maintenant à une autre vision du respect, tel que nous le rencontrons dans la *pratique* de l'eutonie. Autant je suis réservé quant à la capacité de ce terme polysémique pour *présenter* l'eutonie, autant cette notion me paraît consubstantielle à la *démarche* eutonistique. Plutôt que de me lancer dans une élucubration théorique, je vais me référer à deux modèles pour mieux faire comprendre les limites des zones dans lesquelles la notion fonctionnelle de respect prend sens.

Le terme **d'homéostasie** exprime la nécessaire stabilité des constituants d'un être vivant, particulièrement d'un humain. La température, la composition des fluides, des cellules de notre corps ne sauraient varier qu'à l'intérieur de fourchettes plus ou moins étroites. Homéostasie exprime bien cette constance mais ne rend pas compte de la foule de régulations nécessaires pour que les limites ne soient pas franchies. A tel point qu'un auteur proposait homéodynamie pour cette activité ininterrompue, la plupart du temps discrète et non consciente, dont nous ne soupçonnons guère l'existence sauf lorsqu'elle est perturbée.

Un individu est ainsi constitué mais il possède aussi des caractéristiques personnelles résultant de son hérédité comme des circonstances de sa vie. A un moment, il a des obligations de stabilité et des possibilités d'évolution limitées. C'est alors que le « Ne pas faire mécanique » si souvent rappelé par Gerda ALEXANDER prend toute sa signification.

« *Faire mécanique* » supposerait s'attacher à la forme des exercices, à les considérer comme de simples modèles à reproduire. Beaucoup de méthodes comportent un vocabulaire d'exercices. Chacune d'elles a ses objectifs et sa valeur. Mais G.A. s'est toujours refusée à publier un vocabulaire de ce type, craignant que cela incite à les reproduire dans leur forme ... mécanique et impersonnelle. La seule liste qu'elle ait laissée (à ma connaissance), c'est celle des « *positions de contrôle* » vis-à-vis desquelles, d'ailleurs, je reste dubitatif quant à ce qu'elles prétendent contrôler. Je le suis encore davantage lorsqu'on leur attribue une valeur universelle indépendante des populations concernées.

Question simple : si j'interviens auprès d'une personne de 90 ans ayant quelques difficultés avec ses hanches, est-ce que je vais lui demander de prendre ces positions ou est-ce que je développerai à son égard les ressources hautement modulables que permet la démarche eutonistique ? Respecter les capacités de chacun, c'est ne pas lui proposer d'objectifs trop éloignés de ce que permet son état actuel et ne pas considérer comme pertinents dans son cas des critères conçus pour d'autres populations. Ainsi le terme de respect ne sera pas l'apanage d'une méthode *en soi* mais sera lié, dans sa pratique, à l'attention portée à l'état de chaque sujet, ce qui est du ressort de la pédagogie de l'eutonie et de la responsabilité de qui la dispense. Il est tout-à-fait possible que des collègues emploient le terme « respect » de façon judicieuse dans des contextes où son sens se trouve précisé. Pour ma part, je préfère des expressions plus neutres et précises. Ainsi, dans le cas que je viens de citer, « prendre en compte », « tenir compte de » me paraît inciter à examiner les différents composants d'une situation dans sa réalité et entrer dans le processus de problématisation par lequel un « état des lieux » aussi exact que possible est mis en rapport avec les moyens dont nous disposons. Il en résulte des constats et des questions à partir desquels va s'ordonner notre projet d'aide. Ancrée dans le réel et le fonctionnel, son résultat dépendra de nombreux facteurs (y compris notre personne), même si c'est principalement la pensée de Gerda ALEXANDER qui nous guide.

Ecologie [*Vous trouverez un développement plus approfondi des rapports eutonie-écologie dans les « Essais libres » du site de l'Institut d'Eutonie*]

Une des caractéristiques de l'écologie, c'est de s'intéresser à des systèmes dont toutes les pièces sont en interaction. A plus d'un égard, elle présente une vision analogue à celle de l'homéostasie, en particulier quant à la régulation d'un système qui à la fois s'auto-régule et se renouvelle, capable de supporter l'action de facteurs étrangers dans une certaine mesure au-delà de laquelle il perdra sa vitalité. Inutile de m'étendre sur cet aspect : c'est ce que nous vivons actuellement.

En tant qu'intervenants, nous sommes habitués à considérer plusieurs aspects de ce qui fait un ensemble systémique. Ainsi, pour nous préparer à l'aide que nous souhaitons apporter à une personne – isolée ou dans un groupe – nous devons évaluer des états, des besoins, des désirs, des milieux dont nous tiendrons compte pour la confection de notre projet d'action.

Avec, en arrière- fond, le souci de ce que cette personne peut supporter, à ce moment, comme écarts à sa route habituelle, sans oublier que ce que nous lui présentons peut être éprouvé par elle comme de fortes variations, sources de bien- être ou choquantes. Dans cette optique, nous pouvons faire appel à « respecter » qui prend un sens bien défini : il y a des limites à respecter, à ne pas franchir. Même si la démarche eutonistique nous offre des ressources en la matière, c'est bien à nous qu'il appartient de définir ces limites et les respecter.

Pour terminer, je reprendrai, en complément des citations d'Olivia, un paragraphe écrit à la même époque :

« Le respect n'est pas une qualité intrinsèque à l'eutonie mais, par un travail sur soi-même conforme à la démarche de l'eutonie, on peut créer, avec l'aide d'une personne compétente, les conditions de son existence et de son exercice et obtenir la disponibilité propre à l'accueil de l'autre. »

René BERTRAND

10 03 2020