

Situation paradoxale de la conscience dans le mouvement

Entretien et réflexions autour des stages AEEPS de Beg Meil 2002
Raymond Murcia.

Le stage de l'AEEPS de Beg Meil 2002 vient de se terminer. Deux événements en ont marqué l'intérêt et l'originalité. Jean Zoro, que l'on ne présente plus au monde de l'EPS, vint nous parler de son livre « Images de 150 ans d'EPS » ; travail considérable auquel ont participé les plus grands spécialistes dans ce domaine ; intarissable, Jean, arborant ses 80 printemps nous fit part de ses projets qui semblent ne pas avoir de ligne d'horizon. Qu'il reçoive encore une fois toute mon admiration et ma gratitude.

Le deuxième événement fut l'originalité, tant par le contenu que par l'encadrement, du groupe danse. Deux approches inhabituelles du mouvement étaient proposées : Mathias Alexander (Jacques Gaillard) et M. Feldenkrais (Anne Candardjis).

Tizou Perez avait le rôle, difficile, d'établir des liens entre ces deux approches et la danse dans son aspect pédagogique et didactique.

Une réunion eut lieu le 3^{ème} jour rassemblant la totalité des intervenants et des participants des deux groupes (danse - eutonie et kinomichi) qui devait permettre des échanges et une réflexion autour des différentes pratiques. Tizou Perez avait la charge délicate de synthétiser les différentes questions des participants en direction des intervenants.

En résumé donc ce stage fut composé de la manière suivante :

- 1 le groupe danse, travail autour de Mathias Alexander et M. Feldenkrais
- 2 le groupe eutonie et kinomichi représenté par Martine Pillet pour le kinomichi et Raymond Murcia pour l'eutonie.

J'ai parlé d'événements à propos du contenu et de l'encadrement du groupe danse, cela demande une explication. Il serait peut-être plus juste de parler de points d'inflexion sur une courbe qui, pour ce qui concerne le stage de Beg-Meil, commence voici 22 ans avec la proposition que me fit Christianne Corré de présenter l'eutonie aux participants à ce stage qui se tenait à l'époque à Pont L'Abbé. Cette invitation faisait suite, je pense, à un stage d'eutonie que j'avais animé quelques années auparavant au CREPS de Dinard, organisé par l'Amicale de l'ENSEP de Rennes.

Ayant l'intuition depuis longtemps déjà que l'eutonie et l'aïkido que je pratiquais à l'époque, devaient quelque part se rencontrer ou, peut être, avaient des inspirations similaires sur quelques points, je proposai à Christianne Corré de partager mon temps d'intervention entre l'eutonie et l'aïkido. Ce qui fut accepté, et je rends ici hommage à l'audace dont elle fit preuve. C'était une innovation et presque une révolution de proposer, dans le cadre de la formation permanente des enseignants d'EPS, la pratique de l'eutonie. Est il besoin de rappeler que ces stages, hors temps scolaires, et aux frais des stagiaires, sont organisés par l'Amicale, devenue l'AEEPS, et non par l'administration. L'aïkido serait passé plus facilement compte tenu de son appartenance à la catégorie « Arts Martiaux ».

Je pense que la courbe dont je parlais plus haut commence ici et plus précisément avec l'eutonie. Ayant, depuis 1978, rencontré Maître Noro et donc le kinomichi, je fus autorisé par son créateur à en proposer sa pratique. Le stage s'intitule depuis « eutonie - kinomichi ». Rapidement je fis appel à Christian Bleyer pour animer à ma place le kinomichi. Christian n'étant plus disponible à cette époque de l'année (dernière semaine d'Août), je demandai alors, avec l'accord

de Maître Noro, à Martine Pillet d'assumer la pratique du kinomichi. Depuis 1995, nous co-animons ces stages.

Pour quelles raisons ai-je évoqué un point d'inflexion ? C'est parce que depuis une dizaine d'années, on sentait, dans les propositions du stage de Beg-Meil qui exprime les demandes des stagiaires en accord avec les organisateurs, un changement dans les orientations classiques c'est à dire habituelles des APS. Il suffit de parcourir les propositions des contenus pour s'en rendre compte. Ces dernières années dans le groupe danse, l'orientation était donnée vers l'expression et la créativité.

Point d'inflexion disais-je car cette année 2002, le contenu, sinon la didactique et la pédagogie, ont basculé en changeant de direction. Ce qui n'était qu'un désir, fréquemment exprimé, s'est réalisé par une rencontre pratique des deux groupes de travail. Deux séances de 1h30 animées par Martine Pillet qui permirent à l'ensemble des stagiaires de Beg-Meil de pratiquer ensemble. Si j'en juge par ce que j'ai vécu, vu et entendu, ce fut loin d'être un échec.

Lors de la discussion qui eu lieu entre participants et animateurs, il me plut de faire part de quelques réflexions que j'aimerais développer dans les pages qui me sont amicalement offertes.

Une première question fut posée au groupe d'intervenants à propos des « fondamentaux » et des intentions qui étaient les nôtres en direction des stagiaires.

Pour ce qui me concerne et je ne parlerai par la suite qu'en mon nom, je réagis de façon trop émotionnelle à la question posée, soulignant le fait que je n'avais aucune intention de « transformation » des stagiaires, aucun projet sur eux et que s'il y en avait un, c'est à dire, la raison pour laquelle j'étais là, cela s'inscrivait dans le désir de partager, de présenter une pratique ainsi que les réflexions qui l'accompagnent. Pour aller plus loin dans cette idée je veux dire que je ne me pose pas la question de « l'utilité » ou des applications possibles de l'eutonnie. Ceci nous entraînerait dans la discussion d'un thème récurrent sur « l'utilité de l'inutile ». Si évolution et transformation il y a , et j'en suis persuadé, elle n'est pas à priori, inscrite dans un projet pédagogique ou didactique. Chacun sort, en fonction de sa personne, différent de ce stage.

Après différentes interventions, la question de la conscience, de la sensation, planait et je m'en emparai pour soulever quelques points que je me propose de développer.

L'origine de cette réflexion se trouve dans la mise à distance que je fis à propos de la notion de schéma corporel, mise à distance qui se fit après avoir ressenti pour cette notion un engouement probablement exagéré.

Ma position actuelle sur la question se nourrit d'un retour à Merleau-Ponty que je n'avais jamais vraiment abandonné, mais que je boudais un peu, attiré par les sirènes sécurisantes de la psycho-physiologie, ainsi que par un détour vers quelques écrits de philosophes sinologues ou sinologues tout court. (essentiellement François Jullien et Jean François Billeter) Je n'insisterai jamais assez sur l'impact qu'eurent sur moi Fransisco Varela et celui qui fut son maître et ami Humberto Maturana. Paradoxalement ce retour à Merleau Ponty, je le dois à ce courant de la neurobiologie qui a introduit dans sa manière de penser, la phénoménologie.

La question de la conscience et son rapport au corps.

En écrivant le titre de ce paragraphe, je me rends compte de la prison dans laquelle nous enferment les mots. Mon propos sera ici de montrer le piège dans lequel nous sommes pris dès

que nous parlons. Comment évoquer en effet l'idée d'une unité (?) globalité (?) non séparation (?) entre ce que désignent ces deux termes alors que dès qu'ils apparaissent, ils postulent une séparation radicale que l'on s'évertue par la suite à dépasser.(cf. Descartes VI^è méditation).

2 A deux reprises cette question (du statut de la conscience dans son rapport au corps), s'est présentée à moi. Quelques années après avoir rencontré Jean Le Boulch et le modèle qu'il nous proposait dans sa psychocinétique vers 1962, ainsi que, à la même époque, la lecture de Wallon et, beaucoup plus tard, lorsque je fus chargé d'assurer à l'école de psychomotricité de Madame Soubiran, l'aspect historique et épistémologique de cette notion qui contient dans sa construction la volonté d'en finir avec le dualisme.

Telle qu'elle était introduite dans le champ de l'EPS par Jean Le Boulch, la notion de schéma corporel conduisait à penser que c'était une structure qui, une fois acquise, construite, et cela devait se faire avant l'âge de 11-12 ans, permettait à l'enfant par la connaissance et la maîtrise de son corps d'être « maître » de toutes les situations à condition d'y ajouter la maîtrise de l'espace et du temps.

3 Le travail sur les sensations devait conduire à cette construction, véritable structure à disposition. La question du transfert ou plutôt du non-transfert de telle spécialité à telle autre me fit, rapidement remettre en question un tel usage de la notion.

4 En abordant la question de l'histoire du terme psychomotricité et des modèles ou pratiques qu'il a désignés je m'aperçus également de l'importance et de la difficulté que cette expression psychomotricité soulevait.

Encore une fois, il s'agissait de bricoler (je ne veux absolument pas être ironique en utilisant ce terme) autour de la question du rapport, des liens, de la relation entre corps, soma et psychisme ou bien le "psychologique" ou encore le mental.

L'expression freudienne « là où est le ça, le moi doit advenir » montre bien la volonté de l'occident, même dans la psychanalyse, de donner à la conscience un statut privilégié. Les expressions « être conscient » ou « prendre conscience » ont représenté et représentent encore un progrès dans l'accession de l'homme vers son **humanité**, vers sa réalisation.

La question est délicate et mériterait plus que quelques pages pour son développement.

La « guérison » en psychanalyse s'opère -t'elle par cet insight « ha oui mais c'est bien sûr » voilà pourquoi ! c'est à dire un dévoilement de ce qui jusque là était caché ? Cela paraît plus complexe et cela passe peut-être tout autant par l'acceptation du maintien c'est à dire le non-savoir de ce qui est occulté en sachant que c'est cela que l'on ne connaît pas qui se manifeste en permanence dans ce que nous faisons, disons, ou que nous nous empêchons de faire ou de dire.

Il peut être déjà signalé la position originale par rapport à cette question du bouddhisme Zen qui envisage, au contraire de la position classique de la psychanalyse, la libération de l'inconscient (soulignons que le terme inconscient ne désigne pas ici la même chose) ; pour la pensée orientale en général, c'est le moi, l'ego qui fait obstacle au développement, à la possibilité de création.

Kierkegaard, Marx, Nietzsche et tant d'autres philosophes se sont écartés de la voie faussement optimiste du rationalisme des lumières initié par Descartes sentant que des forces vives devaient être libérées dans l'homme aliéné. Sous des formes très variées ce courant fait son chemin, pour preuve ce récent ouvrage de Marcel Moreau : lecture irrationnelle de la vie (éd complexes 2001). L'occident, mais ce ne fut pas la majorité, a depuis longtemps eu de telles intuitions (Héraclite et

surtout Montaigne).

Jusqu'à présent discours philosophique peut on dire et loin des pratiques proposées à Beg-Meil. Bien sûr, mais la philosophie est elle réservée aux seuls philosophes ? Dès que nous essayons de penser, de décrire, d'observer, ne philosophons-nous pas ?

Loin de ce qui est proposé à Beg-Meil ? Pas autant qu'il n'y paraît. Je ne me permettrai pas d'évoquer le travail autour de Mathias Alexander ou M. Feldenkreis bien que ce que j'en entendis me laisse supposer que nous étions sur des problématiques proches.

Je parlerai donc de l'eutonnie que j'animai et du kinomichi auquel je participai.

En ce qui concerne l'eutonnie je vis ,depuis 7 ou 8 ans, une contradiction ou plutôt un paradoxe fort encombrant en ce qui concerne, précisément, le statut de la conscience. Il est bien connu que l'essentiel des propositions en eutonnie (consignes), demandent une prise de conscience, une attention, tournée vers les différentes sensations : toucher, contact, passivité, repoussés, volume, masse, espace intérieur, transport, os, étirements, etc. ainsi que les différentes qualités de tonus lourd, léger ou encore ses variations et la capacité de reconnaître le tonus juste, l'état d'eutonnie. Et, lors de la réalisation du mouvement eutonnie (dans lequel le tonus serait « juste ») essentiellement dans les études ou dans les situations de la vie courante, Gerda Alexander soulignait la nécessaire présence de la conscience de tous les paramètres cités précédemment. Depuis longtemps déjà je n'étais pas d'accord, et j'en avais fait la critique, avec l'exigence de ce contrôle de la conscience, qui ne permettait pas la réalisation fluide du mouvement. La petite histoire chinoise est bien connue qui explique que si on demande à un mille pattes comment il s'y prend pour marcher on le bloque. Je vais prendre pour aller plus loin quelques exemples dans les consignes proposées par l'eutonnie.

5 Le contact.

Dans son livre « le Corps Retrouvé par l'Eutonnie » Tchou 1977, Gerda Alexander, distinguant le toucher du contact, dit, à propos de celui-ci (p31-32) « ce contact conscient a une influence plus forte que le toucher ... le contact est d'ailleurs souvent employé dans la vie. L'artisan exercé contacte les objets à travers ses outils, le bon musicien fait corps avec ses instruments ». Cette idée du prolongement du corps (faire corps) dans l'objet (instrument, outil) ou un corps (médecin, kiné, etc.) est récurrente chez Gerda Alexander mais toujours avec cette caractéristique de la « conscience de ». Or il me semble précisément que la conscience devient à un moment donné un obstacle à la réalisation libre, fluide du mouvement. Cette manière de penser la conscience est à l'opposé de ce qu'exprime par exemple Tchouang-Tseu (Jean François Billeter, Leçons sur Tchouang-Tseu, éd. Allia 2002) Le cuisinier Diong dont l'habileté à dépecer un bœuf force l'admiration du prince Wenhui répond qu'après vingt ans de pratique il ne « voit » plus le bœuf, il ne coupe plus, la lame passe entre les interstices, il n'y a plus de sensations de conscience. Il " le voit en esprit ".

Nous retrouvons chez tous les artistes, sportifs, artisans de haut niveau c'est à dire avec une grande pratique cette même observation. Le jeune Billy Elliott, dans le film, dit au moment de son audition : « lorsque je danse je sens que mon corps disparaît progressivement ». Je ne pense pas que Pablo Casals ou Rostropovitch ou I. Perlman étaient « conscients » de leur archet ou même de leur violoncelle ou violon lorsqu'ils jouaient.

Wallon a très bien analysé cela dans son article sur la maladresse. Il prend l'exemple de la descente d'un escalier qui serait perturbée par la prise de conscience des mouvements que nous sommes en train de faire.

Mais nous nous sommes éloignés du contact. Gerda Alexander se serait elle trompée ? Je ne le pense pas sinon j'aurais abandonné l'eutonie. Ce paradoxe m'a obligé au contraire à avancer. Ce qu'elle n'a peut-être pas perçu ou pas su expliquer c'est que le statut de la conscience change au cours de l'apprentissage.

Ce qui change dans le statut de la conscience c'est la relation sujet - objet. D'opposition, ce rapport devient non pas de fusion ou dissolution mais de continuité si l'on peut dire. Les mots manquent ici pour dire cela. Merleau-Ponty dans ses causeries de 1948 (seuil p48) écrivait ceci qui clarifie le propos que j'essaie de tenir : « c'est donc une tendance assez générale de reconnaître entre l'homme et les choses non plus ce rapport de distance et de domination qui existe entre l'esprit souverain et le morceau de cire dans la célèbre analyse de Descartes, mais un rapport moins clair, une proximité vertigineuse qui nous empêche de nous saisir comme un pur esprit à part des choses ou de définir les choses comme pur objet et sans aucun attribut humain ».

A propos de la conscience comme obstacle nous pouvons citer le célèbre texte de H. Von Kleist sur le théâtre de marionnettes dans lequel un jeune homme doté d'une grâce prodigieuse la perd le jour où il se voit dans une glace dans la pose d'un statut célèbre, ce texte également contre l'incapacité d'un fin escrimeur à toucher de la pointe de son fleuret un ours dans une cage ainsi que l'admiration d'un danseur très connu pour les mouvements d'une marionnette. Dans les trois cas, dit Von Kleist, l'ego, l'affectation, la conscience empêchent l'homme d'être naturel, spontané seul Dieu ou l'animal ou la marionnette le peuvent car non affectés par la situation sans ego.

Paul Klee a repris ce texte dans un court poème remarquable. La très brève analyse proposée à propos du contact est valable pour toutes les consignes données en eutonie car l'exigence du contrôle ou de la présence consciente est parfois présente.

6 Le transport, le repousser

Gerda Alexander définit le transport comme étant « l'utilisation consciente du réflexe postural ou réflexe de redressement pour le distinguer du réflexe inconscient » p.129 - 1971

La question qui se pose ici est la suivante : « prendre conscience d'un réflexe inconscient n'est ce pas le modifier ? Il y a là cependant par rapport aux gymnastiques posturales classiques, dites de redressement, un progrès considérable. Le Boulch, critiquant la gymnastique de maintien et s'appuyant essentiellement sur les travaux de Paillard avait bien vu le problème et préconisait la mise en place des situations motrices qui mettaient en oeuvre, inconsciemment, le soubassement postural réflexe nécessaire à l'action. Cette dernière façon de voir me paraît éviter la difficulté rencontrée dans la consigne de Gerda Alexander bien qu'elle soulève la délicate question du choix de l'exercice à réaliser.

Mon dernier exemple porte sur le « repousser » ou « repoussé ». Est ce que la focalisation de la conscience, de l'attention sur le repousser (essentiellement la direction) permet la réalisation adéquate du mouvement ? Quand on court, saute, fait de la gymnastique, etc. est-il raisonnable de penser que l'on peut contrôler, être attentif aux repoussés, et à leurs directions ? Le mouvement dans sa réalisation requiert évidemment des repoussés (appuis, impulsions) mais son organisation globale (qu'il soit morpho- ou topocinétique) est essentiellement déterminée par le projet, l'intention, la direction dans l'espace, ce qui organise, mais comme conséquence et inconsciemment, le ou les repoussés nécessaires. Ceci ne veut pas dire que les repoussés seront justes dans leur direction et leur intensité d'emblée. Mais je crois que c'est globalement que l'affinement se fera.

Je repose la question : l'eutonie a t'elle tout faux sur la question de la conscience dans son rapport au corps et au mouvement ?

Encore une fois je réponds non.

D'une part, il semble que Gerda Alexander, malgré sa culture germanique (je veux dire par là qu'elle aurait pu être influencée par le romantisme allemand) s'est laissée emporter par le courant de la philosophie occidentale qui est devenue, à partir de Descartes et de plus en plus exclusivement une philosophie de la conscience, avec une distinction radicale entre la conscience et l'objet, le corps lui-même étant objet.

On peut faire, prudemment, l'hypothèse qu'elle craignait la libération de forces inconscientes, et qu'elle voulait un hyper-contrôle de la conscience tant sur le corps que sur le psychisme (son expression était : « être en ordre »). Malgré ses intuitions géniales, on trouve le modèle d'une conscience contrôlant le corps, mais alors, qu'est ce que la conscience, qu'est ce que le corps ? Sommes nous dans une perspective dualiste ou est elle tombée dans le piège des mots ?

7 D'autre part, j'évoquais précédemment **la question de l'apprentissage** ; le texte cité de Tchouang - Tseu et d'autres de Mencius, Confucius ou Lao-Tseu semblent ouvrir une perspective. Une analyse de nos différents apprentissages, écrire, nager, aller à vélo, manger avec des baguettes, taper sur son clavier ou jouer d'un instrument peuvent également nous aider.

Revenons au texte cité de Wallon sur la maladresse. Il prend l'exemple de l'apprentissage d'un pas de danse et montre comment d'une conscience extrême, attentive à tous les détails, décomposant, analysant, nous passons progressivement vers ce qu'il appelle une automatisation, c'est à dire une émancipation de la conscience où « nous avons l'impression de foncer, de voler, d'être fluides ». La question de la conscience doit donc se poser tant dans les apprentissages moteurs qu'en eutonie en termes de devenir et non pas d'Être. La conscience doit être considérée comme un processus émanant du corps en activité et qui est plus ou moins présente, active en tant que conscience de, selon que la situation le nécessite. On n'ajoute ni ne retire de la conscience d'une situation. C'est la situation qui fait que ce que nous appelons conscience gonfle ou diminue, envahit ou se retire.

Dans le contact, les repoussés, le transport, la conscience est là au début, contrôlant, analysant, mais l'objectif de l'eutonie devrait à ce moment là, être non pas le maintien à tout prix de cette conscience qui contrôle mais laisser progressivement le corps faire. Je vous renvoie à des passages très intéressants de François Roustang « Qu'est ce que l'hypnose ? La fin de la plainte » ainsi que de Fransisco Varela « Quel savoir que l'éthique ? ».

Finalement nous devrions considérer l'eutonie comme un processus qui tends vers ce que sa définition indique un peu comme le kinomichi, (ou tous les arts japonais et chinois) est une voie (dao, tao, do, michi, etc.)

Le point de vue que je viens d'exposer sommairement trouvera un développement et une argumentation renforcés dans un prochain livre sur l'eutonie en préparation.

Une alternative totalement différente pour ce qui concerne le statut de la conscience se présente à nous dans la pratique du kinomichi.

Tout d'abord la motricité, la « gestuelle » proposée (pour emprunter un terme à la danse) sont exprimés sous forme d'images, de métaphores. C'est un enseignement allusif, suggestif dans le sens où chacun doit essayer de construire sa forme inspirée par les principes qui caractérisent le mode de pensée oriental. Cela n'est pas facile car nous interprétons les mots ou plutôt leur traduction sans changer de mode de pensée. Ainsi, par exemple, le mot ai - ki - do (3

idéogrammes) ; nous traduisons par union/harmonie pour le premier, énergie pour le deuxième et voie pour le troisième. Mais le dualisme occidental résiste et a du mal à entendre le sens dans une perspective autre. Ce qui anime les pratiquants, malgré les discours, c'est la supériorité technique, c'est le savoir, la connaissance, c'est à dire l'enflure de l'ego. Mon interprétation, en toute modestie, serait que le aï correspondrait au contact tel que Maître Noro l'exprime à propos du kinomichi, qui suppose une ouverture et une disponibilité totales à l'autre, sans affectation, vide de toute émotion, au sens où Von Kleist en parle. La pratique, donc, du kinomichi, doit permettre par l'intermédiaire de la technique, qui n'est pas une finalité mais un moyen, cette évolution intérieure, ce détachement. Le contact, c'est l'énergie de l'un, se prolongeant dans l'énergie de l'autre, les deux concourant à créer une forme que l'on peut appeler technique mais qui exige de la part de chacun l'abandon de toute intention de maîtrise ou de domination .

La difficulté vient du fait que nous allons vers l'autre avec la conscience de notre moi, comme s'il lui était transcendant . Dans la préface d'un livre écrit par Martin Buber « Je et Tu » (Aubier 1969), Gaston Bachelard exprime admirablement : « l'efficacité spirituelle de deux consciences simultanées, réunies dans la conscience de leur rencontre, échappe soudain à la causalité visqueuse et continue des choses. La rencontre nous crée : nous n'étions rien - ou rien que des choses - avant d'être réunis ». La philosophie cartésienne en posant la transcendance de l'ego, le cogito, nous entraîne dans cette illusion que le sujet est d'abord, face au monde, face au Tu et au Cela et que la rencontre, le contact vient après. En fait le contact est premier. Selon Martin Buber c'est l'instinct de relation qui est premier et permet la mise en place du Tu par la suite qui permet la naissance du Je.

Tout notre effort consiste à retrouver cette relation au monde, aux choses, à l'autre, qui sont premiers. En faisant contact on ne fait que renouer.

Au début, la montagne était la montagne,
Ensuite la montagne n'est plus la montagne,
A la fin la montagne est à nouveau la montagne.

La notion de Ki (aïkido, kinomichi) est traduite par énergie. Il nous est très difficile de ne pas y voir ou de ne pas y projeter la notion d 'énergie telle que nous la concevons à savoir l'énergie musculaire. Pourtant il semble que ce soit, pour l'orient, autre chose, comme la notion de souffle que nous avons beaucoup de mal à interpréter. Lorsque Maître Noro nous parle d'énergie, j'y perçois pour ma part quelque chose qui exprime l'énergie universelle, celle produite par le big-bang et dont nous serions momentanément l'expression. Nous serions une infime réalisation de cette vaste néguentropie qu'on appelle la vie, et qui paraît paradoxale puisqu'à l'encontre de la loi universelle d'entropie. Cette énergie que nous exprimons et qui est la vie est une transformation permanente. Nous avons beaucoup de mal en occident à percevoir les événements, les choses, nous-mêmes comme des processus, des transformations permanentes. Nous sommes passés près, puisque Héraclite avait pressenti cela, mais la philosophie platonicienne de l'Etre et du concept, de l'Idée, l'a emporté. Le contact n'est pas autre chose que la continuité et la transformation de cette énergie.

Lorsqu'en kinomichi nous faisons un exercice avec un bâton pour deux et dans lequel un des deux partenaires doit « piquer » vers l'estomac de l'autre, la situation est duelle et conflictuelle symboliquement. Or ce que nous demande Maître Noro, c'est d'essayer d'être en contact, prolongement des énergies de l'un et de l'autre. Il faudrait à ce moment là tout oublier, car, encore une fois, la conscience, l'ego, l'affect font obstacle, créent la rupture du contact,

empêchent la continuité de l'énergie. A partir, toujours, d'une situation concrète, Maître Noro nous fait découvrir ces principes qui demandent, pour leur avènement un réel effort sur soi.

Dans ce qui précède, cette recherche du contact, se trouve également la question de l'unité, car si nous sommes en contact avec le partenaire dans la réalisation de l'exercice, du prolongement de l'énergie, c'est que nous sommes en unité, c'est à dire que le corps agit. Peut être que la façon dont l'occident pose la question de l'unité est un faux problème. Vouloir unir deux choses que l'on suppose séparées : l'étendue, la matière et l'esprit qui n'a pas d'étendue, de consistance, tient peut être au fait que l'occident n'a pas vu l'importance du corps. Car lorsque nous faisons l'expérience de l'unité, de la globalité, n'est ce pas plutôt parce que la conscience n'est plus là ou alors à un autre niveau d'activité qu'habituel ? Voici ce qu'écrivait Nietzsche en 1884, cité par François Roustang « ce qui a valu sa victoire à l'homme dans sa lutte avec les animaux a en même temps entraîné l'évolution difficile, dangeureuse, malade de l'homme. Il est l'animal encore sans statut » et, l'année suivante « si j'ai une forme d'unité en moi, elle ne repose certainement pas sur le moi conscient et sur le sentiment, la volonté, la pensée, mais dans l'intelligente capacité de tout mon organisme de conserver, de s'approprier, de séparer, de surveiller, capacité dont mon moi conscient n'est qu'un instrument. » .

Francisco Varela soulève également la question du rapport entre l'action et la conscience de soi.

« Quand on est l'action, il ne reste plus aucune conscience de soi pour observer l'action de l'extérieur. Lorsque l'action non duelle se déroule régulièrement, l'acte est ressenti comme fondé dans ce qui est calme et ne se meut pas. Oublier son moi et devenir complètement quelque chose, c'est aussi prendre conscience de sa propre vacuité, c'est à dire de l'absence de point de référence solide. Cette prise de conscience est bien connue de tous les experts et, en occident, elle a été souvent remarquée par les athlètes car la conscience de soi est ressentie comme une gêne plutôt que comme une aide ». « Il n'y a plus d'entraves dans son esprit » dit le « soutra du cœur » (Bouddhisme de Mahayana).

Maître Noro nous citait au stage de Salins les Bains une phrase attribuée à Péguy : « La mémoire c'est la fourrière de la mort ».

La notion de blocage d'énergie est souvent exprimée durant les séances nous ramenant encore à cette réalité : nous sommes des systèmes ouverts, alternant dans le souffle entre inspir et expir, et le seul contact peut permettre les échanges. Tout système fermé se dégrade jusqu'à la mort. Les systèmes auto-organiseurs dont nous sommes, impliquent l'ouverture et l'échange. La vie et l'homme en particulier se caractérisent par la double direction terre - ciel ; la gravité à laquelle tout terrien est soumis et l'espace vers lequel tout vivant tend. La vie, le mouvement, l'énergie, résultent de l'organisation et l'harmonisation de ces deux forces. Là encore la volonté, la présence de la conscience dans le redressement paraissent nocives. Françoise Mezières l'avait bien vu qui disait que la pesanteur est une alliée puisqu'elle est à l'origine de tous les systèmes réflexes de redressement qui ne fonctionnent pas en son absence. Le Terre - ciel est présent et requis en permanence dans le monde du kinomichi. Le paradoxe réside dans le fait qu'étant requis il ne peut être obtenu volontairement. C'est au corps « intelligent » à régler le problème.

Je voudrais, pour conclure prendre un exemple que connaissent les pratiquants du kinomichi. Lorsque nous enchaînons les six mouvements de l'initiation 1, trois de ciel et trois de terre, nous pensons et exécutons en fait six mouvements juxtaposés. Il faudrait les concevoir comme un mouvement unique, modulé, dans lequel les appuis, les spirales, les contacts, offrent des variations mais sont l'expression unique et continue de la même énergie, comme un concerto : un mouvement au lieu de six.

Nous pourrions proposer la même réflexion pour la « spirale » qui est une des caractéristiques du mouvement et qui est évoquée en permanence dans le kinomichi. Je ne pense pas qu'il faille la réaliser par copie, par imitation, volontairement. Elle devrait surgir « naturellement » d'un contact réalisé et d'une position juste des deux partenaires. Elle doit être une conséquence et non pas une intention plaquée à priori, artificiellement, à tel moment du mouvement. Là encore, l'excès de volonté de bien faire, de conscience, peuvent nuire.

Si j'avais à répondre à la question qui nous fut posée à Beg-Meil concernant nos fondamentaux, nos projets, je dirais que pour ce qui me concerne, l'eutonie, comme le kinomichi, sont deux pratiques que j'essaie de réaliser, mais conscient que c'est ma réalisation que je cherche au travers d'elles, et si les deux conduisent à Ithaque je suis persuadé que ce qui aura été le plus important pour moi comme le suggère Kavafis dans son merveilleux poème, ce sera le chemin parcouru et les difficultés rencontrées.

Raymond Murcia - septembre 2002

Bibliographie :

Eutonie :

- 1 Alexander Gerda Le corps retrouvé par l'eutonie ; Tchou ; 1976
- 2 Digeilmann Denise L'eutonie d'Alexander Gerda ; Ed du Scarabée CEMEA ; 1971
- 3 Entretiens sur l'eutonie avec Alexander Gerda ; Violeta Hemsy de Gainza, (traduction française de Raymond Murcia) 1983 Buenos Aires Paidos, Dervy 1997 Paris

Sur le kinomichi :

- 3 Roumanoff Daniel La pratique du kinomichi avec Maître Noro ; critérium ; 1992
- 4 Murcia Raymond Du mouvement à la création - rencontre avec Masamichi Noro ; Dervy ; 1996

Autres :

- 5 Billeter Jean François Leçons sur Tchouang-Tseu ; Allia ; 2002
- 6 Billeter Jean François L'art chinois de l'écriture ; skira ; 1989
- 7 Billeter Jean François Philosophie n°44 ; Ed Minuit ; 1994
- 8 Buber Martin Je et Tu ; Aubier ; 1969
- 9 Jullien François Procès ou création ; poche ; 1989 - 1996
- 10 Jullien François Eloge de la fadeur ; poche ; 1993
- 11 Jullien François Le détour et l'accès ; Grasset ; 1995
- 12 Jullien François Fonder la morale ; poche ; 1998
- 13 Jullien François Un sage est sans idée ; seuil ; 1998
- 14 Jullien François Penser d'un dehors (la Chine) ; seuil ; 2000
- 15 Jullien François De l'essence ou du nu ; seuil ; 2000
- 16 Laplantine François Je, Nous et les Autres ; le pommier ; fayard ; 1999
- 17 Merleau-Ponty Maurice Causeries 1948 ; seuil ; 2002
- 18 Merleau-Ponty Maurice Le primat de la perception et ses conséquences philosophiques ; cynara ; 1989
- 19 Moreau Marcel Lecture irrationnelle de la vie ; ed complexe ; 2001
- 20 Roustang François Qu'est ce que l'hypnose ? ; ed minuit ; 1994
- 21 Roustang François La fin de la plainte ; ed Odile Jacob ; 2000

22 DT Suzuki et al. Bouddhisme Zen et psychanalyse ; PUF ; 1971

23 Varela Fransisco Quel savoir pour l'éthique ? ; ed de la découverte ; 1996