

L'origine du mot "**EUTONIE**" – Source : <http://institut-eutonie.com/>

(du grec eu = bien, harmonie, juste, et tonos = tonus = tension) a été créé par **GERDA ALEXANDER** en 1957 pour traduire l'idée d'une

" Tonicité harmonieusement équilibrée et en adaptation constante, en rapport juste avec la situation ou l'action à vivre."

"

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.

Elle l'invite à approfondir cette découverte de lui-même, non en se retirant du monde, mais par un élargissement de sa conscience quotidienne par lequel il libérera ses forces créatrices, dans un meilleur ajustement à toutes les situations de la vie et un enrichissement permanent de sa personnalité et de sa réalité sociale."

Gerda ALEXANDER "Le corps retrouvé par l'Eutonie" Ed TCHOU 1977

EUTONIE : Origines et genèse

Rédigé par l'Institut d'Eutonie Décembre 2005 *

Courants, individus, points d'ancrage

Activités et rayonnement

Identité de l'Eutonie

Gerda ALEXANDER (1908-1994) passe son enfance et son adolescence en Allemagne, où elle est née. Plus tard, elle s'installera au Danemark, avec de fréquents séjours à l'étranger, en particulier en France. Elle sera de retour dans sa région d'origine pour les dernières années de sa vie.

Sa jeunesse, imprégnée de musique et de danse, ainsi que son goût pour le théâtre la préparent bien à l'étude de la « Rythmique Jaques- Dalcroze ». Une carrière artistique s'ouvre devant elle, vite interrompue par des accidents de santé. Restent une forte personnalité, un sens de l'observation et une sensibilité exceptionnels. Elle saura les utiliser pour détecter et faire émerger les forces conséquentes ou ténues d'un corps humain, qu'il s'agisse de préparer une performance ou d'utiliser au mieux des potentialités affaiblies. Dans les deux cas, la sollicitation du « sensible » et l'économie d'énergie - son utilisation optimale - vont de pair. Entre ces extrêmes, gestes, attitudes et tensions de la vie courante s'échelonnent, plus ou moins proches de l'un ou de l'autre.

Dans les écrits et témoignages, malgré la « dévitalisation » due au temps et aux modes de description, nous retrouvons chez des prédécesseurs ou des contemporains de Gerda ALEXANDER quelques- uns des éléments dynamiques qu'elle a su abstraire, aménager et réunir de façon originale dans cet ensemble structuré appelé **Eutonie**.

Leur valeur relative est difficilement appréciable sans la référence aux courants qui les ont fait naître ainsi qu'à la personnalité de ceux qui en furent initiateurs ou porteurs.

Les mouvements qui se développent à cette époque revendiquent chacun sa propre identité mais des traits communs les rapprochent. Viennent en tête la liberté (la libération) du corps et, portée par l'idée plus générale de nature, celle de mouvement naturel.

Ces aspirations ont suscité des dynamiques aboutissant à des faisceaux de représentations et de pratiques. Certaines les expriment pleinement. D'autres, d'ambiguïtés en interprétations, ont été instrumentalisées et détournées.

Nous connaissons bien, parmi les avatars de « naturel » (et de la pureté qui lui est souvent rattachée), ce qui se passa en Allemagne au début des années 30 : les premiers textes marquant les débuts de l'Ecologie sont parus en même temps que se développait une idéologie moins sympathique : celle d'une race pure (?!) qui, de ce fait, devait dominer le monde. On connaît la suite : la vision humaniste où se côtoyaient la nature, la pureté et la liberté se trouva retournée contre l'humain. Cela devint moralement insoutenable et physiquement dangereux pour des créateurs, comme LABAN. Ils quittèrent le pays. A la même époque, Gerda ALEXANDER partait pour le DANEMARK.

De ce contexte, isolons quelques déterminants, en reconnaissant la fragilité de la répartition géographique proposée, tant les personnages cités ont été mobiles.

Courants, individus, points d'ancrage.

En Suisse (à Genève)

La méthode élaborée par un Genevois, Emile JAQUES-DALCROZE (1865- 1950) et à laquelle Gerda ALEXANDER a été formée doit une partie de sa richesse à l'apport du psychologue Edouard CLAPAREDE (1875- 1940). C'est une formation musicale destinée à « faire ressentir le rythme comme une expérience physique en créant un courant de communication rapide et régulier entre le cerveau et le corps ». (Nous retrouverons plus tard des échos de cette phrase dans l'œuvre de Gerda ALEXANDER). C'est dire la façon dont « Maître Jaques » considérait la musique : indissociable de l'être humain, indissociable du corps. Cette méthode, la « Rythmique Jaques-Dalcroze » a été enseignée en Allemagne (à Hellerau, faubourg excentré de Dresde) ainsi que par l'Institut Jaques-Dalcroze, à Genève, à partir de 1915.

Dans le même temps, un Autrichien, Rudolf STEINER (1861-1925), père de « l'Antroposophie » parle d'eurythmie dans le « Goetheanum » qu'il a créé en 1915 à Dornach, en Suisse. Il pense qu'à travers la couche épaisse du matérialisme, le spirituel peut être atteint par la méditation et la concentration. Même s'il n'y a pas filiation directe, ces attitudes d'esprit peuvent être mises en rapport avec des formes d'attention sollicitées en eutonie.

Environ quarante ans plus tard, le même préfixe « eu » va participer à la construction du terme « Eutonie », cette fois associé à la notion de « tonus ». Il avait indiqué ce que souhaitait STEINER: **une certaine attitude d'esprit faisant que ce qui est perçu et intériorisé contribue pleinement à l'évolution unifiée et harmonieuse de l'individu.** Ce préfixe vient maintenant rendre compte d'un état, privilégiant le tonus comme indicateur.La racine grecque « eu » nous intéresse : elle exprime l'idée et l'objectif de bon, d'équilibré, d'harmonieux qui sont au principe même de l'Eutonie.

L'aventure dalcrozienne continue par des Ecoles ouvertes dans le monde entier; la pensée de STEINER inspire encore des groupes et des institutions en Europe et aux Etats-Unis.

D'autres courants de même nature sont nés aux environs de cette époque, plus particulièrement en Allemagne et aux Etats- Unis, générant des pratiques diversifiées. Ils ont souvent un caractère international par la mobilité des personnes qui les représentent, mobilité par attraction pour répondre à des demandes ou par répulsion si le pays d'origine n'accepte pas les idées ou les pratiques proposées. Nous en avons déjà cité un exemple dans l'Allemagne des années 30.

Dans cette galerie de personnages, un Français, François DELSARTE (1811-1871), mérite une mention particulière : on s'accorde pour en faire un précurseur qui influença plus ou moins directement JAQUES- DALCROZE, LABAN, SHAWN, tous pionniers de la Modern Dance.

La « Modern Dance » et la « Danse Libre », parties les plus visibles du phénomène, ont été innovantes et même révolutionnaires à leur époque. Elles ont franchi, comme nous le verrons, les années et les frontières.

En Amérique

C'est surtout aux Etats- Unis que cette façon de considérer le corps humain et le mouvement ont été favorablement accueillis. Il est vrai que le lieu et l'époque étaient prêts à recevoir les idées de DELSARTE : l'importance qu'il accordait à la mobilité du thorax rejoignait sans difficulté la lutte pour l'abandon du corset dans cette société encore « corsetée » dans tous les sens du terme. Il est vrai que, dans le même temps, elle était fortement travaillée par la rencontre des cultures de tous les groupes d'immigrants (volontaires ou non) qui la composent.

Parmi les personnages remarquables et symboliques porteurs de cette nouvelle liberté et donnant sens à la « danse moderne », Isadora DUNCAN (1877-1927) retient l'attention à la fois par sa vie personnelle agitée, son indépendance créatrice et une capacité extraordinaire à communiquer ses enthousiasmes par des productions personnelles aussi bien que par les Ecoles qu'elle a fondées en Grèce, en France, en Allemagne, en Russie. Bras et jambes nus, vêtue de voiles légers, elle danse (sur des musiques parfois classiques et inusitées dans cet emploi) « ce qu'elle éprouve ». Elle écrit aussi, dans un bel élan unifiant la pensée et le corps : « Je compris que mes seuls maîtres de danse seraient à jamais J.J. ROUSSEAU, Walt WITHMAN, et NIETZSCHE ».

Cette liberté d'esprit, de présentation et de geste, associée à la non moins grande liberté d'interprétation des œuvres choisies, est qualifiée de « danse libre ». Libération du corps, libération par le corps ; nous en retrouverons plus d'une trace chez Gerda ALEXANDER.

En Allemagne

Dans ce pays, au début du 20^e siècle, il y a un souci de « culture physique ». Le corps s'exerce dans les sociétés gymniques et sportives ; il recherche le contact avec la nature. Après la fin de la guerre (1918), une dynamique artistique se développe : « l'Expressionnisme » et sa face sombre marque une partie de la peinture ; d'autres réalisations, plus lumineuses, montrent un corps plein d'énergie et de vitalité, peu vêtu voire nu, en pleine recherche d'expressivité, avec ou sans musique. Retenons de cet ensemble et concernant plus particulièrement notre propos, une institution, le BAUHAUS et un homme, Rudolf von LABAN.

Fondé en 1919 à Weimar, transféré à Dessau en 1925 puis à Berlin en 1932 et fermé en 1933 par le régime nazi qui supportait mal la liberté de fonctionnement de cette Ecole d'art et

d'architecture, le Bauhaus accueillit également des danseurs. Le peintre Oskar SCHLEMMER guida pendant une dizaine d'années une recherche d'exercices corporels incluant le mécanique, l'organique, les formes et les couleurs ainsi que l'exploration de l'espace, souvent avec des accessoires (par exemple des bâtons) plus tard couramment utilisés en Eutonie.

L'aventure de ce lieu de rencontre entre des catégories d'artistes concevant et utilisant diversement l'espace a été largement innovante et de large influence, bien que peu théorisée, au moins concernant le mouvement corporel.

On ne saurait faire un tel reproche à LABAN (1879-1958) qui, lui aussi, dépassa largement les limites de ce qu'il est convenu de ranger sous la bannière de « la danse ».

D'origine hongroise, il a vécu en Allemagne puis en Angleterre et séjourné à Paris pendant une partie de ses études. On le reconnaît comme le père spirituel de la danse moderne en Europe. La montée du nazisme a entraîné des changements importants dans ses rapports avec le gouvernement allemand. Ainsi, après lui avoir confié des responsabilités importantes, celui-ci les lui retira complètement en 1936. Deux ans plus tard, LABAN quittait Berlin pour Londres.

Gerda ALEXANDER, qui avait 28 ans en 1936, vécut, elle aussi, en ce début de son âge adulte, le contraste entre les mouvements de libération corporelle (mais qui n'intéressaient pas que le corps) et leur interdiction (ou leur récupération partielle) par la dictature qui s'installait.

LABAN fut un puissant créateur. Danseur et maître de ballet, on lui doit aussi une méthode de notation des mouvements du corps applicable à tous les styles de danse et qui fut même reprise par les analystes des gestes du travail. Cette trace largement transmissible est bien nécessaire tant on trouve de sens, d'aspects différents sous le vocable « danse ».

D'autre part, cette courte phrase de LABAN : « L'espace est un aspect caché du mouvement et le mouvement un aspect visible de l'espace » énonce une autre forme d'unité : celle de l'individu et de l'espace cosmique ; elle n'aurait rien d'exotique en eutonie.

En France

Les courants que nous venons d'évoquer brièvement se sont épanouis dans plusieurs pays d'Europe. La France n'est pas restée en dehors de leur influence, même si elle n'a pas été la plus directement concernée ; beaucoup de ceux qui en étaient porteurs se sont croisés ou rencontrés sur son sol, en particulier à Paris.

Gerda ALEXANDER est venue souvent et longuement en France. Elle y trouvait un terrain ouvert et d'anciennes amitiés facilitant la présentation de ses travaux, ce qui lui ouvrait de nouvelles portes.

Le contexte était favorable. Si nous prenons comme indicateur (reflet d'une facette de la société du moment) l'Education Physique dispensée dans les Lycées, c'est le moment où l'ère doctrinale de la « Méthode Naturelle » de Georges HEBERT (1875-1957) s'effrite. L'idée (la nostalgie ?) de pratiquer « en pleine nature » les gestes « qui sont ceux de notre espèce » flotte encore au-dessus des « plateaux aménagés » standardisés où le « travail par vagues » développe le cœur et les poumons d'élèves pratiquant de façon soutenue la marche, la course, le saut, le lancer, etc...censés représenter les activités habituelles du « sauvage », évidemment bon, issu de

l'imaginaire de J.J. ROUSSEAU (1712-1778). Cela en état de « nudité décente ». On veut obtenir des individus robustes et rustiques, capables d'adaptation et aptes, entre autres, au combat. Cependant la référence aux qualités « viriles et morales », issue d'une période antérieure, s'estompe.

Les aspects que nous évoquons incitent à parler de cette méthode avec quelque légèreté. Mais il faut aussi considérer ce qu'elle eut de révolutionnaire en son temps. Elle accordait la première place au mouvement grâce à des parcours en « pleine nature », choisis pour solliciter des formes variées de motricité et incluant quelques sollicitations propres à compléter la gamme des gestes « qui sont ceux de notre espèce ». C'était une véritable rupture avec l'espace réduit et le caractère construit des méthodes -en particulier celle de l'Ecole de Joinville- qui l'avaient précédée. Nous retrouvons là, mais déclinées autrement, ces idées de développement corporel et de nature évoquées ci- dessus et dont les nombreux avatars connaissent des fortunes diverses. Notons au passage le sens accordé aux termes nature et naturel.

Dans le même temps, les « Centres de rééducation » pour enfants et adolescents se développent pour « récupérer » les déficiences, surtout morphologiques, dont les insuffisances alimentaires dues à la guerre et à ses séquelles sont en partie responsables. Il faut remodeler des morphologies et récupérer une vitalité, avec l'influence des normes du moment.

Environ les années 50, tout cela commence à s'essouffler. Il en reste un regard incertain porté sur le corps. L'hésitation à préconiser nettement des lignes d'action fait que l'on parle « d'éclectisme », avec la marge de liberté que cela suppose...C'est aussi le moment où les travaux du genevois Jean PIAGET (1896- 1980), étudiant la succession et l'enchaînement des moments du développement de l'enfant, sont diffusés en France ; ils remportent un grand succès, exerçant une influence positive, même si leur interprétation n'est pas toujours conforme aux intentions de l'auteur. D'autres mouvements novateurs, avec des visions nouvelles de l'individu, se développent. Henri WALLON (1879-1962) fonde en 1927 le « Groupe français d'éducation nouvelle ». Il publiera en 1942 « De l'acte à la pensée », dont bien des passages peuvent être mis en rapport avec les idées directrices et la démarche de l'Eutonie.

Cette « Education Nouvelle », avec ce qu'elle comporte et reflète, nous aurons l'occasion d'en reparler, pour sa congruence avec l'eutonie et l'importance de leur rencontre.

En dehors de ces apports d'idées et de pratiques plus ou moins institutionnalisés, signalons, l'enseignement de François MALKOVSKY (1889-1982). Originaire de la région de Prague, il arrive en France en 1910, voit danser Isadora DUNCAN et se consacre à l'étude du mouvement humain. Après une carrière scénique, il enseigne, parlant de « lois universelles du mouvement » et « cherchant un certain déconditionnement et une libération des réflexes naturels ». Nous trouvons là une parenté certaine avec l'enseignement de Gerda ALEXANDER.