



Table des matières

la conscience

A - Saisie globale :

- conscience psychologique
- conscience morale
- conscience connaissance
- états de conscience
- niveaux de vigilance.

B - Domaine restrictif de l'eutonie :

- de la conscience connaissance à la « conscience présence »
- en marge du niveau sophro-liminal.

C - Des exemples pouvant aider à situer la conscience dans la pratique de l'eutonie :

1 - Multiconscience et globalité :

- processus d'alternativité et de simultanéité
- état optimal de conscience en fonction de l'événement et de la réceptivité du sujet.

a - exemple simple : l'escalier.

b - cas des athlètes de haut niveau (Yves PIERRE).

c - exemples pris dans l'activité individuelle - influence de la polyconscience sur les combinaisons et les effets immédiats dits « déterministes » (fig. 1 à 6).

2 - Types de manœuvres pouvant créer des phénomènes entraînant des réactions à effets additifs : notions de convergence (fig. 7 et 8)

3 - Conscience et image :

a - conscience-présence en ligne prolongée : réalité et image (fig. 9).

b - le circuit à partir du contact des doigts : une réalité qui se prolonge dans le rayonnement (fig. 10).

4 - Le contact, forme différenciée ou forme élaborée ou substratum de la conscience-présence?

- Évocation du contact dans ses modalités, conscience-présence et contact : qui est qui, qui mène qui?
- La persistance d'un phénomène de contact (fig. 11a et 11b).
- tentative d'interprétation. Cas particulier de la fig. 12.

5 - La conscience-présence dans les faits de mémoire tels que nous les recevons en eutonie :

- La réalité sensorielle, fondement de la conscience-présence-mémoire.

a - de la mémoire à très court terme...

b - à la mémoire à plus long terme :

- où la conscience-présence-mémoire sert de support à des modes d'utilisation dans la pratique individuelle (fig. 13 et 14).
- où l'expérience réalisée à la périphérie aide à découvrir d'autres régions plus profondes (fig. 15 et 16).
- où l'espace intérieur se manifeste par une « expression » originale de la peau (fig. 17).

6 - Appréhender le mouvement eutonique par la conscience-présence dans son approche « flexible » et dynamique :

a - exemples d'approche sensible du mouvement allant dans le sens de l'économie de l'effort, à l'aide d'une motricité particulière (fig. 18 et 19).

b - conscience-présence, agent organisateur du rythme et de la forme, nous permet de pénétrer l'intimité du mouvement et de nous imprégner de l'harmonie qu'il suscite :

1 - jouer avec le dessin... (fig. 20).

2 - ...trouver deux modalités de dessin... (fig. 21).

- libre
- avec la « pré-vision »
- 3** - ... en trouver trois (fig. 22 et 23).
anté-rétro
- 4** - des analogies...
- 5** - ... et des particularités (fig. 24).
- c** - l'évocation du « repousser » (fig. 25 et 26).
- d** - l'évocation du rayonnement.
- e** - l'évocation des « études ».

7 - Conclusion :

- Appendice :

- 1** - Contact.
- 2** - Thème sur la courbature.
- 3** - Études.
- 4** - Originalité du mouvement eutonique.
- 5** - Différents modes d'action.
- 6** - Sur les études.
- 7** - Mémoire d'un percept primaire.
- 8** - Percevoir plusieurs choses à la fois.
- 9** - Mémoire d'expériences antérieures.
- 10** - Sémantique.

- Bibliographie

« Le réel n'est ni orthodoxe
ni hétérodoxe, il EST »

Marcel JOUSSE