

### La philosophie aide à penser l'eutonie (3)

#### Remarques préliminaires utiles pour comprendre dans quel esprit j'écris ce qui suit :

Deux expressions revenaient régulièrement chez Gerda ALEXANDER : *ça se fait* et *neutral* (neutre). Au début, je n'en saisissais pas bien la portée, les considérant comme des chevilles langagières plutôt que comme porteuses de sens. Mon univers mental était plutôt conditionné par faire, maîtriser, en bref avoir une action directe sur les choses ... et montrer que j'étais là. Scrongneugneu ! Il a fallu du temps pour que je mesure (que j'éprouve) la portée de ces notions et que je comprenne progressivement qu'elles contribuaient largement à l'identité de l'eutonie et à l'originalité de sa démarche.

Voici comment je les interprète depuis pas mal de temps. Cette interprétation, je ne la pose pas comme unique et universelle, mais en tant qu'élément important dans ma *lecture* de l'eutonie et en rapport constant avec cette sorte d'imprégnation qui colore beaucoup de mes actions sans, évidemment, que j'en aie toujours conscience.

**Ça se fait** : « Comment ? Moi, pédagogue, thérapeute, eutoniste de première classe, etc., qu'est-ce que je vais faire ? Car me voilà dépossédé, puisque *ça se fait*. » S'il vous venait semblable pensée, dites-vous qu'elle est ordinaire chez l'humain et envisageable de bien des façons. Par exemple :

Les études qui visent à donner des éléments de compréhension pour ce qui détermine nos actions sont légion. Elles sont loin d'avoir épuisé le sujet. Devant cette impossibilité de tout connaître (et diriger), des auteurs ont postulé un « centre organisateur ». Pour faire simple, disons qu'il n'existe pas sous une forme localisée et circonscrite comme un foie ou un cerveau, mais qu'il correspond *grosso modo* à cette faculté qu'a notre corps de s'adapter et réagir à de multiples situations sans ou avant que nous ayons la possibilité ou l'opportunité d'intervenir volontairement. Cette organisation spontanée ne saurait s'exercer librement si des tensions, des mécanismes parasites, des interventions conscientes inappropriées viennent troubler son fonctionnement.

Une des capacités de l'eutonie, c'est de contribuer à la liberté d'exercice de ce « centre organisateur ».

C'est dans ce même ordre d'idées que se situe l'objectif si souvent exprimé par G.A. : « **avoir un corps en ordre** »

1

Quand un sprinter se place pour le départ, son corps se met en ordre. prépare en fonction des sollicitations prévues pour l'action qui va suivre.

Cette *mise en ordre*, même si elle présente un caractère singulier du fait des exigences particulières de la spécialité ne saurait, pour un individu, se moduler en fonction des circonstances sans le développement d'une aptitude plus générale. Une souple présentation et conduite de la démarche eutonistique rendra plus libre et opérationnel ce *centre organisateur*.

G.A. cherchait à justifier ce qu'elle proposait, ce qui est souvent le cas pour les novateurs. Il leur est utile pour cela de tenir compte de ce qui est dans l'air du temps de l'époque, modulé en fonction de leurs interlocuteurs. C'est en s'appuyant sur ce qui est connu et reconnu qu'ils rendront leurs propositions compréhensibles et crédibles.

G.A. cherchait donc à justifier sa démarche. Rien de tel pour cela qu'une caution « scientifique ». Or, à l'époque, les études sur le tonus étaient florissantes (le terme eutonie

n'est pas venu par hasard). Ainsi l'univers était peuplé d'une myriade de chats en train de se mettre dans l'état tonique nécessaire pour bondir sur des souris. Outre la dératisation massive qui ne manquerait pas d'en résulter, ces études sur le tonus et les déterminants de ses variations nous intéressaient et nous trouvions des rapports avec ce que nous étions en train de vivre.

Les chercheurs, dans leurs communications, circonscrivaient comme il convient leur champ d'expérimentation, indiquaient leurs protocoles et les limites de leurs résultats. Mais, transportés et formatés par les médias, mis en avant comme justificateurs de l'action de l'eutonie, ces résultats sont devenus, pour certains, d'une importance telle qu'ils ne parlaient plus de « **l'état** » d'un individu, mais de son « **état tonique** » comme si la répartition du tonus dans un corps recouvrait ou résumait entièrement « l'état » de cet individu à un certain moment. Or, si *l'état tonique* constitue un aspect important de *l'état* d'une personne, il ne saurait être qu'un aspect parmi d'autres.

A cet égard, la notion de **prémouvement**, familière dans le domaine de la danse, me paraît plus intéressante pour notre réflexion, car englobant à la fois l'état tonique et d'autres phénomènes concomitants avec lui ou bien qui sont à l'origine de ses variations et de ses adaptations, comme l'intention, le projet, les habitudes.... Ce sont tous les aspects et les capacités d'un individu qui s'ordonnent et « *se mettent en ordre* », congruents avec l'être ou préparant le faire.

Pour notre sportif, la répartition du tonus selon les différentes parties de son corps et le rôle qu'elles auront chacune à jouer au moment du départ s'effectue spontanément si sa préparation a été bien conduite. Nous aurons des degrés d'intensité et des répartitions bien différentes chez l'acteur qui va entrer en scène en interprétant un rôle de mendiant. Mais ni l'un ni l'autre ne pensent à faire monter volontairement leur tonus : « ça se fait ». Le rôle de l'eutonie, c'est essentiellement que « ça puisse se faire »

Dans cet esprit, que signifie « **avoir un corps en ordre** » ? En certaines occurrences, *l'ordre* constitue un modèle et une norme auxquels chacun doit se référer et se conformer (l'ordre public). Ce sont des règles et des limites, plus ou moins strictes. On peut même concevoir qu'il existe un ordre unique, devenant ainsi l'Ordre défini, descriptible, nécessaire et obligatoire pour tous. Rigidité et uniformité difficilement compatibles avec l'esprit et la pratique de l'eutonie.

Dans le contexte eutonistique, je ne saurais donner une définition trop précise de ce « **corps en ordre** », sous peine de scléroser une notion nécessairement souple. Pour me faire mieux comprendre, je prendrai un exemple apparemment décalé, puisque militaire. Pour cela, je me reporterai à l'époque étudiée par les médiévistes (vous pouvez vous délecter du récit de Bouvines (1214) par Georges DUBY). Schématiquement, pour les grandes batailles de l'époque, deux armées se font face. Elles sont *en ordre de bataille*. Vu de l'extérieur, ce sont des guerriers bien rangés, la cavalerie dans son secteur, les archers à leur place, etc. Immobiles. L'ordre – un ordre – régit. Mais chaque unité, chacun de ceux qui la composent font partie d'un organisme préparé -mis en état – pour attaquer, défendre et, si possible, passer sans se désunir de l'un à l'autre. Par la suite, les ordres donnés provoqueront ou soutiendront les adaptations aux nouvelles configurations. Ainsi, au cours de la bataille, nous passons de l'ordre géométrique et immobile des corps alignés à celui propre à chaque corps individuel, capable d'évoluer à partir d'un fond de caractéristiques singulières pour se réorganiser rapidement en fonction des fluctuations conjoncturelles.

De cet exemple militaire, nous pouvons tirer un modèle valable en beaucoup d'autres situations. Ainsi, quand les équipes nationales d'un sport collectif sont alignées au moment des hymnes, elles sont en ordre, dans une formation déterminée par un protocole [le résultat observable serait le même si on remplaçait les joueurs par des figurants]. Lorsque le coup d'envoi est donné, un autre ordre, nécessairement, s'installe. Chacun doit agir, réagir,

s'adapter. Interviennent alors la lecture de la situation instantanée en champ large et à proximité immédiate, la relation avec les partenaires, l'aisance de sa propre gestuelle et tout ce qui fera que son corps disponible sera capable d'intervenir à bon escient et efficacement.

Je crois que pour comprendre, en eutonie, cette notion de « corps en ordre », nous devons chercher ce qu'elle recouvre en examinant plusieurs acceptions :

**Le corps en ordre pour faire** : l'ordre de bataille (précédant la bataille), l'ordre dans son corps pour le lanceur entrant dans le cercle (prémouvement), l'ordre- disponibilité dans les sports collectifs ou les sports de combat, etc.

Les différents acteurs ont en commun d'avoir été *préparés pour* ... Cette mise en *ordre* se traduit alors par *être prêt à* ... Organisation et énergie se répartissent de façon optimale en vue de la tâche à accomplir. Cette configuration instantanée n'a rien de rigide ni de stable. Elle est faite pour préparer les actions qui vont suivre. Ordre des rangées de soldats de plomb. Disponibilité des corps, chacun en son ordre, s'adaptant aux variations de la situation.

**L'ordre perturbé** : le jour J, le corps d'un individu est dans un certain état, dans un certain ordre, avec sa configuration et ses capacités. A J+1, un incident ou un accident vient modifier cet ordre. A J+2, déploration, aspiration à un retour à la normale, l'image de cette normale étant le plus proche possible de celle considérée comme telle avant l'accident. Après un bilan, les dommages sont jugés passagers ou irréversibles (je schématise). Passagers : suivre et aider la nature. Irréversibles : aide pour trouver et accepter un nouvel ordre, un nouvel équilibre, un nouveau mode de fonctionnement.

**Ordre incertain** : dans ces deux premiers cas, l'eutonophore se trouve en présence d'un cadre et d'un objectif. A lui de s'adapter et de trouver dans sa boîte à outils ce qu'il faut pour répondre à la question posée en sachant que cette question va probablement évoluer au fur et à mesure de ses interventions. Mais nous ne sommes pas toujours dans ces cas de figure. Jusqu'ici, la clientèle majoritaire des professeurs d'eutonie, ce sont des personnes venant à des séances hebdomadaires, à des W.E., parfois à des stages. Les raisons pour lesquelles elles viennent sont aussi nombreuses que celles pour lesquelles elles restent ou repartent.

A suivre

René

12 09 2015

N.B. Pour faire simple, considérons trois modalités : la pratique de l'eutonie, la justification de l'eutonie, l'étude de l'eutonie. Gerda ALEXANDER créait et développait l'eutonie. Elle cherchait à la justifier (j'en ai parlé précédemment) auprès des milieux dans lesquels elle pensait avoir vocation pour intervenir (particulièrement le secteur médical). Pour nous, ses successeurs, le problème ne se pose pas dans les mêmes termes. Nous avons à conserver la partie spécifique, vivante et dynamique de l'eutonie, à développer ce que nous a légué G.A. et à élargir le champ des applications.

Dans cette perspective, l'étude de l'eutonie est utile et nécessaire. Elle a plusieurs vertus . La première et la plus importante, c'est de nous obliger à une naïveté excluant le « Moi je sais ce que c'est que l'eutonie, car je suis le continuateur de G.A. » pour redevenir un continuateur de G.A. se demandant ce qu'il a fait de l'eutonie avec son tempérament et les milieux dans lesquels il a oeuvré. Pour cela, il faut retourner à la source (à la souche, dit Marie- Claire) puis faire connaître les résultats de sa quête et de sa réflexion. Si d'autres font de même et que les productions sont identiques, c'est que la direction indiquée par G.A. n'est pas trop infléchie. Si ce n'est pas le cas, il est nécessaire d'en chercher la cause. Par exemple se demander si, parfois, l'accessoire n'a pas supplanté le fondamental.

Le « Groupe de Villedieu a été lancé pour que ces études soient libres et indépendantes. Il a fonctionné cahin- caha. A vous de l'alimenter par vos contributions. D'un point de vue pratique, il est facile de puiser dans ce réservoir des éléments nécessaires pour présenter et justifier l'eutonie.


---

**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