

C'est comme... Eutonie et autres méthodes

A Villedieu, j'avais affirmé : « A est A », exprimant ainsi que le réel n'a pas de double, n'a pas de « **comme** »

Je ne fus point contredit, mais des sourires – discrets – ont exprimé une certaine commisération à l'égard du René qui, apparemment, venait encore de perdre une sacrée palanquée de neurones.....

Je crains que ce qui suit ne fasse que confirmer cette impression.....

Je voudrais revenir sur la notion de *réel*, contribuer à faire *réaliser* le *réel*...

Ce réel si difficile à atteindre sous sa gangue de représentations diverses et d'interprétations sociales, parsemées de pièges langagiers. Ainsi le « *réel* » de G.A. risquerait de demeurer mythique et insaisissable si elle ne nous avait montré comment aller vers lui – mais probablement pas jusqu'à lui – par le chemin du **sensible**.

J'en envisagerai aujourd'hui un tout petit aspect.

Imaginons une méthode classée dans la catégorie « à abord corporel ». Son – génial – inventeur l'a nommée **Hyper...quelque chose**.

Elle existe, elle est caractérisée ... puisqu'elle porte un nom et entre dans un classement. Elle peut présenter ses papiers d'identité.

Elle est elle- même. Dans le même temps, elle est « comme » d'autres.

Identité- singularité ; identité- mêmeté.

Supposons qu'elle soit composée d'éléments identifiables et descriptibles que nous appellerons 1, 2, 3, 4, 5, 6.

Ils sont nécessairement liés et interactifs, sans quoi leur ensemble constituerait une liste et non une méthode. Chacun d'eux, s'il était indépendant, serait par définition séparable, utilisable seul dans d'autres contextes ou entrerait comme prestataire de services occasionnel dans diverses configurations. A moins que l'on trouve, dans un autre ensemble, un élément qui lui ressemble à tel point que l'on pourrait dire : « Il est comme..... ». Cela en fonction de notre propre sensibilité et de nos moyens d'analyse.

Imaginons une autre méthode que son – génial – inventeur a nommée **Super...quelque chose** et qui soit également classée dans le casier « à abord corporel »

Ses éléments identifiables sont A, B, 3, 4, E, 6.

Puisqu'elle est classée dans la même catégorie, on peut en déduire qu'elle est « comme » la première. C'est d'ailleurs ce qui se dit couramment de cette méthode en la situant sous une étiquette commune ou bien en la rapprochant d'une autre assez diffusée pour que votre interlocuteur se trouve – au moins le croit- il – dans un paysage connu et rassurant..

Mais si on examine d'un peu près les critères de cette réunion sous le même label commun « à *abord corporel* », on se retrouve dans un des amalgames les plus flous, fluctuants et discutables que je connaisse.

Ainsi, pris « au pied de la lettre », tout ce qui s'adresse au corps, tout ce qui passe par le corps, tous les objectifs d'une action corporelle, etc... en ferait partie. Il y aurait, entre autres, des pans entiers de la médecine, de l'entraînement sportif.....

Si vous pouvez disposer d'un cahier neuf, commencez une liste de tout ce qui peut être fait avec le corps, pour le corps, par le corps, etc. Prenez un gros cahier

Jusque là, rien de bien grave. Les raisons et les limites de cette classification sont si vagues qu'elles ne sauraient ni apporter un renseignement sérieux sur une des méthodes qu'elle réunit, ni attenter de façon importante à la spécificité de l'une d'elles.

Sauf à donner davantage d'importance à de vagues ressemblances, pour nous conduire vers des pistes sans issue où le clinquant du discours cache la stérilité fonctionnelle.

Je ne résiste pas à la tentation de vous conter – à nouveau pour certains d'entre vous – un exemple de ce processus.

Voilà quelques années, une enseignante commit un article dans une revue à large diffusion : c'était une « synthèse » de l'Eutonie, du training autogène de Schultz et du Yoga. Excusez du peu et reprenez votre souffle.....

Le fait que cette dame mentionne son titre d'agrégée ne pouvait – à mes yeux – qu'empirer la situation...

Remarquez que ces trois méthodes peuvent être rangées sous l'étiquette « à abord corporel ». Bien que, pour « Le Schultz », il ait sans doute fallu pousser assez fort pour qu'il entre dans le casier.

Si vous trouvez le mode d'emploi de cette curieuse et complexe hybridation, faites- le moi savoir....

Je termine cette digression en suggérant aussi un examen « à distance » des notions de *psychoanalyse* et de *somatoanalyse* qui battent le pavé dans le même quartier.

Peut- être qu'à l'occasion de cette mise en examen pourrait être envisagée à nouveaux frais la légitimité de ce groupement sous les titres « **à abord corporel** », « **somato.....** » de méthodes actuellement proliférantes. On pourrait même avancer l'hypothèse que ce classement aurait aussi, parmi ses objectifs, celui de les exclure du cercle fermé de celles qu'on pourrait appeler « **à abord psychique** », avec tout le cortège correspondant, conceptuel..... et corporatif..

Alors que court toujours sur son erre la fameuse « unité psychosomatique » si ardemment proclamée et pour le soutien de laquelle, il n'y a guère, on serait presque descendu dans la rue....

Si quelqu'un (une) prenait ce questionnement pour thème de mémoire, ce serait une bonne contribution à notre hygiène mentale. Cela lui vaudrait bien des désagréments, mais je le (la) lirais volontiers.

Reprenons nos deux méthodes **Hyper** et **Super**, dont nous avons repéré les éléments identifiables et descriptibles.

Pour H, nous avons : 1, 2, 3, 4, 5, 6

Pour S, : A, B, 3, 4, E, 6

3, 4, 6 sont communs. Peut- on dire, pour cela, que H est *comme* S ?

La police scientifique nous apprend que, pour que deux empreintes digitales soient reconnues comme « les mêmes », il faut et il suffit qu'elles aient N. points communs. Alors on peut dire que A est A. Sinon, un *comme* plus ou moins affirmatif ou dubitatif est de rigueur. Que peut- on dire de H. et S. ?

Si nous ajoutons le rôle des liaisons et des interactions entre les éléments de chacune des méthodes, l'analogie des 3, 4, 6 devient chancelante.

Si nous ajoutons.....etc.

Incertitudes. Que faire ? Où trouver un terrain solide ?

Le « **c'est comme** » a son utilité et ses limites. Les comparaisons, peu sûres ou pertinentes sont souvent indispensables, au moins au départ, pour faire que l'interlocuteur – qui souvent les propose – ait un sentiment minimal de cohérence et de sécurité, désirant caser – tant bien que mal – l'information nouvelle dans son univers mental habituel. Même si elle risque de s'y dissoudre.....

Pour l'Eutonie, j'essaie de rester le plus près possible de ses principes et de ses fondamentaux. Des comparaisons avec d'autres méthodes m'ont aidé à en révéler des aspects singuliers.

Je me suis aperçu – au moins je le crois – que, lorsque je trouvais une analogie avec d'autres méthodes, ce n'était pas en raison de leur construction ni de la forme des exercices proposés, mais de leur capacité à toucher quelque chose de fondamental dans l'être humain, quelque chose de proche des circuits innés que chacun mûrit au cours de sa croissance. Je crois que c'est à cet endroit où la « souche » de l'eutonie approche le plus l'origine profonde des capacités de l'individu que nous trouvons les critères les plus sûrs de nos rapprochements, permettant de dire, sans être trop aventureux, que A et B, sans se confondre, possèdent assez de points communs pour, au moins à certains égards, justifier l'expression : **A est comme B**.

Si on s'adresse à un public non averti, il est souvent nécessaire, quand la mise en situation sensible n'est pas possible, de recourir à des expressions simples, se référant plus ou moins à ce qui flotte dans l'air du temps.

Les formules simplifiées et les comparaisons superficielles alors employées comportent évidemment beaucoup d'approximations. Non définitives, elles ne doivent pas fermer le champ à de futurs développements. Variables et évolutives, on pourrait les dire « **à usage externe** »

L'étude de l'eutonie ainsi que son développement procèdent d'une démarche différente : des notions peu homogènes comme l'ouverture, la rigueur, l'incertitude font toutes partie, dans une cohabitation délicate, des nécessités du genre. Enoncer des hypothèses, accepter la discussion et la critique, c'est indispensable.

Mais revenons à la *comparaison*, au *c'est comme* par une anecdote.

Un skieur et une skieuse de l'Equipe de France, au palmarès déjà fourni, sont venus suivre un stage d'eutonie à Talloires. Pourquoi ? Ils étaient là, je n'en sais pas plus.

A quelque temps de là, quelqu'un présenta à G.A. une vidéo de la skieuse (A.F.) gagnant un slalom. G.A. nous en parla longuement, soulignant combien son enchaînement de mouvements, sa gestuelle étaient « eutoniques ».

Quelques-uns d'entre nous ont fait semblant de croire que G.A. attribuait la qualité de cette prestation au passage d'A.F. à Talloires. C'était plaisanterie. Certes, G.A. avait quelques travers, mais elle n'était pas idiote.....

Pour A.F., sa façon de suivre le tracé du slalom pouvait être, à juste titre, qualifiée d'eutonique, dans le sens d'économique, d'harmonieuse – les deux étant liés -, d'adéquate à chaque variation d'itinéraire.

Cela nous conduit à une idée si simple que nous risquons parfois de la perdre de vue : être eutonique est un **état** couramment décrit comme objectif de l'Eutonie. L'Eutonie est une méthode dont la **démarche** vise à aider un individu à atteindre cet état. Cet état n'est pas acquis et statique. Deux termes pourraient en faciliter l'approche, disposition et disponibilité.

Vaste champ d'étude.....

Nous rejoignons aussi les chemins de la comparaison avec d'autres méthodes : le **c'est comme** va-t-il s'appliquer à l'objectif, à la démarche ou à quelque analogie superficielle ?

René Bertrand

Octobre 2008

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**