

Nature, Ecologie et Eutonie (5)

Conclusion en forme d'ouverture

Ecologie

Dénomination

Le champ, l'objet, le souci de **l'écologie** datent au moins de la préhistoire. Ils continueront bien après nous.

Le **concept d'écologie** s'est formé progressivement avant d'être nommé en 1866 par Ernst HAECKEL, recevant ainsi une carte d'identité, une définition et une place parmi les sciences du moment.

Le **néologisme d'écologie** dérive de deux racines grecques : **oikos** = maison, ménage et **logos** auquel on attachera ici le sens de science de, étude de Ainsi le domaine de l'écologie, c'est l'étude des choses domestiques, du ménage de cette grande maison qu'est la planète Terre, incluant les plantes, les animaux, les micro- organismes et les humains qui y vivent ensemble, comme autant de composants interdépendants.

L'écologie est une science interdisciplinaire (biologie, physique, sociologie, etc.)

Le champ d'étude, c'est la *biosphère*, cette mince couche qui entoure la terre et où la vie est possible.

En France, c'est vers 1970 que l'écologie est « entrée en politique ».

Nouvelles visions, nouveaux concepts.

Sans remonter plus loin que le 18^e siècle, la vision de la nature comme la relation de l'homme avec son environnement ont évolué :

LINNE (1707 / 1778) parle de « science naturelle ». Il essaie de décrire et présenter le labyrinthe de la nature en établissant un ordre méthodique et une nomenclature systématique.

Notons que, de nos jours, on le dirait « créationniste » puisqu'il attribue à Dieu le changement des terres en végétaux, la transmutation de ceux- ci en animaux, tout cela aboutissant au corps humain.

Linné se présente comme quelqu'un qui classe et systématise.

HUMBOLT (1769 / 1856) s'intéresse aux communautés végétales, à l'association locale des végétaux. L'idée d'association et d'interaction apparaît

Le 20^e siècle est riche en moyens d'étude, découvertes, hypothèses, etc. initiés et soutenus par des intérêts de plus en plus divers et puissants :

Le néologisme de **biosphère**, dû à Edouard **SUESS** est développé par les travaux de **VERNADSKY**.

« La biosphère se définit comme la région unique de l'écorce terrestre occupée par la vie. Ce n'est que dans la biosphère, mince couche extérieure de notre planète, que la vie est concentrée. Tous les organismes s'y trouvent et sont toujours séparés de la matière brute ambiante par une limite stricte et infranchissable. »

UEXKULL signe l'acte de naissance de **l'éthologie**. Celle- ci étudie les mœurs individuelles et sociales des animaux domestiques et sauvages. L'éthologie humaine utilisera ses méthodes.

Arne NAESS (1912 / 2009) est un philosophe norvégien. Nous lui devons le concept de **deep ecology** (écologie profonde), qu'il différencie d'une « écologie superficielle ». Il insiste sur les notions de diversité et de symbiose. (J'y reviendrai.)

Considérons ce qui précède comme un ensemble de repères qui nous seront utiles pour le développement futur de notre thème (Nature, écologie et eutonie).

Remarques, commentaires, etc.

Croire, imaginer sont deux des fonctions caractéristiques de l'humain. Le bestiaire du Moyen Age et de la renaissance en témoigne, comme nos films de science- fiction ou ceux mettant en scène des personnages mythiques. Les religions sont la forme la plus définie et affirmée de la croyance. Nous la trouvons aussi au quotidien chez les fidèles d'un parti politique ou les supporters d'un club sportif.

Soulignons à ce propos une différence entre les religions animistes et le monothéisme. Les elfes, les satyres et les nymphes, les sources et les montagnes sacrées, les arbres auxquels on vouait un culte, tout cela formait un monde « enchanté » qui sommeille encore dans notre inconscient collectif. Le monothéisme donne le dieu unique (DIEU) comme créateur de toutes choses.

L'homme, prééminent, va tenir progressivement le rôle de propriétaire plutôt que celui d'usufruitier. Cela compte dans notre attitude vis- à- vis de la nature..

Ainsi il arrive que des croyances affirment leur existence et prétendent à une suprématie sans partage, excluant toutes les autres. Mais ce n'est pas une raison suffisante pour que celles qui ont été supplantées disparaissent. Par exemple (dans l'Ancien Testament), si Moïse s'absente, les dieux dits païens sont à nouveau adorés malgré la menace du châtement, Yahvé n'étant pas réputé pour sa mansuétude. Complexité.

Prenez les notations qui suivent pour ce qu'elles sont : diverses et sans ordre. Elles sont destinées à préparer la prochaine livraison : Villedieu 55 (6) où il sera question de la congruence entre l'écologie et l'eutonie.

- La plante hisse la matière physique au niveau de vie.
- Organisation, configuration, maintenance. Possibilités innombrables d'où résultent des réalités.
- Dans la réalité, infinité de germes de vie, infinité de visions.
- Chez l'humain, fécondation de l'extérieur par l'intérieur.
- Rien n'existe séparément. Pensée relationnelle.
- Entités du monde naturel : traitées pour elles-mêmes ? En fonction de l'humain ? A court ou long terme ?
- Ecologie et exploitation
- L'esprit humain peut- il dominer ce que l'esprit humain a produit ?
- Qu'est- ce que la « réalisation de soi » ?
- Confusion entre qualité de vie et niveau de vie.
- Ne pas tolérer mais encourager la diversité. (à suivre)

René BERTRAND

Le 19 janvier 2014

René Bertrand: e-mail: 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**

Nature, Ecologie et Eutonie (6)

Conclusion en forme d'ouverture

Pourquoi, diable, accoler ces trois termes et les mettre en rapport ?

La première phrase du premier chapitre du livre de Gerda ALEXANDER nous incite à ce rapprochement. Bien qu'elle soit si souvent citée que beaucoup la connaissent par cœur, je la transcris encore une fois :

« 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..... »

Evolution

Ce livre a été publié en 1976 pour l'édition allemande, en 1977 pour l'édition française. Il a donc été écrit il y a au moins 37 ans. Depuis, « *l'homme de notre temps* » a évolué. Bien sûr, il reste des constantes dans les formes et les fonctions décrites par l'anatomie, la physiologie, etc. Mais les changements dans son environnement, les nouvelles sollicitations qui lui sont adressées, les conditionnements qui s'insinuent de façon subreptice, tout cela amène des changements dans sa vision du monde, dans sa façon de réfléchir, dans ses rapports avec son corps. « *L'homme de notre temps* » de 2014 et « *L'homme de notre temps* » de 1976 ne sont pas tout-à-fait les mêmes.

Puisque changement il y a, l'Eutonie elle-même devrait-elle changer ?

La réponse pourrait être affirmative, à condition de considérer l'Eutonie comme une œuvre entièrement construite et définie liée à une opportunité, de la même façon que des centaines d'autres méthodes qui naissent de façon conjoncturelle et disparaissent aussi vite.

Mais nous sommes dans un autre cas de figure

L'évolution des conditions de vie n'est pas sans effet sur le comportement humain et ses rapports avec l'Eutonie. Dans quelles limites ?

Rappelons – une fois de plus – que l'Eutonie comporte des principes, des concepts opérationnels (les « fondamentaux »), des exercices d'étude. A partir de cet ensemble sont élaborées des situations qui varient en fonction des besoins et des désirs des populations concernées. Malléables et évolutives, ces situations peuvent changer dans leur conception, leur présentation et leur mise en œuvre suivant les milieux et les époques. Sans que la « souche » de l'eutonie soit remise en question.

G.A. parle de l'eutonie comme d'une *recherche* et non comme d'une *méthode*, ce qui n'est pas sans conséquences :

- Une recherche ne saurait avoir, au départ, une certitude quant à son résultat. Dans le cas contraire, ce ne serait plus une recherche. Le mérite de G.A., c'est de nous avoir indiqué une démarche, nous laissant ainsi une grande latitude d'ajustement.

- Une recherche doit, le plus souvent, définir son objet et la façon de l'aborder. A nous de trouver l'adéquation entre la question formulée, l'outillage dont nous disposons et la démarche à suivre. D'où la nécessité de penser en termes de système pour entrer dans les complexités du vivant. A ce titre, la notion d'écosystème nous intéresse directement.

Ce qui nous est favorable peut aussi nous enfermer.

J'en donnerai deux exemples :

- Selon les critères choisis et les aspects de l'eutonie pris en compte, celle-ci peut entrer dans beaucoup de classifications. Nous la trouvons souvent parmi les « **gymnastiques douces** ».

Ce qui évoque une activité ne comportant pas d'effort important et – sous-entendu – agréable. La définition est vague, le domaine peu délimité, la population susceptible d'être intéressée importante. De plus, ce paysage flou se situe en marge, si ce n'est complètement à l'extérieur des activités définies et protégées par des réglementations strictes.

C'est là que des professions, des associations puisent leur clientèle. Alors on s'aperçoit qu'à part quelques idées générales plus ou moins au goût du jour, les arguments présentés par chacune d'elles pour recruter ne sont pas les mêmes, marquant ainsi les limites de signification de la catégorie réputée commune.

Pour me faire mieux comprendre, je prendrai comme exemple l'églantier et le pommier, classés tous les deux dans la famille des rosacées et qui, pourtant, sont fort dissemblables et ne sauraient rendre les mêmes services.

Le classement dans les « **gymnastiques douces** » n'est pas à rejeter. Pour nos *offres de service*, son intitulé est intéressant, capable de susciter des demandes. Mais rester sous cette unique étiquette serait réducteur et conduirait à amputer l'Eutonie d'une part importante de sa spécificité et de ses possibilités.

- Le second exemple concerne le terme **eutonie** lui-même. L'Eutonie, de par sa dénomination, risque d'être considérée comme une méthode destinée à agir spécifiquement sur le tonus, afin qu'il devienne capable de s'ajuster à toutes les circonstances de la vie. Cet aspect existe et il n'est pas faux de dire que la pratique de l'eutonie agit sur l'état tonique. Nous observons que certaines situations concourent à l'élévation du tonus, d'autres à sa diminution, mais pas au même degré chez tous. D'ailleurs, chez certains, on peut constater une inversion des effets. Nous ne sommes donc pas dans ce qu'on pourrait considérer comme une variation linéaire unifactorielle, où une certaine intervention provoquerait, toujours dans le même sens, une réaction proportionnelle à la sollicitation. Sans entrer dans une discussion concernant les sens couramment donnés à *tonique* et *état tonique*, soulignons qu'ils font partie d'un ensemble plus général (l'état global d'un individu à un instant **T**) au même titre que la tension artérielle, la flore intestinale, la souplesse articulaire ou l'état mental.

Nous sommes dans un système vivant. Chaque élément a une valeur propre, chaque signe a son importance mais sa place et son importance sont déterminées à tout instant par l'organisation variable de l'ensemble. C'est ce qui constitue l'aspect majeur dans la définition d'un écosystème et nous amène à changer non pas de sujet, mais de registre.

Un écosystème

Le vallon est large, étalé entre deux parois qui convergent et se rejoignent vers le centre du massif, à environ 2500 mètres d'altitude. La lente décomposition de la roche, la colonisation par des vagues successives de végétation, l'eau de fonte des neiges et la pluie ont concouru à la formation d'un humus fertile. Le soleil fournissant généreusement l'énergie nécessaire, la flore des Alpes du Sud s'y développe abondamment.

Les caltas baignent leurs racines dans le ruisseau et festonnent le vaste domaine des graminées égayé par les taches bleutées des myosotis. En montant vers les crêtes, le roc se dénude, avec les dernières armoises et quelques coussins de jubarbes aranéeuses. Dans cet ensemble, chaque plante occupe – ou essaie d'occuper – l'endroit qui lui convient. Elle vit en bonne intelligence avec certaines de ses voisines, en élimine d'autres ou en tire profit. La libre circulation des mulots et des marmottes est surveillée par le renard qui les aime bien (à sa façon). A la saison, c'est l'invasion massive des moutons, Ils broutent l'herbe, contribuent à la sélection des végétaux et à la fertilisation du sol.

La physionomie de ce vallon perdure à travers les siècles non par la force d'une statique immuable, mais par des variations et des ajustements incessants au sein du système qu'il

constitue. Un écosystème. Si on retire ou que l'on modifie une pièce, l'ensemble en est affecté. Imaginons que cesse l'estive des brebis. Des plantes, qui ne supportaient pas d'être régulièrement tondues, réapparaissent. Buissons et végétation arbustive vont se développer. Il se peut que, dans un siècle, un mélézin occupe le vallon, modifiant radicalement la flore et la faune. Nouvel écosystème. Mais peut-on qualifier de nouveau un système vivant dont une des principales caractéristiques est d'évoluer constamment ? Les passages sont parfois plus importants que les haltes.

La notion d'écosystème

Rapprochons cette évocation d'une prairie alpine de celle du chêne qui ouvre la première livraison de notre « feuilleton ». Nous avons deux *écosystèmes* de constitutions différentes mais offrant une lecture (une grammaire) identique si l'on focalise davantage l'attention sur les rapports entre les pièces en présence que sur chacune de ces pièces prises séparément. C'est cette façon d'appréhender un ensemble dont la stabilité apparente et momentanée est le fruit d'ajustements permanents qui nous intéresse. Nous sommes de plain-pied avec le fonctionnement du vivant comme de l'eutonie et des rapports vivant-eutonie.

Eutonie et champs de connaissances

Là aussi, ce qui nous est utile peut aussi nous enfermer. J'entends par « champs de connaissances » non seulement les sciences au sens habituel du terme (définies, étiquetées, labellisées) mais aussi tout ce qu'un individu peut connaître, y compris – et peut-être surtout – ce qui est saisi de façon sensible (consciemment ou non) et qui, s'inscrivant en nous, va participer à notre bibliothèque mémorielle.

Les premières personnes – jeunes – qui sont allées à Copenhague pour suivre l'enseignement de Gerda ALEXANDER n'avaient probablement pas été motivées principalement par une perspective d'études (dites) théoriques. Il n'en reste pas moins que G.A. leur demandait de suivre des cours d'anatomie, de physiologie, de psychologie, etc. suivis d'une évaluation. Il est vrai que ces étudiantes n'avaient pas, pour la plupart, suivi de cursus comportant ces disciplines.

Mais pourquoi un programme plutôt qu'un autre ? Nous savons bien que les formations ainsi que les examens et concours qui les suivent évoluent au fil des années (la formation en eutonie en est un bon exemple) pour répondre à des impératifs généraux comme à ceux du moment. En voici quelques-uns :

- Aider à comprendre ce que l'on fait
- Apporter un outillage utile dans l'avenir
- Etre en accord avec les programmes les plus classiques d'autres examens et concours conduisant à des pratiques jugées semblables.
- Offrir des arguments présentables aux personnes et organismes offrant des débouchés.
- Ne pas être trop éloigné de ce qu'ont étudié les formateurs pendant leur propre formation mais sans se limiter à une simple reproduction.

- Tenir compte de l'évolution des connaissances, voire sacrifier à quelques modes du moment (modérément)

- S'assurer que c'est faisable, compte tenu des locaux et des horaires, ainsi que de la disponibilité et des possibilités contributives des étudiants.

Cette liste d'impératifs pourrait être sensiblement allongée. Retenons que les difficultés ne manquent pas et que chacun des items ci-dessus peut prendre une importance déterminante.

G.A. avait des obligations supplémentaires, comme justifier ce qu'elle présentait (appel aux connaissances du moment) et se faire accepter par le milieu médical (témoignages).

Saluons au passage le courage et l'obstination de G.A. en semblables circonstances.

Ce qui précède peut paraître « hors sujet », mais cette réflexion sur une partie des contenus de programmes de formation ne s'est pas invitée inopinément. Il m'a paru nécessaire de montrer que

ces programmes, soumis à toutes sortes d'influences ou d'impératifs, ne sont pas immuables, même si l'objet de leur attention reste le même (le foie garde sa forme et sa fonction, quels que soient les changements apportés aux moyens de l'étudier et de le soigner.)

Ainsi l'être humain reste l'être humain et ce qui est fondamental dans la démarche de l'eutonie demeure lorsque les éclairages varient. Introduire les notions de naturel et d'écologie dans l'ensemble de ce qui nous permet de comprendre, décrire, exprimer, développer l'eutonie, c'est faire appel à des champs de connaissances que nous avons encore peu sollicités. Ils sont utilisables et font partie de « *ce qui est dans l'air* » actuellement et n'est pas négligeable

(à suivre)

René BERTRAND

Le 28 février 2014

René Bertrand: e-mail: 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**

Nature, Ecologie et Eutonie (7)

Conclusion en forme d'ouverture

Eutonie

Commencez par l'image d'un pilulier contenant des pastilles de plusieurs couleurs, chaque couleur indiquant la propriété de soigner une affection précise. Glissez vers une méthode constituée d'exercices ayant chacun, en soi, la capacité de servir dans un but bien précis. Vous aurez alors une bonne idée de ce que **n'est pas** l'eutonie.

Gerda ALEXANDER disait (et écrivait) que ce qu'elle élaborait constituait une *recherche* avec ce que cela comporte d'incertitudes et d'ajustements, en congruence directe avec le vivant. C'était une position courageuse, dont l'avenir n'était pas assuré.. Est- ce qu'on pouvait prévoir si les exercices d'étude qu'elle employait pour faire passer son message ne prendraient pas une importance formelle excessive et, vidés de leur substance, rejoindraient la banalité de ceux qui meublent le quart d'heure de gymnastique matinale ou bien si le ressenti et son mode d'enregistrement par ses disciples leur permettrait de continuer son œuvre et de la développer dans différentes directions ?

Avec le temps, les deux phénomènes se sont produits, mais le *sensible* a bien survécu. Je m'en réjouis doublement. D'une part pour avoir douté autrefois que ce fût possible, d'autre part parce que c'est ce *sensible* qui nous maintient dans la bonne direction.

S'intéresser à l'eutonie prend bien des formes : pour la justifier, pour la transmettre, pour l'utiliser, pour en profiter soi- même, pour la faire entrer dans des ensembles, pour la comparer à d'autres méthodes, etc. La considérer comme agent de sollicitation et de libération me paraît intéressant. L'eutonophore – le porteur d'eutonie -, pendant sa formation, a découvert des zones et des potentialités dont il n'avait pas clairement conscience. Il les a aussi éprouvées avec les autres, distinguées dans les autres. Une inscription, une intégration se sont produites – dans une forme propre à chacun -. C'est ce qui lui permet, par la suite, de rendre familières à ses élèves des formes d'attention inhabituelles, de les accompagner lorsqu'ils en découvrent les effets et de les guider vers une autonomie créatrice.

Les résultats envisagés peuvent être larges et plutôt flous, s'il s'agit de *développement personnel*, plus précis dans *la recherche d'amélioration d'une performance ou la réduction d'une incommodité*.

Retenons pour l'instant la diversité propre à ce système souple, où chacun arrive dans un certain état fait de son hérédité et de son histoire personnelle. Cet état sera facilitateur ou bloquant vis-à-vis de lui- même et des autres.

Encore une fois : diversité, diversité.....

Ecologie

S'il y avait une seule façon d'envisager l'écologie, ça se saurait. Cela signifierait qu'elle a perdu sa vitalité et qu'elle s'est sclérosée, devenant précisément descriptible dans son immobilité.

Ce n'est – heureusement – pas le cas et cette notion se répand tellement qu'elle va jusqu'à connaître à la fois la gloire, la vacuité et parfois l'efficacité du slogan publicitaire. A nous de faire en sorte que se rencontrent – tout naturellement – la vitalité de l'eutonie et la vitalité de l'écologie.

Avant quelques suggestions dans ce sens, je voudrais faire référence à deux personnages connus pour les courants qu'ils ont créés et qu'ils représentent.

Rudolph STEINER (1861 – 1925)

C'est au cours d'une conversation avec Marie- Claire GUINAND que ce nom de STEINER a pris consistance. Nous parlions de ce qui « flottait dans l'air du temps » au moment où s'esquissait en Gerda ALEXANDER le système cohérent et vivant qui deviendrait l'Eutonie. Je ne me souviens pas bien de ce que j'avais quand Marie- Claire a commenté : « Ca, c'est dû à STEINER ». Ce nom me disait quelque chose, en rapport avec la nature et l'agriculture biologique. Sans plus. C'est ainsi que Madame ma Curiosité s'est éveillée et a cherché. Des bribes de connaissances disparates ont coagulé autour de cet homme peu banal qui naquit en Croatie, passa par Vienne, Berlin, etc. pour terminer sa vie à Dornach, au Nord- Ouest de la Suisse. Les renseignements biographiques le concernant sont d'accès facile et vous verrez que sa trajectoire géographique, sociale, spirituelle et intellectuelle ne manque pas d'intérêt.

Pour ma part, je retiendrai quelques points qui me semblent en rapport avec cette étude :

Pendant longtemps, il est membre de la « Société de théosophie ». Il la quitte pour fonder en 1912 la Société d'Anthropologie. Passer de Théo à Anthropos, ce n'est pas rien. Si on ajoute que, en cette même année 1912, il conceptualise **l'Eurythmie**, nous nous trouvons en pays de connaissance. Chacun peut apprécier comme il l'entend les principes qu'il énonce, mais les démarches qu'il préconise n'ont rien de gratuit. Ainsi, il définit, en 1924, les bases de la **biodynamie**, actuellement mise en œuvre par de nombreux agriculteurs dans le monde. En France, elle s'étend particulièrement chez les vignerons. Tout ce qui se range sous le label **bio** en découle.

Une autre manifestation pérenne de son œuvre, c'est le nombre d'Ecoles Steiner qui fonctionnent dans divers pays – y compris en France.

Ainsi ce qu'a élaboré R.S. perdure dans les faits. Il perdure également en tant que signe d'identité envoyé par la société d'une époque. Pour qu'un système puisse naître et s'épanouir, il faut au moins deux conditions : que quelqu'un le conçoive et le développe ; que le milieu et le moment soient en mesure de l'accueillir et de lui offrir un terreau contenant les ingrédients nécessaires à son épanouissement. Ce fut le cas et l'œuvre de R.S. trouva une « niche écologique » ainsi que des milieux où essaimer. Voici quelques- unes de ses idées directrices :

- Toute ferme, tout domaine agricole constitue un organisme vivant, avec des éléments interdépendants, influencé par les rythmes lunaire et planétaire.
- L'agriculture « bio » se soucie de la vie et du renouvellement du sol, avec le moins possible d'intrants.
- Une adaptation permanente aux conditions de l'environnement est nécessaire

STEINER contribue à ce retour au *naturel* devenu un vaste phénomène de société et qui ne touche pas seulement le secteur agricole. Ses manifestations sont particulièrement repérables en Allemagne où cette même dynamique va se partager en deux courants dissemblables.

L'un s'intéresse à la biodiversité en essayant (entre autres) de recréer des races animales disparues.

L'autre, mieux (bien trop) connu, s'efforce d'éradiquer, chez l'humain, les races décrétées « impures ».

Sur un même terreau peuvent pousser des plantes bien différentes.

Dire que Gerda ALEXANDER n'a pas été touchée d'une façon ou d'une autre par ce phénomène serait peu plausible. Rapprochons quelques dates :

Rudolph STEINER (1861 – 1925)

Emile JAQUES- DALCROSE (1865 – 1950) et sa « rythmique ». Il fut un des formateurs de G.A ; (musique, scène....)

Isadora DUNCAN (1878- 1927) avec le mouvement libéré dans son expressivité et le corps bien visible directement sous des voiles légers. Quelque peu scandaleuse et puissamment novatrice.

Rudolph von LABAN qui travaillait volontiers en pleine nature avec des groupes de danseuses nues.

N'oublions pas que Gerda **ALEXANDER** est née en Allemagne en 1908.

Arne NAESS (1912 – 2009)

Cet autre personnage est Norvégien. Son livre « Ecologie, communauté et style de vie » a d'abord été traduit en anglais (Amérique) et édité en 1989. Sa parution dans notre langue est récente (2013). Parmi les ouvrages traitant d'écologie, il tient une place particulière par l'étendue des aspects de l'individu, de la société, de la nature qu'il développe et nous incite à regarder en portant sur eux un regard écologique. En voici quelques exemples :

A.N. distingue :

Le mouvement d'écologie superficielle : lutter contre la pollution et l'épuisement des ressources. Objectif central : la santé et l'opulence des populations dans les pays développés.

Une plate- forme d'écologie profonde (écologie T) nécessitant quelques vues communes, dont :

1 – L'épanouissement de la vie humaine et non- humaine sur Terre a une valeur intrinsèque.

La valeur des formes de vie non- humaines est indépendante de l'utilité qu'elles peuvent avoir pour des fins humaines limitées.

2 – La richesse et la diversité des formes de vie sont des valeurs en elles- mêmes et contribuent à l'épanouissement de la vie humaine et non- humaine sur la Terre.

3 – Les humains n'ont pas le droit de réduire cette richesse et cette diversité sauf pour satisfaire des besoins vitaux.

Les rapports entre l'humain et la nature ont évolué. Notre espèce, invasive et longtemps prédatrice- proie n'a pas, pendant cette période, perturbé gravement l'ensemble de l'écosystème Terre. Comme d'autres espèces, elle a été prise en compte par l'autorégulation du système sans affecter sa capacité à maintenir une homéostasie satisfaisante dans la partie de la croûte terrestre où se situe notre habitat. Mais notre puissance d'intervention a tellement augmenté qu'il est devenu urgent d'en contrôler les effets. De nouvelles responsabilités en découlent, vis- à- vis de nos commensaux (plantes et animaux) et de l'ensemble de notre planète. Etre attentif aux effets de la mise en œuvre des moyens dont nous disposons est aussi nécessaire pour ce qui concerne la déforestation que les dosages médicamenteux et plus généralement pour tout ce qui est susceptible d'affecter l'équilibre de la biosphère.

Ce qui précède donne une petite idée de la façon dont A.N. conçoit le monde dans lequel nous vivons et les lignes d'action qui en découlent. Dans le même esprit, A.N. donne des indications sur ce qui peut faciliter « **La réalisation de soi (Soi ?)**. Cet objectif se place bien sous le titre général de l'ouvrage « **Ecologie, communauté et style de vie** » et de façon plus marquée dans la partie « **communauté et style de vie** ». Ce qui nous intéresse directement. Plutôt que de paraphraser, je citerai deux énoncés :

La formulation des normes et hypothèses les plus fondamentales

Réalisation de Soi !

Plus on atteint une haute réalisation de Soi, plus l'identification avec les autres est grande et profonde.

Plus on atteint un haut niveau de réalisation de Soi, plus la possibilité d'atteindre un niveau encore supérieur dépend de la réalisation de Soi des autres.

La complète réalisation de Soi d'un individu quelconque dépend de celle des autres.

Réalisation de Soi pour tous les êtres vivants !

Les normes et hypothèses qui prennent leur source dans l'écologie

La diversité de la vie accroît les potentiels de réalisation de Soi

Diversité de la vie !

La complexité de la vie accroît les potentiels de réalisation de Soi.

Complexité !

Les ressources de vie sur la Terre sont limitées

La symbiose maximise les processus de réalisation de Soi dans des conditions de ressources limitées.

Symbiose !

Cette façon de penser, attachée au réel, n'est pas étrangère aux eutonistes.

Nature, écologie et eutonie

Nature, écologie et eutonie ont voyagé ensemble. Après ce compagnonnage, comment les trouvons- nous à leur arrivée au village- étape ?

La Nature : elle est là, présente, matérielle. Nous la connaissons depuis toujours. Elle rassemble l'a- biotique (minéral) et le biotique (plantes, animaux, le vivant en général) aux modes de fonctionnement bien différents. Encore que : à l'apparition du vivant, on est passé de l'un à l'autre. Plus tard, les squelettes des animaux marins ont donné les sédiments calcaires et, actuellement, dans nos jardins, les échanges sont permanents. Ce qui nous intéresse surtout, c'est le vivant de la croûte terrestre, de la biosphère – à laquelle nous appartenons. Encore que le contact avec le minéral.....

L'écologie : personne ne l'a rencontrée puisque, matériellement, elle n'existe pas. C'est un concept, une façon d'observer, de s'intéresser à la biosphère, d'étudier le vivant et de donner des lignes directrices pour la conservation de la vie. Elle découvre, elle décape, elle montre la nécessité de la biodiversité, elle réfléchit aux équilibres évolutifs, distingue le complexe du compliqué, sollicite potentialités et énergies. Nous sommes en pays connu.

L'eutonie, c'est l'eutonie. J'aurai de la peine à faire passer pour géniale cette affirmation péremptoire, mais je la garde, car elle pose sans équivoque la singularité et l'originalité de l'œuvre de Gerda ALEXANDER. L'Eutonie figure régulièrement (quand on veut bien lui accorder une

place) dans les « gymnastiques douces » ou les « pratiques à abord corporel », ce qui ne signifie pas grand-chose mais ratisse large. C'est à nous de veiller à ce qu'elle ne soit pas engluée, déformée, voire recyclée au gré de ces groupements, car chacun d'eux rassemble des méthodes en fonction d'une petite partie de leurs caractéristiques, souvent les plus visibles (superficielles ?). Ces classements rendent service par leur aide à la diffusion du terme « eutonie ». Faisons en sorte que les indices et les critères sur lesquels ils se fondent n'induisent pas chez nous des schémas directeurs. Nous en avons un bon exemple avec la distinction entre les méthodes dites « à abord psychologique » et celles dites « à abord corporel », qui ne sauraient rendre compte ni l'une ni l'autre de la démarche de l'eutonie, plutôt attachée à la globalité de l'individu (vision holistique, phénoménologique, dans l'esprit du « Corps » défini par J.F. Billeter).

Ne perdons pas d'énergie à discuter ces classements. Prenons-les pour ce qu'ils sont, avec leurs avantages et leurs inconvénients. Il me semble bien plus intéressant de nous situer nous-mêmes plutôt que de laisser à d'autres le soin de le faire.

[Si je reçois un message sur mon ordinateur et que je souhaite l'enregistrer, dois-je laisser la machine choisir le titre ? N'est-il pas préférable de le faire moi-même ?]

En qualifiant l'eutonie de *naturelle et écologique*, nous n'avons rien à perdre et beaucoup à gagner.

Rien à perdre

Cela n'exclut nullement les classements existants, fondés sur d'autres critères.

Toutes les études qui ont été faites de l'eutonie ou à propos de l'eutonie constituent autant d'apports qui peuvent s'intégrer sans problème dans ce que nous envisageons.

Beaucoup à gagner

Avec *nature* et *écologie*, nous entrons dans un courant puissant. Il n'est pas né d'une mode éphémère. Il deviendra de plus en plus porteur en raison du rôle qu'il sera appelé à jouer.

Nous y serons accueillis d'autant plus aisément que certains d'entre nous y baignent depuis longtemps. Par ailleurs, d'autres méthodes s'en réclament, sans que leurs arguments justificatifs pèsent davantage que les nôtres. Devrons-nous, restant sur le quai, regarder passer le train, alors que le mode de pensée écologique nous est familier. Par exemple, Gerda ALEXANDER demandait, chaque fois qu'un travail localisé avait été effectué, de laisser s'en développer les effets et de veiller à ce qu'ils participent de façon harmonieuse à l'organisation fonctionnelle de chaque individu.

Ainsi nous poursuivrons un double but : conserver ce qui est fondamental dans l'œuvre de Gerda ALEXANDER et nous situer dans un courant dynamique.

René BERTRAND

Le 6 Avril 2014

René Bertrand: e-mail: 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**