

Entretien avec Benoît ISTACE et Christianne ISTACE- MELOT

René BERTRAND : *Cette aventure professionnelle, vous l'avez conduite ensemble. C'est pourquoi il m'a paru intéressant de vous rencontrer tous les deux.
Benoît, qu'as-tu fait, qui étais-tu avant de rencontrer l'eutonie ?*

Benoît : J'étais éducateur et j'ai fait de la psycho-motricité. C'est dans le cadre de la psycho-motricité que j'ai appris que Gerda ALEXANDER existait. J'ai fait un stage à Louvain, la première fois qu'elle est venue en Belgique.

René : *Et toi, Christianne ?*

Christianne : J'avais terminé mes études d'Education Physique et comme je connaissais Benoît, il m'a parlé d'eutonie et un jour que G.A. venait à Louvain, il m'a proposé de faire un stage. Benoît avait déjà depuis des années fait connaissance avec l'eutonie et il était emballé. J'ai fait le stage et j'ai été conquise. C'était très différent de l'Education Physique.

René : *Benoît, quelles ont été tes réactions au début, quand tu as rencontré l'eutonie ?*

Benoît : J'étais enthousiaste. J'ai trouvé une méthode qui avait une pédagogie différente de celles que j'avais connues avant. Nous étions dans l'écoute, la réflexion. L'écoute du corps était tout-à-fait différente. Auparavant, c'était plutôt l'écoute du corps en activité. On était plus dans l'exploration, dans les choix, sans partir de modèles, donc on avait effectivement plus de liberté.

René : *Et toi, Christianne, qu'est-il arrivé ?*

Christianne : Venant de l'Education Physique pure et dure (j'étais étudiante sortante), j'ai d'abord été complètement désarçonnée. La méthode n'était pas faite pour la compétition. On était davantage sur une approche consciente du corps, du mouvement. Il ne s'agissait plus seulement de faire comme disait le professeur.

René : *Benoît, quelle a été ta formation en eutonie ?*

Benoît : J'ai fait les stages du Groupe International pendant deux ans. Après, j'ai pensé qu'il me restait beaucoup de travail à faire. Pour aller maintenant au fond du travail, j'ai décidé d'aller à Copenhague. Je suis parti avec plusieurs autres pour un an. Quand on a fait un mois, on a compris qu'il y en avait au moins pour deux ans. Je suis arrivé à Copenhague en 1973.

René : *Et toi, Christianne ?*

Christianne : Benoît était parti à Copenhague depuis un an. Après, on a envisagé le mariage et je suis allée faire ma première année à Copenhague. A la fin de l'année, Benoît rentrait en Belgique. Gerda m'a dit : « Puisque vous ne pouvez pas rester à Copenhague quand Benoît rentre en Belgique, vous pouvez rejoindre le Groupe International. Vous avez le bagage pour. J'ai donc rejoint le G.I. et j'ai terminé la « pédagogie de l'eutonie » en 1977.

René : *Comment êtes-vous devenus professionnels ? J'entends par professionnel quelqu'un qui tire l'essentiel de son revenu d'une activité définie.*

Benoît : En rentrant, j'ai continué à travailler en psycho-motricité à mi-temps. Ce qui m'a permis d'avoir un revenu fixe et de travailler aussi en eutonie. J'ai commencé à donner des cours à Liège et à Bruxelles assez rapidement et ça a été un succès assez foudroyant. Tout de suite, des gens sont venus. A Bruxelles, j'avais une centaine de personnes. A Liège, j'en avais un peu moins. Ça m'a permis de vivre de l'eutonie très

rapidement. Après 2 ou 3 ans de ce statut, dans l'Institut de psychomotricité où je travaillais, on m'a demandé de faire de l'eutonnie et des traitements.

Je donnais à peu près 20 heures de cours d'eutonnie par semaine plus une vingtaine d'heures de traitement en eutonnie. C'était quand même assez conséquent. Et cela pendant toute ma vie. J'ai travaillé aussi à Verbier, Liège, J'ai même donné des cours à Lille. Donc je voyageais dans toute la Belgique. Pendant 30 ans. J'ai donné aussi des cours au Parnasse (école d'Education Physique) à Bruxelles, aux écoles de psychomotricité à Liège, d'hygiène mentale à Bruxelles. Je complétais des formations en psychomotricité à Bruxelles, à Liège.

René : *Et toi, Christianne ?*

Christianne : Moi, en fait, j'ai terminé ma formation. J'avais un diplôme d'enseignante en Education Physique mais je ne voulais pas utiliser l'E.P. telle que je l'avais apprise et j'introduisais des principes d'eutonnie. J'ai travaillé avec des jeunes enfants et aussi avec des « gymnastiques douces » pour la commune. Avec des personnes du 3^e âge, je travaillais sur des chaises et puis j'ai eu l'occasion de travailler dans l'eau pour aider des enfants à entrer dans ce milieu. C'est en 1990 que Benoît et moi avons décidé de faire notre propre infrastructure et alors j'ai développé l'approche de l'eutonnie dans l'eau. J'estimais que la façon de donner des cours de natation – qui existe encore aujourd'hui – est fondée sur des exercices mécaniques. On apprend aux gens à faire des choses dans l'eau et non à être dans l'eau. L'eutonnie est un moyen qui permet d'aborder, de découvrir le milieu, de découvrir soi. J'ai développé cela. Il m'est arrivé aussi de donner cours dans des écoles et également avec des groupes en stage avec Benoît. Egalement avec des groupes de débutants.

René : *Comment vous êtes- vous fait connaître ?*

Benoît : C'est indispensable de se faire connaître. Le « bouche à oreille » est le premier élément important et effectivement le plus efficace. Cela veut dire qu'il faut être son propre media au départ. J'ai eu le C.E.M.E.A. (Centre d'entraînement aux méthodes d'éducation active) en Belgique qui m'a lancé. On m'a proposé de donner des cours à différents moments au cours de stages, ce qui m'a fait connaître en Belgique. Autre chose, c'est que Gerda est venue faire des conférences en Belgique. A Liège, à Bruxelles, ce qui nous a aussi permis d'être connus. Dans certaines revues aussi, « Bio- info » par exemple. Ce sont effectivement des revues qui sont à la recherche de sujets, à tous les niveaux. Il y a beaucoup de disciplines qui sortent. Il y a à boire et à manger. Il y a des choses qui sont incohérentes, par exemple dans le secteur du « bien- être ». C'est à nous de montrer la valeur de ce qu'on a, de ce qu'on est. Se faire mieux connaître, parce que les gens ne connaissent pas bien l'eutonnie. Parce qu'en Belgique l'eutonnie est surtout connue par moi qui ai énormément travaillé, qui ai contacté beaucoup de gens. Les eutonnistes qui sont en Belgique ont eu peu d'impact au niveau de l'eutonnie. Moi j'avais 200 élèves. Mes collègues en eutonnie arrivaient à 20 ou 30. Ce qui est tout de même fort différent. Si on veut vivre de l'eutonnie, il faut avoir un certain nombre d'élèves qui permettent, avec la rentrée financière que cela représente, de payer les frais, de payer les locations, etc. Donc il faut se faire connaître. C'est pas toujours évident d'être eutoniste professionnel et d'en vivre.

René : *Et toi, Christianne, est- ce que tu as eu un parcours semblable ?*

Christianne : En fait, moi, j'ai profité de la notoriété de Benoît. Ce qu'on a oublié de te dire, c'est qu'on avait aussi un petit bulletin, que je rédigeais et qu'on envoyait à tous nos clients. Parfois on prenait un thème. J'expliquais, je rédigeais quelque chose sur l'eutonnie. Il y avait aussi les stages, les horaires... On l'a fait pendant plusieurs années et ce petit bulletin, il s'est multiplié. Au début, je le faisais à la main et petit à petit on a quand même tiré à 5.000 exemplaires.

Quand on relance en début d'année scolaire, on tire à 3.000. Quand on a démarré, j'ai vu la presse écrite pour nous faire connaître. C'était très frappant d'entendre des gens

parler d'eutonnie dans l'eau. En sachant aussi qu'il y avait aussi des gens qui se demandaient aussi ce que c'était que cette histoire- là, cette méthode et notamment ce que je faisais. Il faut savoir aussi qu'à cette époque- là, on ne savait guère ce que c'était que l'eutonnie. C'était très nouveau. Le Yoga avait le vent en poupe et donc là, on s'est fait connaître et les gens se sont rendu compte qu'on n'avait rien derrière relevant de la secte ou de choses semblables (Il y avait des interrogations à ce niveau- là)

René : *L'exercice de l'eutonnie peut-elle procurer un revenu décent ?*

Benoît : Je crois que j'ai un revenu décent. Le tout, c'est de montrer sa capacité et d'obtenir des résultats. Si on n'a pas de résultats, les gens ne viennent plus et le bouche à oreille ne fonctionne plus. Donc si on vient en eutonnie et qu'on a des résultats, on est reconnu.

Si quelqu'un vient avec une sciatique et que, au bout de 3 -4 séances, il n'a plus la sciatique, il constate un rendement plus rapide que la kiné classique et, effectivement, à ce moment- là, on a de l'audience en fonction des résultats. J'ai aussi fait d'autres formations, pour aller plus loin que l'eutonnie en elle- même. L'eutonnie, au départ, m'a permis de libérer une sciatique comme G.A. le proposait. Disons qu'il fallait beaucoup de temps, un travail systématique. On peut aller plus loin par rapport à la personne en libérant les tensions et la mobilité dans le jeu articulaire et musculaire perturbés.

René : *Et toi, Christianne, si je te pose la même question ?*

Christianne : La différence, c'est que je dois travailler dans une piscine chauffée à 32°. Les rentrées sont là, mais je ne peux pas faire des prix « hors prix ». Donc il faut que je garde un prix raisonnable tout en assurant mes frais. Le revenu brut est intéressant, mais avec ce qui reste, j'ai parfois dû ramer. En attendant, il y avait ce côté agréable des résultats obtenus par rapport aux enfants qui ont peur. Avec les adultes aussi. Il y a là toute une satisfaction à partir du moment où on travaille avec le corps conscient et le corps vécu, c'est autre chose que de lutter contre..... Voilà, c'était une grande satisfaction pour moi. Et puis il y a aussi que par tous les stages que Benoît donnait et par notre information, on a fait notre nom et notre renom. Ça permettait aux personnes de mieux comprendre. Ce dont je me rends compte maintenant sur 20 ans de travail en piscine, les parents sont dans une attente de résultats tout de suite. On voudrait presque nager la brasse avant de savoir marcher. Les parents sont rassurés en voyant d'autres techniques – se mouvoir dans l'eau et se débrouiller – Je dois dire que verbaliser, de prendre conscience, ça permet aux parents de dissocier ce qu'on fait du classique avec planche et matériel. Les parents réalisent qu'il y a chez moi une façon particulière de travailler et pas uniquement de monter des automatismes chez leurs enfants. Avec toute la complexité de l'eutonnie. Ce n'est pas spectaculaire.

Benoît : 150, 200 enfants, c'est tout de même important, avec des adolescents qui viennent toutes les semaines à la piscine. C'est ça aussi le rendement. S'il n'y a pas de rendement, ça ne peut pas continuer.

Christianne : Il y a une chose aussi. Ce qu'on a constaté, c'est que – j'ai entendu tout-à- l'heure Benoît qui parlait du bouche à oreille – en regardant mes années de pratique, pour une personne qui découvre l'eutonnie. Si cette personne continue à suivre les cours, à découvrir la subtilité de la méthode, ce n'est pas elle qui va recruter. Elle va répéter les deux – trois séances qu'elle a faites. Il faut trouver un autre moyen de faire venir les gens.

C'est de trouver le mot accrocheur sans tomber dans le marketing à outrance ni dans la publicité mensongère. Il faut donner une information qui donne aux gens l'envie de venir et là, ça marche. Et on s'aperçoit qu'avec ce genre d'approche, on peut avoir des résultats tout de suite, mais le fait de travailler sur soi fait que souvent on ne peut plus s'arrêter et on a vu tout ça dans notre pratique. Nous, on a foi dans l'eutonnie. Les gens sont trop stressés

Benoît : Ce qu'il y a d'important, c'est que le travail en eutonie, c'est de faire sentir qu'effectivement il y a des différences. Après avoir travaillé un côté par exemple pour pouvoir le comparer à l'autre côté. Effectivement, il y a des différences parce qu'on a travaillé spécialement ce côté. Si on ne ressent pas assez vite ces différences, les résultats par rapport au travail fait, on ne sent pas qu'il y a un résultat. Et cela, il faut le montrer. Tout l'art, c'est d'amener à ce que la personne sente effectivement qu'il y a une différence après la proposition qu'on a faite. Dès la première séance. C'est le plus important. Ils sentent que ça leur convient. Tout l'art, c'est de savoir ce dont la personne a besoin. Comment l'accrocher. Parce qu'il faut l'accrocher pour l'amener à ce qu'elle reste. Il faut amener les gens à sentir, à comprendre que ça leur convient. Ce qui n'est pas toujours le cas.

René : *Est- ce que vous avez formé des gens capables, maintenant ou plus tard, de prendre les choses en main ?*

Benoît : Pour la formation en eutonie, on a commencé. On a essayé de trouver des stratégies pour faire des formations, sans faire la formation à Copenhague. La faire par stages ou par cours hebdomadaires. Au départ, on a réuni Pierre DEBELLE, Joachim..... et moi- même pour fonder une école d'Eutonie Gerda ALEXANDER. Nous y sommes arrivés. J'ai constaté que le « Groupe International » ne pouvait pas donner d'accréditation à Pierre DEBELLE. La Fédération Internationale a accepté qu'on puisse commencer l'Ecole Gerda ALEXANDER en Belgique. Ce qui s'est fait pour deux promotions. Au courant de la 2^o promotion, j'ai été éjecté de ce groupe parce que je faisais un travail un peu différent d'eux, avec l'accent sur la communication. Mes deux compagnons n'ont pas accepté que ce genre de travail se fasse. Effectivement, j'ai été éjecté. Dans un premier temps, ils m'ont permis d'utiliser « Eutonie Gerda ALEXANDER », puis ils me l'ont interdit. Ce qui veut dire que moi, après un an, j'ai mis au point une formation avec la communication. J'en suis à la quatrième promotion depuis Septembre, avec 11 élèves. Ce qui veut dire que, dans le fond, je n'ai pas besoin de Pierre DEBELLE ni de ceux qui veulent me freiner. Heureusement que Christianne m'a aidé dans ce travail parce qu'il fallait que je m'affirme pour compléter l'eutonie et l'enrichir. Par la communication, amener les gens à se rendre compte de ce qu'ils font quand ils parlent, comment ils écoutent et comment on écoute, comment la personne se sent entendue. Etre à l'écoute et être neutre sont deux choses. Si on veut la neutralité, on écoute peut-être, mais on est un robot. On n'entend pas ou on ne se sent pas entendu. Or l'important, c'est d'entendre la personne. Cela veut dire que je suis en train d'écouter la personne et peut- être communiquer un peu plus loin avec ce qu'elle vient de dire. J'ai dû faire un travail personnel pour arriver à ce niveau et c'est un plus pour moi, pour l'eutonie.

En Belgique, il n'y a pas d'école d'Eutonie Gerda ALEXANDER. Il n'y a que moi qui donne cette formation. Les autres ne cherchent même pas à lancer un groupe, car ils savent qu'ils vont perdre leur temps. Disons que l'Eutonie Gerda ALEXANDER, c'est un groupe de formation en eutonie tout court. Mais ils ne font que se défendre. Ils mettent bien qu'ils sont les seuls à être reconnus par G.A. et stipulent en même temps que je suis sorti de l'Ecole de Copenhague. Je ne sais pas bien ce que ça veut dire.

Je peux toujours mettre que je suis sorti de l'Ecole G.A. et que je parle d'eutonie.

La probation se fait en 3 ans à raison de 5 rencontres par an et de deux stages de 5 jours. Par conséquent ça faitheures de cours. Avec 4 animateurs.

René : *J'ai l'impression que nous avons fait à peu près le tour du problème en restant dans des limites de temps raisonnables. Avez- vous l'un et l'autre quelque chose que vous souhaiteriez ajouter ?*

Benoît : Il faut que l'eutonie continue à vivre par les personnes qui travaillent. On peut s'enrichir de la neurologie qui va de plus en plus loin actuellement et qui peut nous faire comprendre un peu mieux l'eutonie et quand j'en parle à des clients, avec ce qu'on fait en eutonie, cet aspect du toucher en rapport avec notre cerveau, c'est vraiment important et c'est là que l'on voit de plus en plus l'eutonie comme une méthode d'avenir.

L'eutonnie a encore un avenir pour moi, si on la travaille d'une certaine façon. Sinon elle mourra tout naturellement. Mais si on travaille en fonction des recherches qui sont faites actuellement et qu'on essaye de comprendre et de travailler aussi en communication, on va enrichir et permettre à ce que les gens soient compétents et qu'on puisse avoir un rendement. Car, tout de même, le problème, c'est le rendement. Pour gagner sa vie avec ça, il faut du rendement et le rendement dépend de la qualité du travail que l'on a pour arriver à ce qu'on ait un impact qui fait bouger les gens, se prendre en charge autrement. L'eutonnie, c'est apprendre aux gens à devenir autonomes et à ne plus avoir besoin d'aide. C'est très important de trouver leur indépendance, psychologique et fonctionnelle et de trouver une aisance dans la vie de tous les jours. Pour leur boulot, pour leur plaisir, pour leurs activités quotidiennes. Aussi vieillir mieux, avec un certain confort. Par exemple, si on a de l'arthrose, ne pas en souffrir. Si on donne de l'aisance aux muscles qui sont autour, on n'a pas mal. On bloque si on fixe les articulations et on a de plus en plus mal. Si on retrouve de la liberté, on peut arriver à gérer la douleur.

Christianne : Pour ma part, j'ai envie de dire aussi que ce qui est important, du moins en Belgique, la reconnaissance professionnelle. Car l'eutonnie n'est pas très connue, au milieu de beaucoup d'autres méthodes. On a déjà envoyé beaucoup de textes, on a envoyé beaucoup de choses. Je déplore que deux médecins qui ont fait le cours à Copenhague, qui sont diplômés d'Eutonnie Gerda ALEXANDER, ce qui est dommage, c'est qu'ils ne pratiquent pas alors qu'ils auraient pu.. Là, je n'ai pas compris pourquoi.

Benoît : Ils ont fait médecine, mais ils ne sont plus médecins.

Christianne : mon combat, ce serait de diffuser l'eutonnie dans les écoles, parce que, hier, avec une jeune institutrice de première année d'école maternelle, je pensais qu'on pouvait y faire vivre du mouvement. Alors que dans son école, il faut qu'ils soient assis à une table, pour préparer leur entrée au C.P. Introduire des séquences avec bâillements, étirements, etc. comme je l'ai fait un moment, c'est difficile. J'ai travaillé avec des étudiants qui se sont mis à bâiller devant leurs profs, ce qui a été mal vu. Il y a tout un travail à faire, mais il faut voir qui aura les reins solides pour assurer ce genre de relais.

René : *Je vous remercie d'avoir bien voulu participer à cet entretien.*

Entretien enregistré le 28 Octobre 2014

René Bertrand

e-mail: 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'Eutonnie