

## La philosophie aide à penser l'eutonie (2)

Il m'est presque toujours difficile de faire partager cette idée pourtant simple : l'Eutonie a une identité, une spécificité que l'on doit dégager, étudier et décrire si l'on veut être en mesure de la présenter comme singulière au milieu d'autres méthodes.

Dans la précédente publication portant le même titre, j'évoquais quelques difficultés rencontrées pour ce faire, causées en particulier par la proximité immédiate que nous avons personnellement avec elle. Des citations de quelques philosophes m'ont aidé à poser le problème.

Aujourd'hui, je vais rapprocher la démarche eutonistique de modèles philosophiques de la période socratique et post- socratique. Pourquoi focaliser plus particulièrement sur cette époque ? Encore une fois, la raison en est simple : si nous nous référons régulièrement à certains auteurs, fussent- ils fort éloignés de nous dans le temps, c'est parce que ce qu'ils ont fait, dit ou écrit touche le plus profond et le plus constant de l'être humain, qui n'a guère changé au cours des derniers millénaires, comme nous le montrent géologues, anthropologues et quelques autres corps de métier.

Je pense que l'eutonie, par d'autres moyens, nous conduit vers des démarches semblables.

D'autre part, rappelons que la plupart des écoles de philosophie du moment n'étaient pas surtout des productrices de théories et ne séparaient pas l'enseignement de la philosophie du mode de vie et de fonctionnement des individus et de la cité.

Pour ce rapprochement eutonie- philosophie, des exemples seront plus parlants :

### **Gerda ALEXANDER et SOCRATE**

Puisqu'il est incontestablement le plus ancien, parlons d'abord de SOCRATE.

C'était un robuste bonhomme. Peu sensible aux aléas climatiques, d'une endurance remarquable pendant les épisodes guerriers, picolant avec ses amis et souvent plus qu'eux, il était aussi capable de s'arrêter brusquement dans sa marche pour rester immobile, parfaitement indifférent à ce qui l'entourait. Il s'adonnait alors à une longue méditation sur un thème qui l'intéressait – on pourrait dire qui le captivait. Nous voilà bien loin de l'image (pas toujours mais souvent juste) du philosophe à l'abri dans son bureau, entre ses piles de bouquins.

Caractéristique étonnante pour un philosophe, Socrate ne nous a pas laissé d'écrits. Nous le connaissons par plusieurs de ses élèves, dont Xénophon (pour sa manière de vivre) et, bien entendu, Platon qui l'a mis en scène dans de nombreux dialogues, donnant ainsi une bonne idée de son mode d'enseignement.

Socrate avait des élèves et des disciples. Cela justifie qu'on parle d'enseignement. Rappelons cependant que ce terme recouvrait à l'époque bien autre chose que ce qu'il évoque de nos jours. De plus, Socrate fonctionnait de façon singulière, déclarant ne rien savoir , ce qui n'est pas fréquent chez un pédagogue. Le questionner était donc inutile. Lui, par contre, questionnait de façon incisive. A partir d'un thème, il amenait son interlocuteur à s'engager de plus en plus personnellement dans ses réponses. On pourrait dire presque à se questionner lui-même. Progressivement, on obtenait en quelque sorte une réflexion du questionné sur lui-même.

Chez Platon, l'emploi de ce procédé est systématique. C'est ce qu'on a appelé la **maïeutique**, autrement dit l'art d'accoucher les esprits, en les guidant vers la recherche de la vérité, une vérité que chacun est censé porter en soi.

## Et G.A. ? Et l'Eutonie ?

L'introduction du livre de G.A., nous la devons au professeur Henrotte. Il y envisage un rapprochement entre l'eutonie et la psychanalyse en créant, de façon symétrique, le qualificatif de « somatoanalyse » pour l'eutonie. Ce qui sous-entend à la fois une identité (analyse) et une différence (psy et soma).

C'est une hypothèse intéressante, amenant l'eutonie à se questionner elle-même sur ses moyens (ou sa fonction) d'initier une (somato) analyse, mais aussi sur sa capacité à considérer les effets produits et les résultats obtenus à la fois en utilisant les modèles de la psychanalyse mais aussi en les examinant d'autres façons convenant aussi bien et peut-être mieux à son originalité propre.

Est-ce que, dans cette perspective, un autre modèle, celui de l'interrogation socratique (platonicienne) pourrait nous servir ?

Prenons une situation que nous connaissons bien : l'inventaire.

Soit conduit seul pour sa valeur propre, soit faisant partie d'un processus aux aspects multiples, *l'inventaire* est une figure bien connue dans « l'enseignement » de l'eutonie. Un schéma abstrait et minimaliste résumerait ainsi la situation : des personnes sont allongées sur le sol, l'animateur nomme des parties du corps. En poussant jusqu'à la caricature vient l'expression humoristique d'un ami eutoniste : « *Quand on ne sait pas quoi faire, on fait un inventaire* ».

Partons de ce « degré zéro » des objectifs poursuivis et des processus déclenchés par l'inventaire pour avancer, guidés par le modèle du questionnement socratique.

Auparavant, considérons les modèles déjà évoqués :

**La psychanalyse** : elle pourrait, de ce point de vue, être considérée comme *questionnement zéro* en regard d'une question définie comme un énoncé se terminant par un point d'interrogation, émis par quelqu'un qui s'enquiert, cherche à se renseigner.

Elle pourrait aussi bien devenir la plus vaste interrogation possible puisqu'un individu se trouve seul avec une personne qui ne lui demande rien, à laquelle il peut tout dire – ou ne rien dire. A ce questionnement muet, le corps, immobile, même s'il n'est pas indifférent, ne saurait produire une expressivité visible et interprétable. Reste la parole, pas seulement par sa signification littérale, mais aussi par sa hauteur, sa tonalité, ses hésitations, ses redites, etc. Elle prête à interprétation avec les habitudes et les incertitudes que cela comporte. D'une façon ou d'une autre, analyste et analysant se trouvent interrogés.

**La philosophie antique** questionne d'autre façon. Si Socrate procède méthodiquement par questions successives, ce n'est pas le cas de tous les courants philosophiques qui se sont côtoyés ou succédé entre (environ) le V<sup>e</sup> siècle av. J.C. jusqu'au III<sup>e</sup> siècle de notre ère (approximativement), les centres importants passant d'Athènes à Rome, avec des ramifications dans tout le monde méditerranéen. N'oublions pas que les écoles philosophiques du moment réunissaient aussi des mathématiciens, des physiciens, des astronomes, des musiciens, etc. dont les travaux n'étaient pas séparés comme aujourd'hui. Elles s'occupaient aussi largement du mode de vie des citoyens. A tel point que Platon pensait que les philosophes étaient les plus capables de diriger la cité.

Aristote, plus modeste ou nuancé en la matière, n'en disait pas moins que la philosophie devait prendre une place importante dans la préparation aux fonctions publiques. A l'extrême, les cyniques ne produisaient pas de théorie, leur mode de vie se confondant avec leur doctrine.

L'eutonie : Revenons à l'inventaire. Des élèves sont allongés sur le sol, dans une situation d'isolement relatif. L'animateur prononce le nom d'une partie du corps, plus ou moins étendue, superficielle ou profonde. L'objectif est de faire en sorte que chacun des participants dirige son attention sur cette région et soit disponible pour recevoir les informations qui en proviennent. En quelque sorte, chacun porte une attention interrogative sur la partie du corps nommée. Des sous-enseignes peuvent apporter des précisions supplémentaires quant à la façon d'appréhender la région désignée (par exemple de la partie proximale à la partie distale ou

vice- versa).

Admettons, pour simplifier le récit, que nous sommes en présence d'un groupe d'élèves, avec un professeur qui connaît le groupe. Le professeur donne une consigne d'ordre topologique indiquant sur quelle partie du corps il souhaite que l'attention se porte. Il appréciera également la durée nécessaire pour que sa demande soit exploitée.

Nous avons ainsi une indication sans interrogation dont nous pouvons apprécier la singularité en la rapprochant de la situation proposée par le psychanalyste et aux questions posées par Socrate, avec leur gros point d'interrogation Je ne dirai pas que, dans ces deux dernières, le corps est absent, mais il n'est pas nommé. Ce corps paraissait même gênant (dans un premier temps) pour Socrate qui, dit- on, commençait à enseigner ses nouveaux élèves en étant déparé d'eux par un rideau. Les idées passaient, bien séparées d'une éventuelle expressivité corporelle. Notons au passage l'analogie avec la position réciproque analyste- analysé.

Pendant une séquence **inventaire** de la pratique eutonistique, le corps, dans son aspect le plus incarné, ne se contente plus d'une présence furtive et non désirée. Il est bien là, objet d'une attention particulière. Il n'a pas à s'excuser d'être présent, on le lui a demandé. L'attention de chaque élève se porte sur une partie de sa surface ou de son volume. Mais tous ont un passé, des habitudes, un référentiel corporel particulier, qui vont pour une part déterminer, orienter les formes d'attention.

L'idéal serait qu'à cet instant chacun puisse dire comme Socrate : « Je ne sais rien ». Ce serait entrer dans un état de disponibilité capable d'accueillir toutes les informations qui lui arrivent sans idée préconçue, en toute équanimité. Or ce qui lui arrive est en bonne partie inusité, surtout au début, mais aussi par la suite, avec des variations souvent étonnantes. Avec cette forme originale d'attention- questionnement, des données sont recueillies. Certaines proviennent de la captation de sensations (dans le sens d'alerte d'une terminaison nerveuse sensible) qui habituellement n'aboutissent pas à une perception intelligible par la conscience claire, car exploitées à d'autres niveaux. D'autres rendent compte de phénomènes divers qui se produisent dans les tissus par suite de cette intrusion inhabituelle de l'attention.

La disponibilité est aussi nécessaire au meneur de jeu. Il a une compétence, mais il n'est pas dans la situation de « Moi je sais et je transmets ce que je sais à celui qui, à son tour saura, etc. ». Nous ne sommes pas dans une transmission de savoir, mais dans la mise en jeu de formes d'attention particulières. Dans *l'inventaire*, le meneur de jeu fournit un cadre topologique sollicitant un ajustement d'attention. Habituellement, c'est notre corps qui provoque notre attention par du plaisir, de la douleur ou quelque chose d'inusité. C'est ce qui arrive quand nous nous engageons dans une situation où les automatismes ne suffisent pas. Par exemple, quand je vais chercher des légumes au jardin, je ne pense pas d'ordinaire à ce que font mes pieds, mais s'il y a du verglas ou un obstacle d'autre nature, mon attention est sollicitée. Inutile de développer davantage.

Lorsque PLATON met en scène SOCRATE, celui- ci interroge. Il va obtenir de son interlocuteur un discours porteur d'idées. Même s'il est difficile d'admettre que les attitudes corporelles puissent être ignorées, dans cette situation elles seraient plutôt jugées inopportunes. D'autre part, le contenu des réponses reste secondaire par rapport au but plus général de formation des élèves.

Si SOCRATE prétend que les gens étant venus chercher et ayant suivi cette forme (originale) d'enseignement sont davantage capables de diriger la cité, c'est bien parce que sa *maïeutique* ne consiste pas seulement en une série d'exercices ayant une fin en eux- mêmes mais une éducation plus générale devenant pour qui l'a bien assimilée une manière d'être et un outil ouvrant en particulier une aptitude aux fonctions politiques de premier plan.

Avec l'inventaire, Gerda ALEXANDER met ses élèves en situation de questionner leur corps par

une interrogation muette, orientant leur attention vers une région plus ou moins délimitée du corps, sans mentionner de tâche définie. Ce qui suppose un état de disponibilité inhabituel. J'y reviendrai.

René BERTRAND

(A suivre)

---

**René Bertrand**

e-mail: [rene.bertrand-vieilley@wanadoo.fr](mailto:rene.bertrand-vieilley@wanadoo.fr)

**Notifications d'usage :**

- 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