

ESPACE DE LIBERTE

Quel espace de liberté pour l'être humain dans la pratique de l'eutonie ?

L'éthologie, une aide pour l'eutoniste.

Douter, s'informer, formuler des hypothèses sont des démarches qui permettent d'avancer dans tous les domaines. Seul le sot ne doute pas.

Boris Cyrulnik, dans le livre « La naissance du sens » chez Edition Pluriel donne des informations qui me semblent pouvoir être utiles aux eutonistes pour donner du sens à leur pratique.

Parfois je cite des extraits, parfois je résume des passages de ce livre avec quelques commentaires personnels que je vous livre.

*« Les observations des éthologues s'inscrivent en faux contre les conceptions des philosophes et de psychologues qui ne veulent voir dans les animaux que de pauvres machines livrées à la loi d'airain de « stimulus-réponse ». Dès qu'il perçoit, **l'animal confère du sens** aux choses qui constituent son monde. Sur l'univers physique, il prélève un matériau à partir duquel il construit ses « objets » propres. »¹*

Que dire de l'enfant puis de l'adulte ?

Chez eux tout peut faire signe pour interpréter les sensations venant de l'extérieur et de l'intérieur du corps, c'est le **degré de liberté** que nous avons dans la variété des réponses et des incertitudes. L'eutonie dans sa spécificité va favoriser une variété de réponses aux propositions contrairement à certaines méthodes où une réponse unique est demandée.

La transcription par la parole est une difficulté. C'est ce que nous rencontrons dans les séances d'eutonie comme dans la vie courante. Comment interpréter une douleur diffuse, un frissonnement, un tremblement, une émotion. Nous avons nos réponses grâce à certaines expériences, connaissances, au regard d'autrui et à ses propos.

*« Ce qui différencie l'homme des non-hommes, ce n'est pas tellement la parole qui peut-être considérée sous sa forme matérielle comme un objet sonore appartenant à tout être vivant, c'est surtout sa folle aptitude à **sémiotiser** . »²*

Si dans les manifestations corporelles tout peut faire signe, et Gerda demandait à ses enseignants d'être capable de les repérer, avec la parole aussi, tout peut faire signe.

¹ Boris Cyrulnik La naissance du sens Edition Pluriel p. 32

² op. Cit. p.116. Sémio : «élément de mot signifiant signe, signification, sens, symptôme. Sémiologie : étude des systèmes de signes. En médecine, étude des symptômes.

« Une chose peut se transformer en objet historié, un bruit peut s'organiser en musique ou en mot, une couleur s'agence en tableau, une série de gestes peuvent se mettre en danse ou en représentation théâtrale. »

« Ce pouvoir donne accès à un monde totalement différent des quelques éléments d'informations présents. Il peut même donner accès à la fabulation rectifiée ou non par la confrontation aux autres objets ou personnes. »

En eutonie nous serons vigilants afin de ne pas tomber dans l'illusion ou la fabulation mais cela peut se produire. Le train à l'arrêt dans lequel nous sommes assis et qui semble démarrer alors que c'est celui qui est à côté qui part en est un exemple. Le contact avec deux balles de tennis sous les ischions en coucher dorsal après enlèvement de ces balles, va donner l'illusion que le bassin est enfoncé dans le sol pourtant stable et horizontal. Mais la perception du corps enfoncé dans le sol est exacte. Par la suite pourrons venir diverses interprétations notamment celles d'une modification de la forme du corps et du tonus.

Delgado, pour la sensation, parle « d'entité transmatérielle », la sensation devient un concept. Mais nous pouvons créer aussi de l'immatériel, du « sursigné » lorsque nous analysons notre vécu en fin de séance.

« La matière, réduite à la portion congrue, entre en résonance avec le signe pour créer de l'immatériel. »

« Mais cette matière est indispensable : au préalable, avant de parler, il faut que le développement de mon cerveau d'homme soit correctement programmé ; il faut que mes yeux rencontre une figure d'attachement pour me donner envie de parler, il faut qu'autour de moi le bain parolier social des adultes m'imprègne. »³

Un climat de confiance va favoriser ce bain parolier social au cours ou en fin de séance ou chacun est invité à s'exprimer s'il le désire. Il garde son espace de liberté, de s'exprimer, d'écouter ou de se taire.

Je rappelais dans un autre texte que la marche de l'enfant prépare la parole et que la parole prépare la pensée (méthode Padovan). Ici s'ajoute la notion de **bain affectif et social**.

Dans nos séances de pratique il se crée un bain social et aussi, certainement, un bain affectif.

Revenons à l'activité sensorielle, matériau de base de notre problématique eutonique : nos manœuvres dans une relation à deux s'appuient sur le matériau corps, nos inventaires se veulent prise de conscience du matériau dont nous sommes constitué.

* Une activité sensorielle qui a très mauvaise réputation à notre époque : l'**olfaction**.

Les mammifères l'exploite beaucoup. L'homme la méprise. Et pourtant, malgré les déodorants nos attirances ou rejets tiennent compte souvent sans le savoir de l'olfaction. Je ne le « sens pas » ou je le « sens bien ». Le papillon est le champion :

³ Op. cit. p. 117

jusqu'à onze kilomètres, la présence d'une femelle sexuellement réceptive se signalera à lui.

* Pour ce qui est de l'**ouïe**, voyez les oiseaux

Ils sont capables de performances sonores étonnantes. L'enregistrement et l'analyse des « sonogrammes » font apparaître le tracé des hautes et basses fréquences. Sur la feuille se dessinent de véritables structures de cris, avec des séquences bien découpées reconnaissables par les individus de la même espèce. Chacun peut entourer cette structure de quelques variations personnelles sans faire entorse à la partie du cri génétiquement programmée.

* Quant à la **vision**, sens noble, qui nous permet de nous orienter dans l'espace entre autre activité, les oiseaux remportent la palme.

Le petit goéland, quand il sort de l'œuf, va toucher inmanquablement de son bec la tache rouge qui se trouve située à la racine de la mandibule d'un goéland adulte. Différentes expériences ont permis de trouver que ce geste n'était pas totalement inné. Le stimulus, le point rouge sur fond jaune, n'est pas un stimulus simple. Ce n'est pas un simple réflexe puisqu'il ne fonctionne qu'à 90 %. Ce qui stimule le petit goéland, c'est une forme colorée ; cela suppose déjà, au plus près du biologique, une « **interprétation** » témoignage d'un premier degré de liberté ; une « interprétation », donc aussi des variantes et des erreurs.

Gerda insistait sur l'utilité du regard notamment dans la marche en groupe : « *restez en relation avec chacun par le regard.* »

Jean Delabbé propose une eutonie des yeux qui libère les muscles des yeux mais aussi ceux de la nuque. Nous retrouvons ce jeu des yeux en Qi Gong.

* L'homme est-il le champion du **toucher** ?

Les animaux se caressent, se frottent, se lèchent. Y a-t-il des interdits comme dans les différents groupes humains ? Probablement.

Chaque société a ses codes pour définir ce qui est correct de ce qui ne l'est pas. Les embrassades, les poignées de mains en public sont admises chez nous. Dans les séances d'eutonie les touchers et contacts à deux ou plusieurs sont bien vus. Les touchers à connotation sexuelle sont évités. Sont-ils pensés ? Quelques fois peut-être, mais ce doit être rare. Affaire d'interprétation avec ses variantes et ses erreurs. Au cours d'un stage d'eutonie à Nice avec R. Murcia, J M B⁴ avait participé à une séance. A la question, suite à une proposition de situation à deux (il avait travaillé avec une femme), sur ce qu'il avait ressenti, sans la moindre hésitation il avait répondu : j'ai eu envie de la « sauter ». Je n'ai plus jamais entendu formuler ce type d'interprétation.

En eutonie le **toucher** est le sens que nous sollicitons le plus : tact, sensibilité profonde, chaud, froid, différenciation du lisse, du rugueux, du sec, de l'humide... sensation d'agréable ou de désagréable, sensation de douleur... selon les différents registres subjectif, émotif. Le toucher permet de découvrir l'environnement proche, de développer ce qu'on appelle la conscience du corps ; il permet le **contact** que

⁴ Professeur EPS devenu sociologue et auteurs de plusieurs livres sur Corps et politique.

nous trouvons parfois inconsciemment mais, ce qui est plus intéressant, c'est de le laisser s'installer et d'en prendre conscience : sur soi, sur des objets, sur ou avec un partenaire, avec les effets qui en résultent et leurs **interprétations**.

Une étude en eutonie, c'est un espace de création et de liberté. C'est trouver la structure d'un enchaînement en fonction de ses aptitudes et de sa recherche personnelle où le désir de s'exprimer se manifeste.

Michel Marchaudon

Février 2012

Michel Marchaudon : e-mail: mic.marchaudon@orange.fr

- **Reproduction partielle ou intégrale possible, avec mention d'origine**
- **Texte publié sous la seule responsabilité de l'auteur et n'engageant pas l'Institut d'Eutonie**