

# Nature, Ecologie et Eutonie (1)

---

## *Un chêne*

On ne voit que lui au milieu de la prairie. Court de tronc, massif et branchu, c'est tout ce qui reste de la haie ou du bosquet qui ont protégé ses jeunes années.

S'il avait été entouré de congénères, il lui aurait fallu pousser bien haut son houppier pour profiter du soleil. Seul, il s'étale.

Si le gland originel avait été oublié dans un champ cultivé, le soc de la charrue ne l'aurait pas épargné. Son ombrage est utile : le fermier l'a conservé.

Les vaches ont brouté ses basses branches. Sous ce toit horizontal, elles viennent s'abriter aux heures chaudes de la journée. Bouses et urines, dissoutes et entraînées par l'eau, s'enfoncent dans le sol et, combinées à d'autres éléments, contribuent à sa nourriture.

Au sommet, une pie a fait son nid. Un écureuil, un sanglier errant, des souris sont intéressés par la glandée. Il abrite et nourrit des bactéries, des insectes. On le photographie. Le plus souvent avec des vaches, ses compagnes ordinaires. L'image d'un taureau frottant vigoureusement son encolure à l'écorce rugueuse a été primée. Un entomologiste est venu comparer la faune qui lui est attachée à celle occupant la canopée de la forêt voisine.....

Vie – Vitalité – Circonstances .....

## *Ecologie*

A partir de cette évocation bucolique, accordons-nous un instant de réflexion. Une telle description peut être qualifiée « **d'écologique** », puisqu'elle appréhende une « **niche** » de la biosphère, qu'elle fait apparaître un « **système** » dont toutes les parties, bien qu'ayant chacune sa propre identité, sont interdépendantes, reflétant ainsi la complexité d'organisation du vivant.

Remarquons aussi qu'il s'agit d'un système « ouvert », l'existence même du chêne dépendant de phénomènes extérieurs qui l'influencent et qu'il influence. Si le fermier (sous la pression d'accords internationaux dispensateurs de subventions) décide de transformer le pré en champ cultivé, le chêne deviendra gênant et on le supprimera. Si, au contraire, l'utilité des haies et des bosquets est à nouveau reconnue, on le conservera soigneusement.

Sous-jacent à ces considérations économique-rationnelles passe le courant continu du besoin de croyance et de sacré, consubstantiel à la nature humaine. Dans ses émergences plus ou moins repérables et institutionnalisées (Eglises, sociétés diverses, personnalités, etc.), l'arbre a sa place.

Pensons au frêne géant (Iggdrazil) des légendes germanico-scandinaves, du chêne objet de culte dans les mêmes régions, mais aussi dans la Grèce antique où le bruissement du vent dans ses branches participait à une pratique oraculaire. De nos jours, dans le Jura, le choix du « sapin-président », soigneusement conservé et honoré par des réjouissances périodiques, procède des mêmes besoins humains.

L'eutonie n'est pas hors du monde.

## ***Eutonie vivante***

Rapprochons de l'eutonie (démarche) et de l'Eutonie (Méthode) ce que j'ai écrit à propos du chêne.

J'entends par **eutonie- démarche** la façon d'intervenir d'un *eutonophore* (un porteur d'eutonie) dans ses interventions, à partir des principes et des concepts caractéristiques de l'œuvre de Gerda ALEXANDER, modulés en fonction des populations et des milieux concernés.

J'entends par **Eutonie- Méthode** ce que nous présentons au public pour attirer le chaland, sans trahir ce que nous a légué G.A., mais en tenant compte des langages, des habitudes et des conditionnements actuels.

Examinons ces deux notions et leurs rapports :

**Janus bifrons** avait une face tournée vers la cité et l'autre vers l'extérieur. Comme pour les deux faces de Janus, un espace unit / sépare nos deux formes de représentation de l'eutonie. C'est le lieu de passage de l'une à l'autre, c'est là que s'élabore ce qui vient de l'une avant d'aller nourrir l'autre et réciproquement. C'est là aussi que se rencontrent l'essence même de l'eutonie avec le goût du jour, la mode du moment. En cet endroit peut se conclure un pacte gagnant – gagnant et révisable respectant la « souche » de l'Eutonie et prenant en compte la demande sociale de l'instant.

Deux risques : se soucier uniquement de l'orthodoxie de l'eutonie – au moins dans ses formes de présentation habituelles – peut faire que la demande sociale du produit s'affaiblisse ou même disparaisse. Ou bien présenter quelque chose de socialement aimable, mais en dénaturant l'eutonie. Equilibre délicat, mouvant, entre ce qui est fondamental et constant dans l'être humain, où l'eutonie nous aide à accéder et l'évolution constante des mentalités.....

D'autre part, n'oublions pas qu'un chêne dans lequel la sève a cessé de circuler peut rester droit – et vénérable – pendant longtemps. Mais sa vitalité a disparu. Nous connaissons la suite, avec le lent et inexorable travail de recyclage. Où en sommes-nous ?

(à suivre)

Le 9 Septembre 2013

René BERTRAND

## Nature, Ecologie et Eutonie (2)

---

En pensant à ce que j'allais développer dans cette seconde livraison, deux idées se sont présentées :

- La première, ravivant d'anciens souvenirs, m'a fait sourire : pendant le mythique « Mai 68 » - et un peu après – le flux parolier était régulièrement interrompu par cette question : « Mais d'où tu parles, toi ? ». Question fort pertinente dans son essence puisque demandant une clarification du contexte et des présupposés, mais souvent agaçante par son retour systématique. Avantages et inconvénients. Vous pourrez évaluer leur importance relative dans ce qui suit.
- La seconde soulignait la difficulté à maintenir une distance suffisante pour traiter de cette eutonie, si prégnante. Trop ? Trop peu ? A voir.

En simplifiant (beaucoup) et en caricaturant (un peu), on pourrait réduire la présentation habituelle de l'Eutonie – au moins en certains lieux - à trois éléments :

- Les deux premiers seraient la formation de rythmicienne et les soucis de santé de Gerda ALEXANDER. Il n'est pas question de nier ou minimiser l'influence qu'ils ont eue sur l'élaboration de l'eutonie, mais on peut aussi noter que bien des personnes, dans la même situation, n'ont pas produit une œuvre du même ordre.
- Ajoutons à cela la première phrase du premier chapitre du livre écrit par G.A. (édition française TCHOU 1977), si souvent citée. Je la rappelle :

**« L'eutonie propose une recherche, adaptée au monde occidental, pour aider l'homme de notre temps à atteindre une conscience approfondie de sa propre réalité corporelle et spirituelle dans une véritable unité. »**

*Interprétation et commentaire :*

**Recherche** attire notre attention. **Méthode** aurait paru aller de soi.

« **La Méthode Gerda ALEXANDER** » aurait été conforme à l'usage le plus répandu. Questionnée sur ce sujet, G.A. ne variait guère (au moins à ma connaissance) dans ses réponses. Elle considérait que « méthode » représentait quelque chose de défini, de fini, avec des situations et des modalités d'application spécifiées. Cette définition de *méthode* est discutable mais, telle quelle, elle nous aide à mieux comprendre comment G.A. situait son œuvre, au moins par ce qu'elle refusait ou tout au moins ne souhaitait pas.

Mais revenons à « **recherche** »

A l'époque où je suivais l'enseignement de G.A., j'étais encore en poste à Briançon où je participais activement, entre autres occupations, à la réalisation d'un contrat de **I.N.S.E.R.M.** (1) dont l'objectif était de déceler des corrélations éventuelles entre la survenue de crises d'asthme et l'évolution de paramètres climatiques comme le passage d'un front froid, des variations du champ électrique terrestre, la température, l'hygrométrie et, bien entendu, les périodes de pollinisation. Cela sous la responsabilité du professeur CHARPIN, bien connu à Marseille – et au-delà. Quand « **Le Corps retrouvé par l'Eutonie** » parut (1977), j'avais quitté les Hautes-Alpes et changé de fonctions, mais je demeurais imprégné par ce schéma attaché à la recherche : un thème, un protocole, de la rigueur, des tas de problèmes pratiques à résoudre, des résultats aléatoires et toujours soumis à critique.

(1) Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale

Mon premier séjour en « *pays de recherche* » m'avait familiarisé avec certaines caractéristiques et obligations d'un type de recherche. Peu après, la confection d'une thèse de Doctorat sur un thème de géographie humaine (Les métiers sportifs de la Montagne – Université Paris 7) m'a fait rencontrer des problèmes d'un autre ordre et élargir ma vision de la « recherche ». En effet, chaque secteur et sujet de recherche présente une physionomie particulière par sa façon de délimiter et de découper une partie du réel, de déterminer et de construire son objet d'étude, de problématiser en fonction de l'objectif poursuivi mais aussi des moyens humains et matériels dont on dispose. Avec un grand sac pour la patience et la persévérance.

Dans ce qui précède, la « recherche » relève de ce qu'on appelle couramment « la science », avec ses catégories labellisées et ses institutions qui ne le sont pas moins.

G.A. cherchait à justifier son œuvre. Pour cela, elle désirait montrer les effets de ses interventions sur l'humain, de façon bien visible et si possible mesurables. Il est vrai qu'à l'époque, on attachait beaucoup d'importance à ce qu'on appelait les « bases scientifiques » des pratiques. Je ne saurais dire si c'était la meilleure voie pour les comprendre et les développer, mais c'était ainsi et il était normal que G.A. s'en souciât. En témoignent les mesures du tonus présentées de façon sommaire à la page 27 de son livre. La « caution scientifique » est souvent intéressante, parfois utile. G.A. la pensait souhaitable pour présenter son travail dans différents milieux, et plus particulièrement au monde médical. Cela ne l'empêchait nullement de s'intéresser à la psychanalyse, en particulier à Jung (en témoigne le mémoire de Marie- Claire BILLETTER), ni d'accueillir volontiers les résultats d'actions s'inspirant de l'eutonie dans des domaines qui ne lui étaient pas familiers.

Le terme « recherche » a un sens fort dans plusieurs milieux – en particulier universitaires – de par ses modes de fonctionnement, ses règles, ses statuts..... Mais n'oublions pas qu'il figure en bonne place dans le langage courant (Il est à la recherche de ses lunettes ; on recherche un malfaiteur.....)

Ceux qui s'adonnent à la recherche sont communément nommés « chercheurs ». Il y a des chercheurs spécialisés dans l'étude des traitements de surfaces, d'autres qui cherchant de l'or, des escargots ou des champignons. Pour tous, il y a un objet de recherche, sujet de curiosité gratuite ou nécessité. Il leur faut trouver une démarche appropriée, un outillage, une stratégie pour être efficace.

La phrase que j'ai citée parle d'une recherche « **adaptée au monde occidental** ». Affirmation qui, déjà à l'époque, me laissait perplexe. Pourquoi cette spécification ? Le contraire était-il concevable ? Pouvait-on imaginer, derrière cette expression, une recherche d'une essence autre, venant d'ailleurs (probablement d'un orient mythique), aménagée pour être accessible à l'univers mental des occidentaux (de tous les occidentaux ?). Bref, je ne voyais pas la fonction ni l'utilité de ce membre de phrase qui, à mon sens, aurait gagné à être remplacé par la mention de quelques caractéristiques de l'eutonie.

On pourrait aussi évoquer « **l'homme de notre temps** ». Une bonne quarantaine d'années plus tard, qu'en est-il ? Pour l'évolution d'une espèce, c'est une durée minuscule. On peut admettre qu'en quarante ans, les capacités physiques et mentales de « **l'homme** » en question n'ont pas évolué de façon significative. Pour l'eutonie, dans la mesure où elle s'adresse à ce qu'il y a de plus fondamental dans l'être humain, sur ce point, il n'y a pas de différence. Mais, dans le même temps, la société a évolué et, si les principes et les concepts de l'eutonie conservent leur

valeur, la présentation et même la pédagogie de l'eutonie doivent tenir compte de l'évolution des nouveaux besoins éprouvés ou décelés, des désirs et des conditionnements actuels.

La métaphore du chêne dans son environnement est éclairante et Janus a deux faces : l'une tournée vers la « souche » de l'eutonie et l'autre vers l'environnement. Entre les deux, la rencontre, l'examen des deux visions et l'élaboration des suites à donner. Cette rencontre sera d'autant plus féconde que ni l'une ni l'autre de ces visions ne sera sclérosée.

Ce qui précède est en rapport avec la nature même de l'eutonie. J'ai plus particulièrement retenu le terme **recherche**. Pour nous, eutonistes, la principale recherche est celle effectuée par GA elle-même. Une recherche créative, une recherche ouverte en ce sens qu'elle n'a pas abouti à une méthode fermée, mais nous a laissé des principes et des concepts que chacun de nous peut développer et incarner dans des pratiques à partir de sa propre expérience sensible, d'une problématisation des situations, d'une détermination des objectifs et par la mise en œuvre de démarches adéquates. C'est à la fois une richesse et une fragilité. Ce n'est pas une simple reproduction.

*D'autres formes de recherche concernant l'eutonie existent ou sont concevables. Ainsi lorsque l'eutonie devient elle-même sujet d'étude, des recherches provenant d'horizons différents, avec des méthodologies, des outillages qui leur sont propres peuvent contribuer à justifier ou expliciter l'œuvre de G.A. J'y reviendrai.*

(A suivre)

René BERTRAND

Le 16 septembre 2013

La prochaine livraison parlera de **nature**.  
Et après ? On verra bien, comme il sied à un feuilleton.....

## Nature, Ecologie et Eutonie (3)

---

Nous avons tous lu des biographies de personnes (de personnages ?) ayant produit une œuvre jugée digne d'intérêt. Classiquement, les auteurs de ces biographies cherchent à placer l'œuvre dans l'époque, la reliant aussi à des épisodes de la vie personnelle de celui qui l'a produite. .

Même si leurs hypothèses sont souvent présentées comme autant d'affirmations et longuement recopiées par leurs successeurs, cela ne suffit pas à leur accorder un certificat de véracité.

Par ailleurs, des musiques allègres ont été composées par des gens qui n'avaient pas de raisons de l'être. Les « romantiques » ont écrit des vers comme ceux-ci :

**« Les chants désespérés sont les chants les plus beaux  
Et j'en sais d'immortels qui sont de purs sanglots »**

Ce qui ne les empêchait pas de picoler, rigoler et.....de belle manière.

Il y a donc, de ma part, un certain scepticisme – ou une certaine prudence – vis-à-vis des explications d'une œuvre par ce que l'on connaît – ou que l'on croit connaître - de son auteur.

Mais isoler Gerda ALEXANDER de son milieu et de son époque ou en faire un simple produit de la société du moment serait peu crédible, dans un cas comme dans l'autre.

Aussi, me gardant du « terme à terme », je resterai dans le domaine de l'influence – possible – de ce qui « flottait dans l'air du temps » à l'époque où prenait corps, sans doute de façon subreptice et encore non détachable du cours de sa vie, ce qui allait par la suite, devenir exprimable et présentable : l'eutonie.

Si vous pensez que ce qui précède a besoin d'un haut parrainage, considérez ces quelques lignes comme une réponse sommaire à la fameuse question : « Mais d'où tu parles, toi ? »

### ***Nature – Naturel***

G.A. prononçait souvent ces deux termes. Surtout le second, me semble-t-il. Arbitrairement – pour une commodité d'étude - je vais séparer deux sens de « nature », l'un représentant la notion de *nature* dans l'environnement de G.A. (si possible dans les aspects qu'elle pouvait en connaître), l'autre davantage centré sur la *nature* humaine.

Depuis les premiers êtres humains jusqu'à nous, les perceptions de la nature ont beaucoup changé. Au début, elle était là et s'imposait. L'homme, occupant furtif, s'y faufilait pour trouver ce qui était nécessaire à sa survie. Peu à peu, les rôles se sont inversés – ou nous avons eu la prétention de les inverser, fiers de nos techniques et de notre puissance (ou aveuglés par), mais trop peu soucieux des conséquences de nos actes. Nous avons tellement l'habitude que la biosphère encaisse ou compense sans difficulté apparente nos pires exactions.....

Nous connaissons la suite.....

G.A. est née en 1908. Dans les années 30, elle avait entre 22 et 31 ans. J'ai délimité cette période en raison de ce qui se passait en Allemagne (son pays) à ce moment, concernant la nature.

Le sentiment de **nature** n'est certes pas nouveau. Mais, comme en témoignent la littérature, la peinture, la sculpture, voire la musique, etc., il a plus ou moins vécu à bas bruit ou occupé le devant de la scène au cours des âges selon les lieux et les milieux. On peut dire que la fin du 19<sup>e</sup> et le début du 20<sup>e</sup> siècle ont été favorables à son épanouissement dans nos sociétés.

Je relèverai, entre autres, deux sortes d'indices attestant la vitalité et l'influence du rapport à la nature :

Au début des années 30, une série de lois relatives à la protection de la nature ont été votées en Allemagne. Nous savons bien qu'une loi apparaît rarement *ex nihilo*, mais que le plus souvent, elle prend en compte un fait de société pour lui donner une base institutionnelle ou limiter certains de ses effets

L'apparition d'une législation est un bon indicateur de l'importance prise par cette notion de « nature » dans la société du moment. Signalons d'autre part l'intérêt que portaient des personnages importants du 3<sup>e</sup> Reich à la conservation des espèces animales. En témoigne l'obstination de Göering pour retrouver dans sa pureté la race disparue des aurochs. Cette idée de « races pures », intéressante pour la biodiversité, fut malheureusement instrumentalisée par la suite de fâcheuse façon.

C'est dans l'évolution de la danse – paysage bien connu de G.A. - que foisonnent les indices d'ouverture vers le **naturel**. Trois personnages sont généralement considérés comme des précurseurs de la « danse moderne » : François DELSARTE (1811 – 1871), Emile JAQUES- DALCROZE (1865 – 1950), Rudolph LABAN (1879 – 1958)

Ils nous intéressent pour la compréhension de l'œuvre de G.A. en ce qu'ils sont à la fois des indicateurs et des promoteurs dans le domaine de la danse, contribuant à son orientation vers une libération du corps et une modification des rapports corps-musique. On « osait ». Isadora DUNCAN (1878 – 1927) fut un des symboles de cette évolution qui toucha un grand arc allant du nord de l'Italie à la Suisse, l'Allemagne, la Grande- Bretagne et les Etats- Unis. En France aussi, avec un peu de retard (Bien que DELSARTE soit français) Les trois pionniers précités ont apporté des principes, des concepts, un outillage pratique (notation du mouvement, etc.). Les danseurs et les danseuses qui s'engageront dans cette nouvelle voie en profiteront.

DELSARTE a étudié les rapports émotion- mouvement. Concernant l'expressivité, je préfère le citer :

*« Cent pages parfois ne peuvent dire ce qu'un simple geste peut exprimer parce que ce simple mouvement affleure notre être total. »*

C'est avec DALCROZE et son disciple BLENSDORF que G.A. a eu le contact le plus direct, en particulier dans la région de DRESDE –HELLERAU, celle de ses origines. On ne saurait ignorer l'énergie productive de ces courants pour la formation de G.A. Ce fut un terreau fertile, propice à la naissance d'une œuvre originale.

Nature, naturel sont bien présents

## Interlude

Quelqu'un, ayant lu ce qui précède, m'a apostrophé vigoureusement :

- Qu'est-ce que c'est que ces élucubrations ? L'eutonie, c'est l'eutonie, N... de D... !

Ca se passe dans une salle convenablement chauffée et si possible isolée du bruit, couché sur un tapis, avec des bambous et des sacs de marrons. On reproduit ce que faisait G.A. Et puis basta !

- D'accord sur un point : étudier l'eutonie avec des moyens communs, ça frise le sacrilège et je subodore l'érection de bûchers.....

Mais ça m'a toujours intéressé et ça m'intéresse encore. C'est une bonne occupation et je ne cause de tort à personne. D'autres font de même, partant de points de vue différents, suivant d'autres méthodes. Je souhaiterais que ces travaux soient plus nombreux et mieux connus. C'est un des moyens pour que l'eutonie ne subisse pas cette entropie née de la répétition monotone de formes progressivement vidées de leur contenu. C'est aussi un essai pour s'approcher le plus possible de l'essence même de l'eutonie, autrement dit de sa partie vivante et créatrice.

- Bon ! Mais ne t'envole pas !

- Promis .....

## Eutonie : morphologie, pédagogie et autres facettes :

Lorsqu'on parle d'eutonie, de quoi parle-t-on ? De ses principes ? De ses concepts ? Des exercices d'étude ? Des pratiques ? De sa présentation ?

Reprenons chacun de ces items :

**Les principes** : ce qui est principal, ce qui dirige notre pensée concernant le système. J'y reviendrai.

**Les concepts** : en eutonie, le toucher, le contact, le repoussé, etc. constituent autant de concepts opérationnels propres à la méthode.

**Les exercices d'étude** : des situations construites ou choisies en raison de leur commodité pour faire sentir et comprendre les principes et les concepts en vue de les rendre opérationnels. Nous connaissons ceux qu'employait G.A. Nous pouvons en concevoir d'autres.

**Les pratiques** : fondées sur ce qui précède, variables selon les populations et les objectifs.

**La présentation** – ou plutôt les présentations - Adaptée au public ciblé.

Ne trahissant pas l'essentiel de l'eutonie

Ne considérez pas ces items comme autant de casiers dans lesquels on va faire entrer des aspects bien délimités et bien définis de l'eutonie mais plutôt comme des *catégories solubles*, des *catégories floues* qui peuvent nous aider à clarifier et ordonner nos idées, mais sans les fixer ou les rigidifier.

D'autre part, tous ces items sont liés et s'interpénètrent. Isolés, ils perdent la majeure partie de leur sens. Les principes, par définition, se retrouvent dans chacun d'eux et les orientent.

Avec le recul, il me semble que je n'ai pas accordé, jadis, à « **ne pas faire mécanique** » et « **ça se fait** » toute l'attention qu'ils méritent. Il me paraissait que le premier avait une fonction de repoussoir trop marquée. Quant au second, je n'en



saisissais pas toute la portée. A vrai dire, je le considérais plutôt avec suspicion, gêné par des modèles antérieurement intériorisés et – c'est le moins qu'on puisse dire – n'allant pas dans le même sens.

## Ne pas faire mécanique

« *Ne pas* », en l'occurrence, refuse, voire interdit. Il faut dire qu'à l'époque, au moins en France et pour ce que j'en sais, « faire mécanique » reflétait une tendance assez générale, concernant le mouvement. Nous avons l'exemple, après la dernière guerre, de la « gymnastique de maintien » qui pensait, par une contention musculaire volontaire et prolongée, ramener le corps humain à une rectitude jugée normale et souhaitable.

L'apparition des grands balancés de la « gymnastique suédoise » a créé la surprise.

Pendant que « faire »..... faisait, au grand soleil et sous les applaudissements, on ne pouvait pas empêcher « être »...d'être, mais au sous- sol.

Signalons une autre influence, non négligeable : le mode de description du mouvement.

Quand on veut donner une idée d'un mouvement, quoi de plus ordinaire que de situer le corps et les membres dans l'espace et décrire leurs déplacements relatifs en termes de mécanique ? De là à bricoler une pédagogie à partir de cette représentation .....

A cet égard, le langage des commentateurs sportifs est intéressant : à propos d'une course de vitesse, ils parlent de la place du bassin, du mouvement des bras, des rapports amplitude- fréquence de la foulée, etc.

Ces commentateurs font leur métier. Souvent plutôt bien. Ils emploient un langage à la fois technique et courant, porteur d'information et compréhensible. C'est un bon indicateur de la représentation du mouvement et du récit qui en est fait dans notre société.

Imaginons ces mêmes commentateurs regardant des élèves allongés sur le sol, pendant un « inventaire ». Dans leur langage habituel, qu'est- ce qu'ils pourraient en dire ? La situation rappellerait le fameux sujet de bizutage :

**Sujet de l'épreuve de dessin : « Iphigénie étendue sans forme et sans couleur ». Bon ....**

Quand on interroge des athlètes après un cent mètres, du moment où ils se sont relevés – trop tard ou trop tôt – S'ils se sont crispés – ou non – Il est aussi question de leurs « *sensations* » perdues, retrouvées, bonnes ou mauvaises, etc.

Remarquons que le terme de *sensations*, employé avec parcimonie par les commentateurs, mais fréquemment par les athlètes, garde, dans leur récit, un sens vague. Il semble correspondre à une appréciation d'état, plus ou moins globale. Ces *sensations*, d'ailleurs, semblent appartenir eu domaine personnel, voire intime (mes) et la monotonie, la stéréotypie

de leurs formes d'expression tient dans une bonne mesure au caractère public de leur discours.

## **Ça se fait**

En eutonie, nous connaissons bien les limites de ces traductions verbales, leurs déterminants incertains et leurs formes diverses.

En fait, pendant la course, le « **ça se fait** » est de règle. Ce que disent les athlètes, c'est la traduction verbale d'informations reçues lorsque l'acte – ou une partie, une phase - de l'action était déjà accomplie. Ces *perceptions* ont, par définition, accédé à leur conscience claire. Pour en parler, ils emploient le terme *sensation*, d'usage plus courant. Ils jugent ces « sensations » bonnes ou non, les érigent en critères d'appréciation de leur prestation et propres à orienter leur travail de préparation future.

*Le rédacteur en chef a tapé du poing sur la table. Il a dit « C'est déjà trop long pour un épisode de feuilleton. Alors tu t'arrêtes ! »  
J'obéis.*

**Prochaine livraison : ces principes – et quelques autres – dans la pédagogie de l'eutonie. Avec de l'écologie.**

(à suivre)

René BERTRAND

Le 8 octobre 2013

## Nature, Ecologie et Eutonie (4)

---

Dans la précédente livraison, j'avais proposé plusieurs éclairages, chacun d'eux étant propre à faire ressortir tel ou tel aspect ou fonction de l'eutonie. Il s'agissait des **principes**, des **concepts**, des **exercices d'étude**, des **pratiques**, de la **présentation**. Je les qualifiais de « *catégories solubles* », de « *catégories floues* ». Ce qui m'a valu des questions - dans le genre : keksekça ? - relatives à ces appellations inusitées. Pour faire bonne mesure, je les dirai aussi « *poreuses* ». Considérons-les comme autant de casiers qui, certes, portent chacun une étiquette distinctive, mais dont les parois, peu consistantes, incitent aux échanges de par leur perméabilité.

Je les dis « solubles » puisque ces catégories se dissolvent et disparaissent quand elles ont accompli leur mission. Ainsi, elles ne freinent pas le mouvement des idées par une constance et une rigidité inopportunes. Je les comparerais volontiers au fil employé par le chirurgien pour suturer deux tissus momentanément séparés. Biodégradable, il disparaît après la cicatrisation pour ne pas gêner le retour de la région à sa complexité et à sa souplesse de fonctionnement. Nos casiers seront donc peu consistants et de durée éphémère. Ce qui ne signifie pas qu'ils soient inutiles.

### ***Unité et interactions***

Reprenons la suite des items (principes, concepts, etc.) qui ont été distingués par des formes d'attention et des éclairages particuliers. La banalité de leurs dénominations fait que, pour chacun d'eux, une définition spécifique est nécessaire dans le double but de les identifier en tant qu'outils et définir leur mode d'emploi pour l'étude de l'eutonie ainsi que pour son opérationnalisation. Sans oublier leur réinterprétation permanente, nécessaire au fonctionnement du « système eutonie ». Principes, concepts, exercices d'étude préparent les pratiques. La présentation, sorte d'équilibre entre l'offre et la demande – au moins supposée – influence la forme de la pratique, etc.

D'autre part, si la pratique se réduit à la répétition des « *exercices d'étude* », ce sera sans doute valable avec certains groupes et certains individus, mais en excluant la souplesse vivante de l'eutonie et la capacité des eutonophores (1) à intervenir dans de multiples occurrences.

### ***Principes***

Il s'agit de principes – ce qui est premier, ce qui est principal, permanent, général – attachés ou rattachables à l'eutonie. G.A. les énonçait fréquemment. Ils sont consubstantiels à l'eutonie. Ils en guident la démarche, la pédagogie. Ils font qu'un « inventaire » est autre chose que la simple récitation d'une liste de lieux du corps humain.

- **Eutonophore** : *eutono* (de la même racine grecque qui a donné autonomie). *Phore* : autre racine grecque (notion de porter). Sur le modèle de Christophore (celui qui a porté le Christ). D'où le prénom de Christophe.

Pour moi, eutonophore désigne tous ceux qui ont rencontré l'eutonie et ont acquis une certaine compétence – quel qu'en soit le niveau – Ce sont des « porteurs d'eutonie »

Choisissons quelques principes (sans ordre) : **Neutralité – Ne pas faire mécanique – Ca se fait – respecter – globalité** ..... Autant de termes ou d'expressions tout-à-fait courantes. Autrement dit chacun ou chacune est largement polysémique, sauf si un contexte particulier en rétrécit et précise le sens. Dans ce qui suit, ce sera l'eutonie.

Prenons un exemple : **respecter** et mettons- le en situation (s)

### **Respecter**

La Présidente (s'adressant à l'accusé) :

- « *Vous avez donné deux coups de couteau à quelqu'un qui passait dans la rue et que vous ne connaissiez pas. Heureusement pour vous et surtout pour lui, il n'a été blessé que superficiellement. Pourquoi une telle violence ?*

- *Il m'a manqué de respect.*
- *Mais il ne vous a rien fait....*
- *Si vous aviez vu comme il m'a regardé ! »*

Laissons les acteurs du procès faire leur travail mais remarquons que, dans ce fait-divers (authentique), la notion de « respect » devient justificative (pour l'accusé) d'un geste de défense vis-à-vis d'une offense (ainsi éprouvée par lui) que d'autres passants, regardés de la même façon par la victime, n'ont probablement pas éprouvée.

Une équipe A reçoit une équipe B. B a laissé ses meilleurs joueurs au repos. Le capitaine de A, vexé, déplore qu'une bande de branquignols leur soit opposée. Il s'écrie ; « On nous manque de respect ». Rodomontades ordinaires. Qu'il serait malséant de rappeler si B met quand même la pâtée à A

On pourrait examiner encore une quasi- infinité d'acceptions de « respect ». On respecte (ou on doit respecter) les limitations de vitesse – nos parents – un régime – une tenue vestimentaire – une politique – la vie privée – les religions – la biodiversité – l'heure des marées, etc.....

Il y a là du religieux, du moral, du légal et un vaste domaine relevant des sentiments qui varient selon les individus, les moments, les lieux et les époques. Cela concerne notre vie individuelle, relationnelle, sociale. D'autre part, même si la notion de respect est considérée comme consubstantielle à l'eutonie, elle ne la distingue pas des méthodes de la même catégorie : aucune d'entre elles, à ma connaissance, ne se réclame d'un manque de respect pour l'être humain.

Alors ce respect, en eutonie, qu'est- ce qu'il représente ? Un enjoliveur ? Une « tarte à la crème », une cheville langagière ? Parfois. Mais pas seulement....

Le considérer comme un principe de l'eutonie implique d'en montrer la signification et le rôle en eutonie.

**Situation** : J'ai un élève. On lui a dit que je « faisais » de l'Eutonie » et que ce serait « bon pour lui ». Il arrive avec ses besoins, ses désirs, ses représentations, ses espoirs et ses appréhensions. Je le vois. Nous parlons. Il en résulte, pour moi, une constellation de points qui dessinent une silhouette confuse, faiblement influencée et orientée par cette idée : nous allons travailler ensemble. Pour lui, il s'est probablement passé quelque chose. Mais je n'en sais rien.

Situation que nous connaissons tous. Avec d'autres modalités, ce serait aussi valable pour un groupe.

**Première séance** : je vais lui fournir quelques indications, lui indiquer des directions. Il va les interpréter à sa façon, en faire part à son corps, lequel va peut-être – peut-être pas – accuser réception en lui envoyant des signaux sous forme de sensations rendues intelligibles et devenues perceptions qu'il va ressentir, apprécier, accueillir avec plaisir ou s'en défendre.

Les attitudes, les ébauches gestuelles me donnent quelques renseignements.

**Première séquence terminée.** Il s'étire, encore plein de ce qui vient de lui arriver. A-t-il besoin de parler ? Peut-il parler ? Est-il en train de se demander « ce qu'il faut dire » ? Ou bien baigne-t-il dans un monde vague qu'il est bon de laisser en l'état pour l'instant et que, dans l'immédiat, les codes et contraintes de la communication verbale ne pourraient que saccager ? Finalement, il dit avoir eu chaud dans les jambes. Je reçois.

*[J'appréciais peu certains aspects de la pédagogie de G.A., mais j'étais impressionné par sa capacité à accueillir avec équanimité les paroles les plus diverses.]*

Je ne décrirai pas plus avant cette première rencontre. Vous en connaissez tous de semblables. Pendant cette séquence, ai-je fait preuve de *respect* vis-à-vis de l'élève ? Je l'espère, mais je n'en suis pas sûr, considérant ce *respect* non pas comme une qualité (morale ?) intrinsèque de l'eutonie mais comme une composante – présente ou non – de la démarche eutonistique.

**Exemple** : reprenons une situation apparemment simple : l'inventaire. L'eutonophore donne des consignes. Il sollicite une forme d'attention particulière chez l'élève et l'aiguille vers telle ou telle partie du corps. Chaque consigne peut être large ou très spécifiée, suivie ou non de sous-consignes rétrécissant de plus en plus le champ (à la limite le constituant.)

Premier cas : les consignes sont larges et peu nombreuses. Le cadre est peu marqué, les interprétations possibles multiples. En poussant à l'extrême, nous pouvons aller jusqu'à l'absence de consigne. Mais nous entrons alors dans d'autres formes de rapport à l'humain qui ne sont pas sans terrains communs avec l'eutonie, mais ne fonctionnent pas selon les mêmes logiques internes. ( psychanalyse, méditation, etc.)

Deuxième cas : les consignes sont nombreuses, resserrées dans le temps, prolongées par des sous-consignes. L'élève est guidé, strictement conduit. Il sait ce qu'il *doit* faire, peut-être même ce qu'il *doit* penser. Nous rejoignons alors d'autres formes d'enseignement, avec lesquelles nous pouvons avoir des rapports formels, mais qui fonctionnent, eux aussi, avec des logiques internes différentes. ( religion, morale, certains apprentissages techniques, etc.)

Quelque part entre les deux se situe un point d'équilibre où les élèves sont guidés sans être astreints. Point mobile, variable en fonction des humains en présence. Respect.

A propos de cette situation, on peut penser au « point de capiton »(1) par lequel Lacan désignait ce point hypothétique où viennent se rassembler les sens des différentes parties d'une phrase, leur résultante donnant le sens global de la phrase elle-même. C'est un modèle que j'apprécie beaucoup pour la multiplicité de ses usages possibles – y compris, bien sûr, en eutonie, pays d'équilibres

(1) Je me demande pourquoi Lacan a employé cette terminologie du « point de capiton », qui désigne d'ordinaire un point de couture propre aux matelassiers. Si vous avez la réponse, je suis preneur.

Nous avons vu que les sens de « *respect* » constituent une telle nébuleuse que ce terme ne saurait caractériser l'eutonie s'il n'est pas précisé.

Pour en mieux cerner le sens – en eutonie – reportons- nous à la démarche même et à la parole de G.A.

Que disait- elle ? A peu près ceci : il faut d'abord travailler sur soi-même avant d'aller vers l'autre, sans quoi nous lui communiquerons involontairement nos propres tensions et nous n'aurons pas la disponibilité nécessaire à son accueil.

Je crois que nous approchons ici la forme de « respect » telle que l'entendait G.A. et c'est pour cela que nous pouvons parler d'un **principe** de l'Eutonie.

Cette notion de *respect* ainsi entendue imprègne toutes les intentions et actions de l'eutonophore. On pourrait l'énoncer de la façon suivante : « *Le respect n'est pas une qualité intrinsèque de 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 propice à l'accueil de l'autre.* » .

C'est une formulation possible. Si vous en trouvez d'autres, faites- nous- en profiter. Je suis curieux et preneur.

### **Ça se fait**

On sonne. Il se lève, va ouvrir : *ça s'est fait*. Un enchaînement de gestes l'a conduit de sa chaise à la porte pendant que sa pensée était occupée par une seule question : « Qui peut bien venir me voir à cette heure ? »

S'être levé, être allé jusqu'à la porte, il n'a pas eu conscience des moyens mis en œuvre par son corps pour le réaliser : *ça s'est fait*.

Préparant des navets et des carottes pour le pot- au- feu, il bavarde avec un proche : l'épluchage *se fait*.

La digestion, la respiration, les battements du cœur, *ça se fait*. Nous en avons parfois conscience quand il y a un manque, un excès, un raté. Habituellement, nous vivons dans le « silence des organes », considéré comme un signe de santé. Nous pouvons rompre – ou rétablir – ce silence par des interventions volontaires (genre de vie, ingestion de médicaments ou autres substances.)

On dit qu'un enfant « apprend » à marcher. En fait, au fur et à mesure de la maturation de son système nerveux, *ça se fait*.

C. avait été maréchal ferrant et ferronnier, comme son père. Mais à la fin des années 40, les tracteurs remplaçaient les chevaux et, en partie, les mulets. Le métier ne pouvait plus faire vivre une famille et C. avait été recruté pour assurer la formation au travail des métaux des élèves du Centre d'apprentissage, une des parties du Lycée d'Altitude de Briançon. Cet amoureux de la forge avait gardé son atelier personnel où il exécutait encore quelques travaux pour des amis et connaissances. Je lui avais demandé de me confectionner une table basse (que j'ai encore). Après une discussion à la fin de laquelle le concevable et le faisable coïncidaient, il fut décidé qu'elle reposerait sur un piètement torse et enroulé dont la confection nécessiterait de travailler un fer carré sur angle, opération fort délicate.

Il me convia à l'opération.

Dans son atelier, il y avait une grande table métallique, avec des trous où l'on pouvait disposer des « plots » ronds et verticaux, appuyés solides contre lesquels on tord le métal préalablement chauffé. Les futurs pieds, encore à l'état de barres de fer carrées, reposaient sur le brasier de la forge, activé par la soufflerie. A un moment, la couleur du métal a indiqué que sa consistance convenait : ni trop dur, ni trop mou. Avec une longue pince, il a saisi un des fers. D'un geste doux et puissant, l'a plié et enroulé autour des plots. C'était fait. Le pied était là, dans sa forme définitive, avec l'élégance de ses arêtes mises en valeur.

Je devais avoir l'air tellement ébahi que C. sourit. « C'est le métier », dit-il avec simplicité – mais aussi avec un brin de fierté devant le travail réussi.

En partant de cet exemple, reprenons notre « ça se fait ». Où et comment le plaçons-nous ? Pour le spectateur, c'est simple : le métal a changé de forme – ça s'est fait – et maintenant, c'est fait. Reste à savoir quels sont les déterminants de cet acte transformateur.

C. est un homme, avec ses caractéristiques physiques et psychiques propres. Elles constituent une base, en grande partie commune à tous les humains, mais pour une part singulière. A elle seule, elle ne lui aurait pas permis d'accomplir cette performance.

Il a appris, assimilé. L'ensemble, dans son état actuel, l'a fait capable de préparer le métal et d'en changer la forme. A la naissance de C., son développement était programmé. Par la suite, il a appris, assimilé.

Prenons deux exemples pour situer les pôles entre lesquels se constitue cette unité malléable, ce « centre organisateur » donnant à notre enseignant-artisan la capacité de produire ce geste juste.

Lorsqu'un petit enfant se dresse et marche, cela « se fait » parce qu'il est un humain – un bipède – et qu'à un moment de son développement les mécanismes nécessaires au maintien de la station verticale apparaissent et fonctionnent.

Plus tard, il apprendra à lire. Mais, dans son évolution, notre espèce n'a pas été « programmée » pour la lecture. Il s'agit alors de ce que certains appellent un *apprentissage pur*, en ce sens que dans notre constitution, rien ne nous y prépare directement. Il faut recycler des neurones, créer des circuits, chercher des disponibilités dans plusieurs territoires (1). Ce qui, d'ailleurs, nous aide en partie à comprendre les querelles à propos de l'apprentissage de la lecture.

**Une dernière remarque** : « ça se fait » - au moins s'il s'agit de mouvement – désigne le déroulement d'une gestuelle, d'une action engageant tout le corps, que ce soit involontaire ou résultant d'une décision consciente. Dans le second cas, tout se passe comme si, après avoir *passé commande*, je laissais le *centre organisateur* lancer et conduire l'opération.

(à suivre)

René BERTRAND

Le 18 novembre 2013

(1) - DEHAENE (Stanislas) – Les neurones de la lecture – Odile JACOB - 2007

---

**René Bertrand: e-mail: [rene.bertrand-vieilley@wanadoo.fr](mailto:rene.bertrand-vieilley@wanadoo.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