

Aspects de l'eutonie

Commentaires (2)

Ces commentaires sont présentés dans le même esprit que les précédents. Ce n'est pas une étude critique de ce que nous dit Marie- Claire. Nous laissons son texte tel quel. Ce qui nous intéresse dans ces séances, ce sont les caractéristiques de la démarche eutonistique qui émergent. Nous les trouvons aussi dans d'autres contextes et sous des mises en œuvre différentes. C'est un gage à la fois de leur originalité – créativité de G.A. - et de leur généralité – pour l'être humain.

Première séance (Madame C.). Le décor n'a rien de spécifique : une pièce avec un fauteuil, un tabouret, un tapis .. . Des positions qui n'ont rien d'original quant à leur forme, pas plus que dans la mécanique des mouvements. Il n'est pas question des « positions de contrôle ». Examinons le cadre, les exercices, la nature de l'aide apportée.

Le cadre : M-Cl a l'habitude de ces lieux. Ils sont familiers à celle qu'elle reçoit. Ce qui présente un double avantage : ils ne vont pas capter et détourner l'attention pour une nécessaire adaptation et présupposent une certaine forme de travail. C'est une des conditions de la disponibilité des protagonistes.

Matériel et exercices : Pour jouer au rugby, il faut un ballon ovale. Pour la pratique de l'eutonie, je serais bien incapable de suggérer un matériel particulièrement efficace et universel. Un bon exemple nous en est donné en comparant ce qu'utilise Marie-Claire avec ce qu'on trouve ordinairement dans une salle où travaille un groupe.

Lorsque j'ai commencé à suivre les cours de G.A. j'ai été surpris devant le peu de matériel et la simplicité des exercices proposés. J'étais dans un autre monde.... Il m'a fallu du temps pour réaliser que, si G.A. avait choisi d'utiliser ce matériel et ces exercices si simples dans leur forme, c'était que l'essentiel était ailleurs.

Cet *ailleurs*, je le retrouvais dans le travail à 2, à 3, où nous étions libres de nos postures et de nos mouvements pour habiter de façon sensible les situations de communication et d'échanges qui naissaient et évoluaient spontanément. Il en allait autrement pour les « positions de contrôle » dont l'appellation même me paraissait peu compatible avec l'enseignement de G.A. En effet, leur choix et leur statut paraissaient définir l'eutoniste comme quelqu'un nécessairement capable de les prendre et de les enchaîner. Je concevais que leur étude pouvait avoir son utilité dans la formation des futurs professeurs d'eutonie. Mais pas au- delà. A ce propos, voici une anecdote que j'ai racontée souvent :

A la fin des années 60, la revue E.P.S. alors florissante avait publié trois articles consécutifs (approuvés par G.A.) dans lesquels je présentais l'eutonie ainsi que sa place dans la formation des élèves de Lycée et l'entraînement sportif (surtout athlétisme).

Comme cela est sans doute arrivé à beaucoup d'entre nous, je ne voyais pas bien quel type de photos pouvaient illustrer et compléter le texte. Une personne allongée sur un tapis avec autour d'elle quelques bâtonnets et balles, ce n'est guère significatif. Pour des raisons plutôt esthétiques, j'ai choisi les « positions de contrôle ».

Ne souhaitant pas figurer dans cet article autrement que comme auteur, il me fallait un sujet. Je suis allé au plus facile : ma fille, alors âgée de 12 ans, prit les positions sans aucune difficulté. Qu'est-ce qui avait été contrôlé ? Qu'une fille, adolescente en bonne santé et pratiquant un peu la gymnastique en milieu scolaire, possédait une souplesse normale à cet âge Il n'était pas faux de dire que les positions avaient été prises de façon *eutonique*, avec un *tonus* justement réparti et sans tensions parasites. Mais cela ne donnait aucun renseignement sur les facteurs et les processus qui avaient abouti à ce résultat. Jeanne avait sans doute entendu prononcer le mot eutonie, mais n'avait pas d'autre connaissance de cette pratique.

Dire d'un mouvement – ou d'une position - qu'il est eutonique, c'est simplement lui accorder une qualité particulière, proche de celle que nous cherchons en eutonie, même si celle-ci n'a pas participé à sa préparation. Il arrive aussi qu'un mouvement dans l'élaboration duquel est intervenu le processus eutonistique ne présente pas les caractéristiques justifiant l'appellation eutonique. Il m'a été souvent utile de me rappeler cette distinction.

Etre *pour* ou *contre* ces positions n'a aucun sens. Et pourtant, il y eut bien des discussions sur ce sujet, les uns en faisant un critère de valeur eutonistique alors que d'autres le leur refusaient. Je crois qu'on peut leur accorder une place et une fonction non définies a priori en les situant de façon cohérente dans un processus de formation sans leur attribuer en elles-mêmes de valeur particulière, car il se peut que quelqu'un (par exemple à la suite d'un accident) ne soit pas capable de les prendre, tout en étant un excellent professeur d'eutonie.

Règle générale : un exercice est judicieusement choisi s'il se prête comme support à ce que nous voulons introduire, en rapport avec l'état, les besoins ou les désirs de notre (nos) élève (s) et s'il est exécuté selon les modalités propres à l'eutonie. Ce qui nous ouvre bien des possibilités.... Vaste cadre où se place tout naturellement ce que nous présente Marie- Claire.

Remarque : Un exercice – au sens habituel du terme – est descriptible et communicable de façon visuelle dans sa forme et dans sa mécanique par un croquis, une photo, un film ... Cette représentation extérieure ne saurait être que superficielle et partielle, laissant de côté bien des aspects, en particulier ceux caractéristiques de la démarche eutonistique. Parfois, dans le cas de la photo ou du film, une certaine expressivité corporelle donne une idée complémentaire de ce qu'éprouve ou souhaite montrer l'exécutant. En résumé, un exercice constitue un support d'enseignement. Sa valeur ne réside pas en lui-même mais dans les raisons de son choix et par l'usage qui en est fait. Ce qui est en accord avec le petit nombre d'exercices employés par G.A. et les résultats multiples que leur charge en eutonie permet d'atteindre.

A cet égard, la première leçon présentée par Marie- Claire comporte une suite de situations dans lesquelles il est difficile d'isoler des *exercices* au sens habituel du terme car elles relèvent davantage de la maïeutique socratique que d'un processus d'inculcation. D'ailleurs Marie- Claire exprime une idée semblable dans les deux premiers paragraphes de la page 2, à laquelle je vous conseille de vous reporter.

Revenons maintenant à une des définitions les plus classiques du terme « exercice » : *Activité spécialement structurée, adaptée, qui permet de développer les qualités de quelqu'un dans un domaine.* Ajoutons que « *s'exercer* » est souvent accompagné par l'idée de répétition.

Il serait difficile de penser l'eutonie uniquement en ces termes.

J'ai parlé de maïeutique. Socrate, questionnant ses disciples, cherchait, dit-on, à « accoucher les esprits ». Il n'apportait pas de connaissances mais incitait ses élèves à tirer d'eux- mêmes des éléments de réponse aux questions posées. N'exagérons pas la valeur explicative de cette référence mais considérons-la comme un point de vue intéressant pour examiner les situations qui vont amener Mme C. vers « une exploration de son monde sensible ». Pour cela, quelques consignes. Ensuite des sous- consignes d'orientation et le dialogue qui s'instaure autour des sensations éprouvées et exprimées par Mme C., avec ces moments « où l'attention silencieuse est tournée vers l'expérience du corps sensible (*inventaire non dirigé?*) ».

Remarquons que M.C. ne donne pas d'indication du genre : « pour obtenir ceci, il faut faire cela » ni ne propose : « je vais vous soigner ». Elle demande à son élève « d'explorer son monde sensible ». Nous sommes dans une zone observation- questionnement qui demande une bonne disponibilité pour accueillir ce qui en résulte sans idée préconçue ou modèle installé. C'est plus ou moins possible. L'attitude de M.C. et ses indications verbales tendent à favoriser ce processus.

Mme C. dévoile, ressent et laisse s'opérer une réorganisation. Nous pouvons faire un parallèle avec le philosophe grec qui interroge et aide à découvrir. A cela près que, pour lui, il s'agit de faire émerger des idées alors que, pour nous, c'est de la réponse sensible qu'il s'agit. Toutefois – et nous revenons à une analogie – un questionnement identique peut, à un autre moment et dans un autre contexte, libérer d'autres idées, d'autres perceptions. Nous connaissons bien cela sur le mode du sensible. Modalités d'exécution, ressenti, résultats appréciables forment un ensemble mouvant, variable : « ça se fait ». A ce propos, des auteurs ont postulé un « centre organisateur » où s'effectuent des programmations hors du champ de notre conscience claire.

Prenons un exemple simple : je vais chercher une bouteille à la cave. Pendant la descente, je me demande quel sera le vin le plus indiqué pour accompagner le menu du jour. En remontant, je me soucie du moment opportun pour l'ouverture de la bouteille. Pendant tout ce temps, je n'ai pas eu conscience de mon déplacement corporel.

Restons sur cette image.....

René BERTRAND

08 06 2020

