

Association professionnelle suisse de l'eurythmie thérapeutique

Eurythmie thérapeutique

Identification de la méthode

Sommaire

Association professionnelle suisse de l'eurythmie thérapeutique	1
1 Désignation de la méthode	4
2 Description succincte de la méthode	4
3 Historique et philosophie	5
3.1 Historique	5
3.2 Philosophie	6
3.2.1 Approche goethéaniste	7
3.3 Approche par la science de l'esprit anthroposophique	7
3.3.1 L'image primordiale de l'organisme humain	8
3.3.2 Le Verbe, principe créateur	9
4 Modèle théorique de base	9
4.1 Image de l'être humain	9
4.1.1 Eléments constitutifs	9
4.1.2 Tripartition fonctionnelle	10
4.1.3 Le concept de constitution	10
4.1.4 Aspects touchant le développement	11
4.2 Santé et maladie	11
4.3 Bases et arrière-plans de l'eurythmie thérapeutique	11
4.3.1 Désignations	11
4.3.2 Forces formatrices	12
4.3.3 Langage audible	13
4.3.4 Langage visible	13
4.3.5 Chant visible	13
4.3.6 Eléments de la gestuelle eurythmique	14
4.3.7 Eventail des compétences	14
4.4 Description des gestes d'eurythmie thérapeutique	14
4.4.1 Mouvements des jambes et aspects de la structure temporelle	15
4.4.2 Mouvement et conscience	15
5 Formes du bilan eurythmique	18
5.1 Entretien	18
5.2 Bilan général non verbal	18
5.3 Analyse du mouvement spécifique à l'eurythmie thérapeutique	18
5.3.1 Description sommaire des aspects de l'analyse de la forme et du mouvement	19
5.4 Evaluation	19
6 Plan de la thérapie	20
6.1 Eléments systémiques fondamentaux de l'eurythmie thérapeutique	20
6.2 Eventail de l'action des consonnes	21
6.3 Eventail de l'action des voyelles	22
6.4 Autres éléments du langage	22
6.5 Eventail de l'action des éléments musicaux	23
6.5.1 La mesure	23
6.5.2 Le rythme	23
6.5.3 La mélodie	23

6.5.4	Les intervalles	23
6.5.5	L'harmonie	24
6.5.6	Possibilités d'application thérapeutique	24
6.6	Rencontre et structure de la relation	25
6.6.1	Exercice et intégration	26
6.6.2	Activité individuelle	28
6.6.3	Durabilité	28
6.6.4	Transfert	29
7	Limites de l'application de la méthode, contre-indications	30
8	Ressources spécifiques à la méthode	30
8.1	Bases philosophiques épistémologiques	30
8.2	Education de la perception	30
8.3	La science de l'esprit, fondement de la médecine anthroposophique	31
8.4	Fondements eurythmiques	31
8.5	Compétences spécifiques à l'eurythmie thérapeutique	31
9	Positionnement	32
9.1	Rapport de la méthode avec la médecine complémentaire et académique	32
9.2	Distinction de la méthode par rapport à d'autres méthodes ou professions	32
9.2.1	Eurythmie artistique	32
9.2.2	Eurythmie sociale et d'entreprise	32
9.2.3	Eurythmie pédagogique	33
9.2.4	Eurythmie artistique, discipline mouvement et danse	33
9.2.5	Thérapie de mobilisation par la physiothérapie	33
9.2.6	Astrologie	33
9.2.7	Psychothérapie et thérapie basée sur l'entretien	34
10	Structure et étendue de la part spécifique de la méthode dans la formation TC	35
10.1	Bases de la méthode – Qualification de base	35
10.1.1	Savoir théorique	35
10.1.2	Capacités pratiques	35
10.2	Approfondissement de la méthode – Qualification thérapeutique spécialisée	36
10.2.1	Savoir théorique	36
10.2.2	Capacités pratiques	36
10.3	Branches secondaires	37
10.4	Facultatif	37
10.5	Connaissances en médecine liées à la spécialisation	37
10.6	Connaissance de l'arrière-plan	37
10.7	Durée de la formation	37
10.7.1	Formation de base : contenu et nombre d'heures de cours	37
10.7.2	Formation spécialisée : contenu et nombre d'heures de cours	38
10.7.3	Durée totale de la formation	39
11	Bibliographie	40

Afin de ne pas alourdir le texte, seule la forme masculine a été prise en considération. Il est évident qu'il s'agit toujours des personnes des deux genres.

1 Désignation de la méthode

En Suisse, la désignation de la méthode est « Eurythmie thérapeutique ».

On trouve parfois encore l'ancienne dénomination « Eurythmie curative » mais celle-ci n'est plus usitée aujourd'hui.

2 Description succincte de la méthode

L'eurythmie thérapeutique, en tant que thérapie du mouvement fondée sur la science de l'esprit, fait partie de l'offre thérapeutique de la médecine anthroposophique.

Celle-ci a été développée par Rudolf Steiner, docteur en philosophie avec Ita Wegman, docteur en médecine, et en collaboration avec d'autres médecins au début du 20e siècle.

Les exercices d'eurythmie thérapeutique se distinguent par le fait que les mouvements qu'elle utilise découlent des lois dynamiques de la formation et de la structure du langage humain et de la musique.

Les mêmes lois sont actives dans la formation et le développement de l'organisme humain et dans ses fonctions organiques physiologiques.

Les exercices d'eurythmie thérapeutique agissent de manière systémique et directe sur les forces d'autorégulation de l'être humain sur le plan corporel, psychique et spirituel.

Les mouvements eurythmiques sont exécutés normalement avec les bras et les jambes, les mains et les pieds et sont complétés par des sauts, des rythmes et des variations de cadence ainsi que des mouvements dans l'espace.

En règle générale, on ne travaille pas par le toucher. En cas de nécessité, les mouvements peuvent également être exécutés en position assise ou couchée, le thérapeute complémentaire « Méthode eurythmie thérapeutique » pouvant guider les mouvements du client pour stimuler son autoperception.

L'eurythmie thérapeutique peut être utilisée comme mesure unique ou soutenir et compléter un traitement médical.

Elle peut être appliquée à tout âge, du nourrisson à la personne âgée. Elle a lieu exclusivement en séance individuelle.

Par l'eurythmie thérapeutique, on traite des maladies organiques à caractère dégénératif, inflammatoire ou tumoral ainsi que des troubles fonctionnels et les maux qui en découlent. L'interaction entre les processus organiques et psychiques permet de traiter également des maladies psychosomatiques et psychiques ainsi que les troubles du développement.

Les mouvements d'eurythmie thérapeutique stimulent la compétence personnelle et les propres forces de rétablissement. Le client est instruit individuellement et selon ses besoins et ses possibilités pour qu'il apprenne les mouvements d'eurythmie thérapeutique et la manière de les rendre efficents.

Un aspect important de l'activation des forces d'autoguérison est l'éducation de l'autoperception et de l'attention spécifiques à la méthode.

La pratique autonome et régulière fortifie l'initiative personnelle du client de contribuer de manière autoresponsable à l'amélioration de ses troubles. L'effet ainsi que la durabilité de l'intervention de l'eurythmie thérapeutique s'en trouvent renforcés.

Le client développe une prise de conscience de la relation entre ses troubles et son mode de vie ainsi que des facteurs d'influence de son environnement social, climatique et géographique. Il est incité à prendre conscience de ses habitudes comportementales,

à les remettre en question, à se confronter au défi que constituent ses troubles et sa maladie et à faire face à la nouvelle orientation qui en résulte. Dans cette confrontation avec soi-même et ses conditions de vie, le client a la possibilité d'apprendre à connaître comment conserver la santé, comment naissent les maladies et comment il peut lui-même contribuer à sa guérison.

La rencontre avec l'arrière-plan systémique de la médecine anthroposophique peut faire découvrir de nouvelles perspectives pour la compréhension de sa propre biographie, ce qui favorise un sentiment de cohérence et peut libérer des forces de résilience.

3 Historique et philosophie

3.1 Historique

Les systèmes de médecine d'époques anciennes impliquaient une connaissance spirituelle des corrélations entre l'être humain, la nature et le cosmos.

En Europe, à la période de transition entre le Moyen-âge et les Temps modernes, le médecin et savant naturaliste Paracelse (1493-1541), un représentant éminent de ce savoir, pratique une telle médecine.

A la recherche d'une compréhension des interactions entre les organismes vivants, Johann Wolfgang Goethe (1749-1832) développe sa propre méthode d'observation des phénomènes de la nature ; il fait également des recherches sur les liens entre l'Homme, la nature et le Cosmos. Ses études le conduisent au développement d'une science de l'organisation du vivant. De plus, les dépassant, il développe au cours de ses recherches, une compréhension élargie de l'art.

De 1884 à 1887 à Weimar, Rudolf Steiner (1861-1925) publie les écrits scientifiques de Goethe. Dans ses introductions à ces écrits, il décrit et justifie conceptuellement et philosophiquement, le fondement de la contemplation active de Goethe comme étant l'élargissement nécessaire et valable des sciences de la nature purement matérialistes vers une orientation de la recherche scientifique intégrant les lois de l'évolution qualitative des organismes vivants.

En 1894, dans sa « Philosophie de la liberté – Résultats de l'observation de l'âme selon la méthode scientifique », Rudolf Steiner décrit en concepts philosophiques comment les limites de la connaissance postulées par Immanuel Kant peuvent être dépassées par un chemin de connaissance qui rend possible l'accès aux arrière-plans spirituels du monde manifesté.

Les étapes de ce chemin sont les degrés de connaissance nommés imagination, inspiration et intuition, tels qu'ils sont décrits dans la science de l'esprit anthroposophique (voir chapitre 3.3).

Les résultats de ses recherches, que Rudolf Steiner décrit dès 1900 dans ses écrits et ses conférences, replacent sur une nouvelle base les anciennes relations entre l'Homme, la Terre, et le Cosmos transmises par Paracelse et les approfondissant, il crée une science de l'Homme moderne et qui englobe la totalité de l'être humain.

Cette conception de l'être humain et du monde élargie par la cosmologie de la science de l'esprit est le fondement de la médecine anthroposophique et de l'eurhythmie thérapeutique.

A partir de 1912, Rudolf Steiner développe l'eurhythmie, un art du mouvement, et donne de premières indications pour l'application pédagogique et thérapeutique de certains de ses éléments.

En 1920, lors des premières conférences données aux médecins et par le biais de démonstrations eurythmiques, Rudolf Steiner décrit l'effet différencié des gestes des voyelles et des consonnes sur les différents domaines fonctionnels de l'organisme humain.

En 1921 à Dornach, dans le cadre du second cours aux médecins, Rudolf Steiner donne aux médecins, étudiants en médecine et à quelques eurythmistes présentes sept conférences sur l'eurythmie thérapeutique : le cours d'eurythmie thérapeutique ainsi nommé. Les bases pour une systématique de l'eurythmie thérapeutique y sont développées.

En 1922, dans le cadre de la semaine médicale à Stuttgart et suite à une demande croissante, Rudolf Steiner consacre encore une conférence à l'eurythmie thérapeutique.

Peu de temps après, le travail d'eurythmie thérapeutique est intégré dans l'école Waldorf, fondée en 1919 à Stuttgart / DE et dans l'Institut clinique thérapeutique fondé par la doctoresse Ita Wegman en 1921 à Arlesheim / CH (aujourd'hui Clinique Arlesheim SA). L'ouverture de l'institut de pédagogie curative Sonnenhof à Arlesheim suit en 1924.

Dans toutes ces institutions, l'eurythmie thérapeutique est appliquée dès le début et continue d'être développée en étant axée sur la pratique par Rudolf Steiner, docteur en philosophie, et Ita Wegman, docteur en médecine, en collaboration avec d'autres médecins.

En 1924 a lieu une série de conférences sur les fondements spirituels de la gestuelle eurythmique du langage. Il y est fait référence au zodiaque et des planètes comme archétypes du langage primordial.

En 1906 et entre 1920 et 1923, des conférences avaient eu lieu sur l'essence de la musique et l'expérience du son en l'être humain. Et encore en 1924, une série de conférences sur la traduction d'éléments musicaux en mouvements eurythmiques est donnée.

En 1925, peu de temps après le décès de Rudolf Steiner, le premier cours de formation d'eurythmie thérapeutique débute dans le cadre de l'Institut clinique thérapeutique d'Arlesheim.

Par la suite la médecine, la pédagogie et la pédagogie curative, la sociothérapie ainsi que l'eurythmie thérapeutique et l'agriculture biodynamique se répandent dans d'autres pays et par-delà les frontières de l'Europe. Ces impulsions pour un renouveau culturel sont aujourd'hui vivantes dans plus de 50 pays.

En 1969 est fondée l'association professionnelle suisse de l'eurythmie thérapeutique, la première association professionnelle d'eurythmistes thérapeutes au monde.

3.2 Philosophie

L'eurythmie thérapeutique se fonde sur un penser imagé et processuel interactif (perception imaginative et organique). Il permet une approche cognitive en trois étapes (voir chapitre 3.3) des processus de formation de la vie organique, de la formation d'un espace psychique intérieurisé et de la capacité intégrative de l'esprit. Les sources historiques de ce penser sont indiquées ci-après.

3.2.1 Approche goethéaniste

3.2.1.1 Compréhension de la nature

Sur le chemin d'une observation intérieurisée et vivante des phénomènes organiques, le processus de recherche originel développé par Goethe conduit à une compréhension élargie des organismes vivants dans leur relation avec le milieu naturel et cosmique.

En étudiant le développement des organes de plantes annuelles, Goethe développa l'idée que, dans la formation des différentes parties d'organes, l'être primordial, homogène de la plante (type ou image primordiale) s'exprime dans des formes différentes et dans une succession dans le temps. Sur ce chemin, Goethe décrivit les phases du développement du germe, de la tige, de la feuille, de la fleur et de la formation du fruit comme une suite évolutive de métamorphoses (transformations selon des lois et en vertu de la relation du type primordial et de son interaction avec le milieu). Comme tous les organes sont construits selon le même type de formation, la totalité est contenue en puissance dans chaque partie.

3.2.1.2 Compréhension de l'art

La base de la compréhension de l'art développée par Goethe est le principe qu'il doit faire apparaître à la vision sensible et l'expérience immédiate les lois secrètes du vivant et du spirituel agissant dans les manifestations de la nature en l'être humain, dans la Terre et le Cosmos.

Rudolf Steiner renoua avec cette compréhension de l'art et continua de la perfectionner par ses propres recherches. Se fondant sur celle-ci, il développa l'eurythmie en tant qu'art du mouvement et donna des impulsions pour une anthropologie fondée sur la plastique, la musique et le langage comme outil de formation pour la médecine et la pédagogie anthroposophiques.

Aussi la médecine anthroposophique se comprend-elle comme art de guérir et la pédagogie Waldorf / Steiner comme un art de l'éducation.

3.3 Approche par la science de l'esprit anthroposophique

En 1914, dans ses conférences sur les énigmes de la philosophie, Rudolf Steiner formule son questionnement fondamental pour le développement de la science de l'esprit anthroposophique comme suit : « Comment puis-je atteindre une conception du monde dans laquelle l'entité intérieure réelle de l'homme et de la nature sont toutes deux ancrées ? »

Dans son élargissement de la manière goethéenne d'observer et de penser, Rudolf Steiner décrit trois étapes de la connaissance qui rendent accessible une compréhension élargie de l'être humain dans son rapport évolutif avec les processus de la nature et le Cosmos.

La première étape, l'imagination, permet une approche intérieure en images de la sphère des forces formatrices et de vie. La deuxième étape, l'inspiration, conduit dans la sphère de l'écoute intérieure. La troisième étape, l'inspiration, conduit, grâce à l'élévation de l'activité spirituelle intérieurisée, à la perception de l'esprit agissant dans les manifestations du monde sensible.

Ce qui peut être trouvé grâce aux trois étapes de perception et formulé sous forme de pensées est accessible au penser dénué de préjugés et peut aussi être compris et utilisé comme une hypothèse de travail par celui qui n'a pas encore lui-même atteint ce niveau de connaissances.

3.3.1 L'image primordiale de l'organisme humain

Ce qui distingue l'esprit humain, c'est qu'il éprouve le besoin de comprendre le sens de sa propre existence en relation avec le monde qui l'environne. S'il peut trouver une telle relation, son besoin de cohérence élémentaire s'en trouve satisfait.

En partant des phénomènes sensibles, les investigations de la science de l'esprit mettent l'accent sur les processus d'apparition et de formation à l'origine de ce qui est et qui peuvent être trouvés par un travail spirituel. Cette voie permet de saisir et de reconnaître par l'esprit les interrelations intérieures et supérieures qui règnent dans la multiplicité des manifestations de la nature comme étant des totalités idéelles (prototypes, images primordiales, archétypes).

C'est également dans cette perspective que l'organisme humain peut être tout d'abord saisi comme une « idée vivante » en puissance.

Sur l'arrière-plan d'une évolution commune de l'Homme, de la Terre et du Cosmos fondée sur des lois, Rudolf Steiner développe les concepts cosmiques du zodiaque et des planètes pour caractériser l'être humain dans sa constitution spirituelle primordiale.

La loi de la polarité est à l'origine de l'existence de toutes les manifestations physiques spatiales. Il s'agit là d'une corrélation active systémique d'éléments de structure processuels dans le temps et générateurs de formes dans l'espace.

Les douze images primordiales des constellations fixes du zodiaque correspondent à la différenciation affinée de l'aspect structurel et de la forme devenu spatial avec les fonctions et facultés qui y sont rattachées. Les sept images primordiales de la sphère mobile planétaire correspondent à l'aspect processuel mobile et formateur se déroulant dans le temps.

Exemple

L'image primordiale des « Poissons » renvoie à la faculté fondamentale d'un être de pouvoir se déplacer. Celle-ci se modèle pour s'adapter à la vie sur la terre solide en créant les pieds conformes au type (prototype) homme.

A l'image primordiale « Soleil » appartient la possibilité fondamentale d'un échange entre un centre et une périphérie qui, en l'être humain, s'exprime dans le mouvement du sang avec la formation des vaisseaux et du cœur. Il se développe ainsi un système circulatoire fermé en soi, tout en étant ouvert à la respiration vers le haut et à l'activité métabolique vers le bas.

A côté du domaine de la formation conforme à l'image primordiale de la forme (gestalt) et de la fonction du type Homme, Rudolf Steiner attire l'attention sur les particularités de facultés et d'attitudes potentielles de l'âme humaine en lien avec celles-ci.

Exemple

A l'image « Lion » correspond la faculté de l'être humain de pouvoir s'enthousiasmer ; à l'image « Taureau », sa force d'agir, au « Scorpion » sa faculté de penser. L'image « Verseau » correspond à la possibilité de maintenir en équilibre ces trois facultés fondamentales que sont le penser, le ressentir et l'agir.

Il existe également des indications correspondantes pour l'étude des sept organes internes avec leur réflexion dans la sphère de l'âme qui leur est liée.

Exemple

La désignation « Mercure » correspond à la capacité de l'être humain de se ressentir comme soi et comme « ego ». Le poumon est l'organe concerné, sans

lequel l'être humain ne pourrait s'incarner sur la terre comme être individuel et qui respire.

Pour l'image de l'être humain de l'eurhythmie, ces attitudes et facultés primordiales ont été saisies en gestes eurythmiques et sont disponibles comme matériel d'étude pour une connaissance empirique de l'être humain

3.3.2 Le Verbe, principe créateur

Toutes les grandes cultures constituant l'histoire de l'humanité connaissent des mythes sur la création. Dans des images grandioses, ils décrivent des puissances spirituelles qui sont à l'origine du monde que nous connaissons aujourd'hui, de l'Homme et des forces qui y agissent.

On y comprend l'être humain comme étant un microcosme qui représente l'image des forces formatrices du macrocosme.

Dans l'Ancien et le Nouveau Testament ainsi que dans la culture védique de l'Inde ancienne, ces puissances créatrices pleines de sagesse étaient vécues et sont décrites comme les forces du Verbe et du son.

En eurythmie thérapeutique, on fait des recherches sur la force formatrice du Verbe en relation avec l'évolution et la fonction de l'organisme humain et, de ce fait, également avec la création de la forme humaine (gestalt). L'action de cette force est utilisée dans son efficacité dans un but thérapeutique.

4 Modèle théorique de base

4.1 Image de l'être humain

4.1.1 Eléments constitutifs

La désignation « éléments constitutifs » englobe les éléments physiques-énergétiques et psychiques-spirituels de l'être humain.

D'une manière générale, le terme de « corps » se réfère à une individualisation, dans le sens d'une organisation qui s'extrait de son environnement et acquiert une autonomie mais qui reste en interaction continue avec cet environnement.

Par le terme « corps physique » on entend les quatre catégories de la sphère perceptible par les sens : les substances minérales, les liquides, tout ce qui est du domaine du gazeux, c'est-à-dire de l'air, et la chaleur. Le corps physique de l'être humain rassemble ces éléments en une organisation individuelle et, par là, place l'être humain dans les conditions spatiales terrestres et le rend accessible à l'expérience sensible.

Le concept de « corps de forces formatrices » ou d'« organisation de forces formatrices » résume l'ensemble de tous les processus rythmiques-dynamiques se déroulant dans le temps, comme la nutrition, la croissance, la régénération et la reproduction. Cet élément de l'être humain constitue une organisation hautement complexe, créatrice de substances, qui se manifeste dans l'organisme liquide et traverse tous les processus organiques. C'est de cette sphère fonctionnelle que proviennent les forces d'autoguérison d'un organisme. Une partie de cette organisation constitue le fondement de l'activité de représentation et de penser ainsi que de la mémoire de l'être humain.

Le terme de « corps astral » désigne des forces de différenciation et de structure. Celles-ci limitent et régulent l'activité vitalisante du « corps de forces formatrices ». Du corps

astral partent les impulsions qui dirigent et régulent les flux de substances produits par l'organisation des forces formatrices et, en particulier, différencient les organes internes dans leur forme et fonction. Le corps astral est actif dans tous les processus liés à l'air ; il agit également par l'intermédiaire des structures neuronales. Sur le plan psychique, le corps astral génère la formation d'un espace intérieur et regroupe les sensations, les pulsions, les émotions et les sentiments. Il permet la conscience dans toutes ses nuances, de la conscience de veille en passant par la conscience de rêve jusqu'à la conscience de l'état de sommeil.

Le Je est de nature purement spirituelle, il évolue à travers les incarnations successives. Dans l'organisme terrestre de l'être humain, il se crée un outil : l'organisation du Je qui agit dans tous les processus de chaleur. Le Je intègre en une entité unique et singulière tous les éléments de l'être humain et à travers toutes les phases de transformation. Ce qui, dans la sphère psychique, est vécu comme le ressentir du Je et la conscience du Je et se comprend comme étant la personnalité, englobe tout ce qui se manifeste au cours d'une incarnation.

La totalité de l'être humain résulte de l'interaction systémique des éléments constitutifs esquissés ici avec les éléments organiques de base, en tenant compte de leur interaction permanente avec le milieu naturel, cosmique et psychosocial.

4.1.2 Tripartition fonctionnelle

L'organisme humain se différencie en sphères fonctionnelles organiques : système neurosensoriel, système rythmique (respiratoire et circulatoire) et système métabolique et des membres. Les fonctions fondamentales de l'âme, penser, sentir et vouloir et les différents degrés de conscience qui leur sont propres s'appuient sur ces bases organiques.

Ces trois systèmes organiques qui se retrouvent de manière différenciée dans tout l'organisme humain sont traversés et structurés différemment par les éléments constitutifs cités ci-dessus. Cette tripartition fonctionnelle initie une compréhension pour les corrélations psychosomatiques.

4.1.3 Le concept de constitution

Des points de vue touchant la constitution découlent de la corrélation différente entre les éléments constitutifs décrits ci-dessus et les circuits fonctionnels organiques.

Le type « mélancolique » découle du fait que les forces du corps physiques dominent ; quand l'organisation des forces vitales et formatrices domine, apparaît le type « flegmatique » ; le type « sanguin » découle de la prédominance de l'organisation astrale et le type « colérique » de celle de l'organisation du Je.

Si les processus liés à l'organisation neurosensorielle sont prépondérants, apparaît un excès de forme qui s'accompagne de processus sclérosants.

Si les processus métaboliques prédominent, il peut y avoir une formation de substance non dirigée qui peut aller jusqu'à un processus de dissolution et d'inflammation.

En regard aux deux autres systèmes, le système rythmique a une fonction équilibrante. S'il ne peut plus remplir pleinement cette fonction compensatoire, les processus liés aux deux autres systèmes deviennent prépondérants et cela de manière différenciée selon le type de constitution.

Des phénomènes se rapportant à la constitution peuvent s'extérioriser aussi bien dans le domaine physiologique que dans la vie de l'âme où ils touchent la sphère psychique du penser, du sentiment et de la volonté.

Les aspects constitutifs de l'être humain ne le déterminent pas, ils constituent le fondement sur lequel l'individualité déploie sa biographie.

4.1.4 Aspects touchant le développement

Au cours de la vie humaine, la structure de la corrélation complexe entre les éléments constitutifs se transforme dans le cadre de la constitution. Ainsi chez le nourrisson, les processus de construction et de croissance sont au premier plan au niveau corporel alors que chez la personne âgée, la stagnation et la déconstruction comme processus opposés à l'évolution psychique-spirituelle progressive sont prépondérants.

En tenant compte de la situation typique des éléments constitutifs durant les différentes phases du développement par rapport à la tripartition fonctionnelle, l'ensemble du développement physique et psychique peut également être considéré dans une perspective de cycles de sept ans. En correspondance à ceux-ci, les retards ou troubles du développement peuvent ainsi être interprétés de manière appropriée, accompagnés pédagogiquement, soignés par la médecine et la thérapie.

4.2. Santé et maladie

La disposition individuelle à la maladie repose sur la constitution d'un être humain.

La maladie apparaît quand, à l'intérieur des éléments constituants qui sont en lien les uns avec les autres de manière spécifique et complexe, se produisent des décalages qui font que le système dans son entier perdra l'équilibre qui lui est spécifique.

Dans ce cas, la perte de la fonction et la modification de la forme ont la possibilité d'aller dans deux directions : soit dans celle du durcissement / de la sclérose, soit dans celle de la dissolution / de l'inflammation. Les deux peuvent se manifester sur le plan physique-fonctionnel tout comme sur le plan psychique-spirituel.

Ainsi la santé résulte d'une activité propre à l'être humain, qui se déroule en processus et en permanence pour établir un équilibre entre toutes les tendances internes à la maladie et les facteurs de stress extérieurs.

Dans cette perspective, la guérison devient un acte créateur individuel qui englobe l'être humain dans sa totalité corps, âme et esprit et qui peut être soutenu par des mesures thérapeutiques.

Pour cela, l'attention doit se porter sur la compréhension de la situation individuelle dans la vie, sur la recherche du sens de la vie ainsi que sur la mobilisation des propres forces qui peuvent permettre de gérer la maladie avec discernement.

4.3 Bases et arrière-plans de l'eurhythmie thérapeutique

4.3.1 Désignations

La désignation « eurythmie » vient du grec et signifie approximativement « rythme harmonieux, équilibré et par conséquent beau rythme ».

L'ensemble de la gestuelle jaillissant selon ses propres lois de l'organisme du langage et des forces formatrices (voir chapitres 4.3.3 – 4.3.6) dans son ensemble est désigné par l'« eurythmie ».

Si l'on utilise des éléments du langage, on parle d'« eurythmie de la parole » et d' « eurythmie musicale » si l'on utilise des éléments musicaux.

4.3.2 Forces formatrices

Les forces formatrices sont la « substance soignante » de l'eurythmie thérapeutique.

Les forces formatrices sont tout aussi peu perceptibles que les forces de la gravitation, le magnétisme, l'électricité ou la force atomique. Cependant on peut étudier et décrire ces forces à travers leurs effets.

En premier lieu, les forces formatrices sont de nature générale, comme les règnes naturels du minéral, de l'aqueux, de l'aérien et de la chaleur. Dans la configuration d'un organisme singulier, elles sont concentrées en une organisation de forces formatrices.

Les forces formatrices agissent dans les processus se déroulant dans le temps et possèdent une force structurante qui leur permet d'intégrer dans les lois supérieures d'un organisme vivant les lois propres régnant dans les substances inorganiques isolées. Dans le domaine des organismes vivants, ces forces dirigent les processus physiologiques de construction et de déconstruction de façon à permettre que des morphologies vivantes puissent apparaître pour ensuite disparaître. En même temps, bien que les substances soient fréquemment échangées au cours d'une vie, les formes sont maintenues et les processus demeurent effectifs grâce à l'activité des forces formatrices. Quand l'organisme meurt, les forces propres aux substances reprennent le dessus et l'organisme se désintègre.

Les recherches en embryologie montrent que, par exemple, l'organe du cœur humain se développe progressivement à partir du flux et de la pulsation rythmés du sang (source : Appenzeller, Blechschmidt).

Comme le « chi » ou « qi » que connaît la philosophie orientale, les forces formatrices sont en lien avec les phénomènes de la physiologie vitale d'un organisme vivant. Elles fluent à travers les sphères du minéral, du liquide et de l'aérien jusque dans celui de la chaleur qui pénètre et englobe tout.

Les forces formatrices fluent en structures sonores rythmées et dynamiques-plastiques telles qu'on les connaît de la recherche en aérodynamique et sur l'écoulement des fluides.

En cela les forces formatrices font partie du corps énergétique-vital des organismes vivants et peuvent être comprises comme étant celles qui structurent les processus des forces de régulation et donc de celles qui produisent les forces d'autoguérison de l'organisme.

Les forces formatrices de l'organisme humain agissent de manière globale, c'est-à-dire qu'elles agissent aussi bien sur le plan corporel-organique que sur le plan psychique-spirituel. Une pensée structurée a une forme tout comme un os ou un autre organe. Un processus physiologique présente aussi une structure dans son déroulement tout comme une suite de pensées clairement conçues.

Du point de vue de la perspective idéelle, holistique et traduite en images, on peut dire que les forces formatrices sont les artisans des images primordiales (prototypes). (Voir chapitre 3.3.1).

4.3.3 Langage audible

Le langage humain retentit grâce au jeu combiné et hautement complexe de tous les éléments de l'organisme phonatoire humain (respiration, larynx et cordes vocales, cavité buccale et organes de l'articulation).

Lorsqu'on parle, des formes dynamiques apparaissent dans l'air, en particulier devant la cavité buccale. Déjà en 1924, Rudolf Steiner avait recommandé de rendre visibles par la fumée ces structures fugitives de l'air apparaissant quand on parle et de les étudier (source : Maintier et Zinke).

Le langage se subdivise en consonnes et voyelles. Pour les consonnes, on peut trouver douze, pour les voyelles sept groupes primordiaux (prototypes) qui, selon les langues, développent des variations et des transitions.

Chacun de ces types de sonorité ou prototype produit une structure de force cinétique vivante caractéristique.

La complexité des formations de tourbillons et de turbulences dynamiques produites par la parole correspond aux résultats des recherches scientifiques sur la mécanique des fluides (source : Maintier).

La recherche moderne sur le chaos se préoccupe également de cette sorte de systèmes dynamiques où n'apparaissent pas de rapports linéaires. Ces formes processuelles dynamiques hautement complexes sont, encore aujourd'hui, inaccessibles au calcul mathématique. Ce sont des énergies cinétiques qui sont à leur origine et que la science de l'esprit anthroposophique nomme « forces formatrices » (source : Maintier).

4.3.4 Langage visible

Selon l'idée goethéenne de la métamorphose, les lois des forces formatrices de la totalité d'un organisme se retrouvent dans chacune de ses parties.

Sur cette base, on peut voir dans la formation et la fonction des organes de la phonation, un regroupement et une condensation de toutes les tendances vers la forme et de toutes les forces formatrices agissant dans l'organisme humain.

De ce fait, l'organisme du langage humain constitue, à l'intérieur de l'organisme humain dans sa totalité, un microsystème où, dans sa structure différenciée, chaque phonème parlé devient une image audible des forces formatrices actives en lui.

Quand, selon l'idée de la métamorphose élargie par la science de l'esprit anthroposophique, on transpose les micromouvements de l'organisme du langage et donc en même temps, des forces formatrices qui en sont le fondement sur l'ensemble de l'organisme du mouvement humain, on obtient les mouvements de la gestuelle eurythmique.

4.3.5 Chant visible

Dans le domaine sonore et musical règnent des lois qui sont accessibles à l'esprit pensant par le biais des mathématiques et qui peuvent être ressenties en profondeur par une âme de musicien. Ces lois rythmiques, sonores et harmoniques traversent en les ordonnant tous les phénomènes de la nature et, par conséquent, également l'organisme humain.

Dans le sens de la science de la métamorphose de Goethe et de sa compréhension de l'art, la gestuelle de l'eurythmie musicale se comprend aussi bien comme une

concrétisation de la musique que comme une concrétisation des lois musicales qui édifient l'organisation humaine.

Par exemple, en relation avec les proportions de l'organisme humain, le rapport 2 :3 correspond au rapport que présente la formation des ailes du poumon : 2 du côté gauche, 3 du côté droit. Ce rapport s'exprime en musique dans la quinte.

Le chant rythmé est l'une des sources de l'évolution du langage humain ; c'est pour cette raison que l'on parle de « chant visible » en eurythmie musicale.

Dans le domaine de transition entre langage et chant apparaissent les sons diversement modulés des voyelles.

Alors que les éléments du langage, en particulier les consonnes, (voir chapitre 4.4.1.3) ont plutôt un caractère plastique, imagé, concret, (voir chapitre 3.3 – l'imagination), les éléments musicaux ainsi que les voyelles dans leur aspect qualitatif (voir chapitre 4.4.1.2) se révèlent à l'audition intérieure approfondie par une activité spirituelle (voir chapitre 3.3 – l'inspiration).

4.3.6 Eléments de la gestuelle eurythmique

Un geste eurythmique se compose de trois éléments : l'aspect du mouvement et de la forme, l'aspect tonique de la musculature impliquée et le ressentir des formes aériennes engendrées par le mouvement dans l'espace environnant proche du corps.

Dans le langage spécialisé de l'eurythmie, on désigne ces trois aspects par le « mouvement », le « caractère » et le « sentiment ».

Selon la théorie des couleurs de Goethe, l'éventail des couleurs se déploie entre la lumière et les ténèbres. Un mouvement étiré rayonne de clarté, un mouvement fléchi assombrit.

L'éducation de la gestuelle eurythmique consiste à apprendre à imaginer et à vivre, en un acte synesthétique, l'expérience de la couleur des trois aspects du mouvement. Il convient d'ajouter que chaque geste a un accord de trois couleurs qui lui est propre. Exemple : Pour le geste du « B », un bleu qui enveloppe pour l'espace environnant, un jaune rayonnant pour le mouvement et un rouge vigoureux pour le tonus musculaire.

De tout ce qui a été dit jusqu'ici, il ressort que les gestes eurythmiques se fondent sur la physiologie de l'organisme de forces formatrices humain. C'est pourquoi on peut comprendre qu'ils aient un effet salutogénique non spécifique sur l'organisme humain.

Pour des informations sur d'autres possibilités d'application des gestes eurythmiques voir le chapitre 9.2.1-3.

4.3.7 Eventail des compétences

Les thérapeutes complémentaires « Méthode eurythmie thérapeutique » sont formés pour appliquer aussi bien la gestuelle générale eurythmique dans un but salutogénique (voir chapitre 9.2.1-3) que les gestes d'eurythmie thérapeutique renforcés dans un but salutogénique et thérapeutique tels qu'ils sont décrits ci-après.

4.4 Description des gestes d'eurythmie thérapeutique

En eurythmie thérapeutique, les gestes eurythmiques tirés de la physiologie de l'organisme de forces formatrices humain ont subi des modifications spécifiques et ont été renforcés dans le but de leur application en thérapie.

La nature de ces modifications est décrite ci-après.

Contrairement à d'autres formes de pratique avec les éléments eurythmiques (voir chapitre 9.2.1-3), l'eurythmie thérapeutique se pratique en séances individuelles.

Le choix et le but des exercices d'eurythmie thérapeutique singuliers résultent de l'indication individuelle et du bilan eurythmique, spécifique à la méthode (voir chapitre 5).

4.4.1 Mouvements des jambes et aspects de la structure temporelle

Les mouvements eurythmiques des consonnes et des voyelles sont renforcés et ciblés dans leur action thérapeutique sur l'organisme par des mouvements spécifiques des jambes, y compris des sauts. Des exemples seront décrits ci-dessous.

Pour stimuler l'effet physiologique lié à l'organe, ils sont répétés pendant plusieurs minutes. La rythmicité et l'accélération du tempo ou un ralentissement ciblé y jouent un rôle important.

En eurythmie thérapeutique, les gestes correspondants à des phonèmes isolés peuvent également être combinés avec la marche décrivant des formes géométriques dans l'espace.

4.4.2 Mouvement et conscience

La conscience qui accompagne de manière spécifique les mouvements d'eurythmie thérapeutique est un facteur important de cette méthode.

L'activité de la pensée du client étant dirigée sur ce qui se passe au niveau du mouvement, une clarification a lieu intérieurement ; elle produit un renforcement de l'effet stimulant la guérison.

Cette clarification a lieu, d'une part dans un acte de réflexion par la création d'images, et de l'autre, par le ressentir corporel précis des systèmes musculaires impliqués dans le mouvement et du tonus musculaire.

Les aspects les plus importants sont explicités ci-après. Particulièrement ici vaut le principe qu'en chaque être humain sommeillent des facultés potentielles d'activation de ses ressources spirituelles et de maîtrise de son attention. Aussi le client individuel est-il abordé, accompagné et soutenu dans ce sens et en tenant compte de ses possibilités.

4.4.2.1 Exercices de voyelles

Dans le langage, les voyelles sont l'expression d'un vécu intérieur éveillé par les impressions venant du monde.

Exemple

L'exclamation spontanée « A » peut exprimer l'étonnement, la surprise qu'éveille le perçu jusqu'au sentiment d'impuissance douloureaux que peut provoquer une certaine impression.

Les gestes vocaliques eurythmiques ont un aspect structurel marqué qui se déploie dans la polarité « extension – arrondi ».

Exemple

Le geste de la voyelle « A » s'exprime dans la formation, par les bras ou les jambes, d'un angle s'ouvrant vers le haut ou le bas ; celui du « E » dans un croisement consolidant. Le geste du « I » consiste en une extension des bras partant du centre du cœur dans deux directions ; les forces antagonistes, les unes tirant vers le haut, vers la légèreté, et les autres tirant vers le bas, vers la pesanteur, doivent être soigneusement équilibrées. Le « O » s'exprime dans un arrondi englobant et limitant, le « U » dans une parallèle qui affermit et resserre.

Dans l'application d'eurythmie thérapeutique, l'accent est mis sur la perception consciente de l'aspect structurel de ces gestes et des forces formatrices à travers le ressenti différencié du tonus musculaire perçu dans la forme créée par les bras ou les jambes.

De plus, en eurythmie thérapeutique, les exercices vocaliques connaissent un déroulement précis où le parler, le mouvement et l'activité consciente de l'écoute intérieure consécutive sont exercés soigneusement.

Pour commencer, le client prononce lui-même plusieurs fois la voyelle choisie en s'écoutant avec attention. Puis le geste vocalique spécifique est formé successivement à différentes hauteurs, en allant du haut vers le bas, trois, cinq, sept fois ou plus. Ces mouvements sont ensuite effectués avec les jambes. Ils peuvent, selon les possibilités du client, être accentués par de légers sauts. Y fait suite une répétition des mouvements avec les bras. Pour terminer, le geste de la voyelle (extension, arrondi, etc.) est effectué avec élan à travers toutes les zones, en commençant lentement puis en accélérant jusqu'à une rapidité que le client peut encore maîtriser.

Pour terminer, cette activité extérieure intensifiée par la présence d'esprit est suivie, d'une phase de repos actif avec écoute intérieure consécutive et audition de la sonorité créée.

Dans le rapport 2 :1 du mouvement des bras et des jambes s'exprime le renforcement de l'effet sur l'organisme rythmique médian (région thoracique avec respiration et pulsation cardiaque) de l'être humain.

4.4.2.2 Exercices de consonnes

Dans le langage, les con-sonnes imitent en images sonores ce qui, dans la nature, se passe dans les quatre domaines du solide, du liquide, du gazeux et de la chaleur. De ce fait, les gestes consonantiques ont un caractère processuel imagé.

Exemple

Le geste de la consonne « R » illustre un mouvement roulant vers l'avant dans une pulsation rythmée entre densification et dissolution. On le retrouve, par exemple, dans le mouvement des lames qui déferlent et se brisent sur la plage.

Exemple

Le son « B » rend visible un geste qui s'extract d'une totalité pour former une nouvelle unité et imite le processus qui est nécessaire à cela, celui de former une enveloppe protectrice, consolidante. Ce principe formateur se retrouve dans la nature, par exemple dans la formation des bourgeons ou dans l'ordre des feuilles enveloppantes d'un chou.

Exemple

Le son « L » vit dans l'alternance rythmée entre réception qui attire vers soi en densifiant, retournement et élimination qui s'étend et dissout, tout en intégrant à la direction dans l'espace entre le bas et le haut l'aspect de transformation de la pesanteur en légèreté. On retrouve cette structure formatrice dans de nombreux processus vivant dans la nature, par exemple dans le cycle de vie d'une plante annuelle. A une densification qui a formé la graine succède un déploiement et une expansion différenciée et rythmée de la tige dans sa poussée, de la feuille et de la fleur. A cela succède d'une part, une réduction de la manifestation de la plante dans le dépérissement automnal et d'autre part, une nouvelle densification dans la formation du fruit et de la graine.

En eurythmie thérapeutique, le client a pour tâche de visualiser intérieurement la qualité du caractère imagé de la morphologie dynamique correspondant au geste d'une sonorité du langage, avant ou après l'exécution de son mouvement et par la suite, également en simultanéité avec le mouvement.

Exemple

Geste du « B » : Dans le cas idéal, le client exécute le mouvement enveloppant, comme décrit plus haut, avec les deux bras et ensuite avec une jambe après l'autre, cela tout d'abord lentement, plus tard avec un tempo accéléré durant quelques minutes. En le faisant, il ne doit toutefois pas se représenter le chou cité ci-dessus mais, en lien avec son activité corporelle, se faire une image intérieure du processus de formation correspondant au geste du B, comme décrit précédemment.

Exemple

Geste du « L » : On se représente que l'on se tient dans une pièce remplie d'« Eau de jouvence », les pieds posés dans la ligne des hanches, leur pointe légèrement tournée vers l'intérieur. Partant d'une position horizontale des bras, on prend cette « eau » des deux mains tournées vers le bas, tout en descendant quelque peu dans les genoux jusqu'à ce qu'ils se touchent. On saisit ensuite cette substance liquide en un geste qui rassemble et densifie pour la porter dans ses mains jusqu'à la hauteur du cœur environ. Là a lieu une brève interruption, précédant la naissance d'une impulsion de retourner les mains et de donner cette « eau » à l'entour, en un geste ruisselant et libérateur qui s'écoule à gauche et à droite depuis la hauteur du front.

L'impulsion au retournement est soutenue par un petit saut léger, les genoux serrés.

Pendant que latéralement les bras gauche et droit glissent lentement vers le bas, on descend lentement de la pointe des pieds pour poser les pieds à plat sur le sol, en s'accompagnant de l'image du ruissellement de tous côtés des « gouttelettes d'eau » réchauffées et illuminées par la lumière du soleil : on se tient dans un « vêtement de gouttelettes d'eau » au miroitement nacré. Cette image constitue une introduction à l'imagination de la force formatrice liée à la sonorité mentionnée ci-dessus.

Dans ce processus qui est décrit ici en images, la force de structuration du « L » devient intérieurement visible : un mouvement à la base de tous les processus de vie, un mouvement cyclique qui prend des substances, les intègre dans son propre organisme et finit par s'en délester en les excrétant.

Pour le renforcement thérapeutique en direction d'un déploiement de l'effet dans les processus métaboliques, l'intégration des mouvements des jambes est essentielle.

Etapes sur le chemin de l'autoperception en lien avec l'activité imaginative : Puis-je, en exécutant un mouvement isolé, développer une autoperception globale de mon corps en mouvement ? Puis-je percevoir comment le tonus musculaire se modifie à des endroits précis en cours de déroulement du processus ? Quel est le rapport de mon mouvement avec l'espace alentour ? Quelle est l'apparence du mouvement que j'ai fait, quelle structure et quelle dynamique a-t-il ? Puis-je en développer une perception globale, une image intérieure ?

Sur cette voie, le client, en développant ses facultés de vision intérieure, peut développer une image de la force formatrice à l'origine de la sonorité, ce qui renforce considérablement l'effet physiologique thérapeutique.

La relation entre mouvement et conscience, telle que décrite ici, a pour but d'amener le client à se percevoir ; en même temps, elle approfondit le lien avec les processus structurant l'énergie et les substances affinées (forces formatrices) qui sont à la base de ses fonctions corporelles-organiques, psychiques et spirituelles.

Elle ouvre l'accès à une approche de l'expérience des potentiels intérieurs, à l'autoréflexion ainsi qu'à la compréhension de sa situation personnelle et offre un chemin et des moyens pour prendre en mains son propre processus de guérison de manière globale.

L'intensification du sentiment d'identité et de cohérence qui en découle est partie intégrante du processus de traitement en eurythmie thérapeutique.

4.4.2.3 Compositions

Selon les besoins ou les indications, des gestes de sonorités isolées peuvent être combinés en suites de sons ; pour cela, l'adaptation de la composition entre impulsion de forme et impulsion de formation de substance doit être soigneusement pesée au regard du tableau des troubles, des possibilités individuelles et des besoins du client ainsi que du déroulement de la thérapie.

4.4.2.4 Pauses

L'observation ciblée de pauses (par exemple entre les exercices isolés, après une unité thérapeutique) et le travail de transformation par le sommeil nocturne sont d'autres facteurs importants qui contribuent à ce que l'effet thérapeutique puisse se déployer et se renforcer à l'intérieur de l'organisme.

5 Formes du bilan eurythmique

5.1 Entretien

Au cours de l'entretien, on relève les antécédents éventuels, également les résultats d'analyses et le diagnostic médical présents, les troubles actuels, les craintes, les peurs et les ressources du client ; l'entourage familial, professionnel et social y est également intégré.

5.2 Bilan général non verbal

Première impression générale, entre autres la voix, la respiration, le contact oculaire, la pression et la chaleur des mains, le teint et l'expression du visage, l'attitude, la démarche et la gestuelle, les mouvements spontanés et habituels, l'état émotionnel constitutif et les réactions spontanées, la manière de prendre contact et de communiquer.

Analyse physiologique générale du mouvement selon les points de vue de la motricité globale et fine et qui tient compte de l'âge, de la constitution, du tableau des troubles, respectivement de la maladie.

5.3 Analyse du mouvement spécifique à l'eurythmie thérapeutique

La formation spécifique du thérapeute complémentaire « Méthode Eurythmie thérapeutique » lui permet d'éduquer son propre organisme dans sa totalité de manière à ce qu'il devienne un instrument de perception empathique et doué de résonance.

Pour un « regard » éduqué ainsi, la manière de se mouvoir d'un être humain peut devenir le miroir de son état psychique et physiologique.

La structure dynamique de la mobilité rend visibles les unilatéralités qui se sont développées dans l'invisible du déroulement métabolique processuel vivant de l'organisme. C'est pourquoi l'attention doit être dirigée en particulier sur des unilatéralités dans l'image des mouvements, parfois seulement à peine ébauchées, subtiles mais évidentes.

5.3.1 Description sommaire des aspects de l'analyse de la forme et du mouvement

- Zones privilégiées et directions : le milieu, le haut et le bas ; mouvement ample ou proche du corps ; seulement avec les mains ou avec le bras entier ; intégration des doigts ; direction des mouvements : centrifuge / centripète, différences dans la latéralisation
- Relation entre pesanteur et légèreté dans l'image du mouvement et dans sa conduite ; manière d'intégrer l'espace alentour proche du corps
- Dynamique d'un mouvement et en lien avec elle, la capacité de moduler souplement le tonus (hypertonie ou hypotonie)
- Qualités du mouvement : anguleux ou doux, contracté ou coulant, nourri et arrondi ou tiraillé, agité et pointu
- Ampleur du vécu qualitatif du mouvement propre ou étranger (autoperception corporelle)
- Adresse, présence d'esprit et capacité de concentration et de coordination
- Planification du mouvement et capacité d'intégration, capacité de suivre un rythme, capacité d'appréhension de la forme d'un processus se manifestant dans le temps

5.4 Evaluation

Dans la description et l'évaluation des mouvements d'eurhythmie thérapeutique effectués par le client, on considère, en plus du point de vue anatomique et physiologique, surtout l'aspect qualitatif et processuel rythmé d'un mouvement ou d'une suite de mouvements, tout en y incluant sa manière de gérer l'éventail des émotions et de régir sa propre conscience.

Pour cela, il convient de focaliser l'attention sur les tendances à l'unilatéralité qui, causées par la constitution, les troubles ou la maladie, apparaissent dans les mouvements, en particulier dans la démarche, la cadence du pas, l'attitude et la relation à l'espace alentour ainsi que dans la manière de former les gestes en soi.

Dans l'évaluation, les phénomènes présents sont compris comme l'expression de l'activité des éléments constitutifs et mis en relation avec la discordance entre ces éléments et les circuits fonctionnels organiques qui est typique du tableau de ces troubles.

Les deux éléments constitutifs « corps astral » et « organisation du Je » ont une fonction qui donne forme, différencie et intègre, aussi bien sur le plan physiologique que sur le plan psychique. Les deux éléments constitutifs « organisation de forces formatrices » et « corps physique » sont engagés dans la formation de substances (voir chapitre 4.1.1).

Si le bilan complet montre des tendances allant dans l'une ou l'autre direction, les exercices d'eurhythmie thérapeutique que l'on choisira d'appliquer seront orientés en conséquence.

Exemple

Varices comme symptôme et trouble. En éliminant par la chirurgie la veine dégénérée, le trouble présent disparaît. Or si l'on n'entreprend pas un travail systémique sur les causes de cette dégénérescence, on verra probablement tôt ou tard apparaître la prochaine varice.

Pour le système thérapeutique du travail avec les forces formatrices, la tâche est la suivante : à l'arrière-plan il y a une prépondérance des forces de pesanteur. De ce fait, dans le courant sanguin, le flux dynamique dans le système veineux est ralenti. En même temps, il s'est développé une atonie générale qui touche également la musculature des jambes, ce qui fournit de la place pour la dilatation de la veine.

Cette situation peut se refléter dans une lourdeur marquant le tableau de la mobilité dans son ensemble et pouvant aller jusqu'à la maladresse avec une réduction de l'agilité, dans une force de structure réduite de gestes isolés, dans une mauvaise saisie de la périphérie, à savoir des mains / doigts et des pieds / orteils, éventuellement liée à une sensation de froideur.

En travaillant avec des exercices d'eurhythmie thérapeutique qui d'une part, reconnectent l'ensemble de l'organisme liquidien et donc, également le courant sanguin aux forces ascendantes de la verticalité et d'autre part, contribuent à tonifier la musculature soutenant les veines, on peut, selon le stade de dégénérescence, combattre la progression de cette dernière (varice) ou empêcher la formation d'une nouvelle varice.

C'est au thérapeute spécialisé que revient la compétence d'élaborer, conformément à son bilan, une composition englobant des éléments qui donnent une forme (voyelles), des éléments qui forment des substances (consonnes) ou qui soutiennent les processus (éléments musicaux).

Si, par exemple, des réactions exagérées ou indésirables apparaissent, celles-ci peuvent être équilibrées, corrigées ou réprimées par des exercices d'eurhythmie thérapeutique appropriés.

La prise en compte des observations, expériences et questions du client dans le processus thérapeutique commun est décrite au chapitre 6.6.

6 Plan de la thérapie

6.1 Eléments systémiques fondamentaux de l'eurhythmie thérapeutique

L'eurhythmie thérapeutique représente un système thérapeutique qui travaille avec l'action de forces formatrices. Celles-ci sont comprises comme une base essentielle des forces d'autoguérison de l'organisme humain.

Parce que les mouvements d'eurhythmie thérapeutique découlent de la physiologie de l'ensemble de l'organisme de forces formatrices, elles ont un effet systémique global.

La régulation des processus vitaux concerne des processus structurants concrets dans la rencontre entre formation de substances et leur dissolution, entre structuration de processus physiologiques et octroi de la forme.

En cela, les effets des forces formatrices consonantiques sont liés à la construction et la déconstruction de substances. Les effets des forces formatrices vocaliques représentent le côté de la forme ; les éléments musicaux régulent les aspects processuels de l'activité et de la communication proprement dites des organes.

6.2 Eventail de l'action des consonnes

Les gestes consonantiques, formant un éventail de douze effets de forces formatrices agissantes, sont à la base de la déconstruction des substances étrangères ingérées dans le tractus digestif. Cette activité comprend aussi bien l'excration de substances non intégrables que la construction des propres substances du corps. Dans l'organisme de l'enfant en cours de croissance, les forces formatrices consonantiques peuvent agir jusque sur la formation de la tête ; dans l'organisme adulte, elles agissent dans la régénération, le maintien des substances et la plastique des organes.

En eurythmie thérapeutique, les gestes consonantiques déplient leur effet avant tout par l'intermédiaire du système métabolique et des membres. Le geste choisi peut avoir un effet stimulant, calmant ou équilibrant sur les processus de formation de substances.

Les gestes consonantiques de l'eurythmie thérapeutique exercent une action vivifiante qui renforce le champ énergétique de l'être humain, pour autant que l'organisme individuel puisse trouver une relation ouverte et mobile avec l'environnement extérieur. Sur le plan psychique apparaissent une décrispation et une détente.

Les gestes consonantiques peuvent être regroupés selon différents points de vue : selon la région d'émission (sonorités labiales, dentales, palatales ou gutturales) ; selon la voyelle co-articulée (Be, eM) ou selon leur rapport qualitatif avec les quatre éléments en l'être humain : les consonnes occlusives avec l'élément solide, « L » avec l'élément liquide, « R » avec l'élément aérien et les consonnes sifflantes avec l'élément chaleur.

Cette classification se fonde sur des interrelations physiologiques et ont une fonction correspondante dans leur action sur la totalité de l'organisme humain.

Les gestes des consonnes occlusives (par exemple B, G, D) ont une action qui centre, qui marque des limites ; les gestes des sifflantes (par exemple F, S, H) une action qui délie, qui se donne. Les gestes des consonnes R et L se situent au milieu et ont un caractère médiateur rythmique, pulsant. Ils peuvent être utilisés pour la régulation de processus rythmiques dans l'organisme, par exemple du péristaltisme (sonorité L) ou la régulation des processus rythmiques en général : par exemple l'alternance entre la veille et le sommeil, les problèmes d'endormissement (sonorité R).

La région de la cavité buccale, avant tout la région d'émission d'une sonorité (lèvres, dents, palais), est en corrélation avec les forces de l'âme que sont le sentiment, le penser et la volonté. Si, en eurythmie thérapeutique, on utilise une sonorité dentale (par exemple le S), cette dernière, en correspondance avec le penser, a une force qui donne forme avec fermeté et, par là, contient des processus vitaux débordants.

Exemples de l'action thérapeutique des consonnes

Le geste « L » peut être utilisé en cas de troubles du péristaltisme, en particulier intestinal. D'autre part, son action peut également faire retrouver une légèreté à des processus tombés dans la pesanteur : combattre une constipation due à une paresse de l'intestin voire des processus d'épaississement dans le courant sanguin ou lymphatique engendrant des dépôts de substances.

Le geste « B » déploie son efficacité là où a lieu, après le passage dans le sang des substances nutritives provenant de l'intestin, la régulation de la formation des propres substances du corps. Dans ce contexte, on lui donne la préférence pour la régulation de l'activité rénale où, à l'inverse, les substances inutilisables pour la formation des propres substances du corps doivent être éliminées dans l'urine.

6.3 Eventail de l'action des voyelles

Les gestes vocaliques, qui se déploient en un éventail de sept actions de forces formatrices, sont à la base de tous les processus rythmiques et respiratoires de l'être humain.

Dans ces processus structurant le temps se trouvent les forces qui, dans l'action dynamique du métabolisme, maintiennent les formes et surfaces des organes, quand bien même dans l'organisme vivant, les substances sont constamment remplacées.

Les gestes vocaliques de l'eurhythmie thérapeutique déploient un effet d'ordre et de structure en particulier par l'intermédiaire des organes du système rythmique.

Dans leur ensemble, les gestes vocaliques de l'eurhythmie thérapeutique ont un effet de contraction et de densification sur le champ énergétique de l'être humain. Ils soutiennent la capacité de consolider les organes et de développer des forces de résistance. Ils suscitent l'éveil dans la sphère de la conscience.

Exemples de l'action thérapeutique des voyelles

Les gestes des sonorités « U » et « I » agissent jusque sur la statique et la dynamique de l'organisme humain. Le geste du « I » soutient l'être humain dans la capacité de se dresser dans l'attitude verticale qui lui est propre en dominant la pesanteur qui le tire vers le bas. En même temps, il améliore la stabilité et la mobilité de la colonne vertébrale et accroît la sûreté de la démarche en confrontation avec les forces d'équilibre. Par le biais de son effet stimulant sur la circulation sanguine, le geste de cette sonorité a un effet de réchauffement qui va jusqu'à la périphérie des mains et des pieds, ce qui permet une meilleure perception des membres. Le geste de la sonorité « U » soutient le raffermissement des tissus jusque dans les structures minéralisées de l'os et, par la perception et l'activation conscientes de la musculature des jambes, il a une action sur la pompe musculaire – retour veineux. Les conséquences en sont la sûreté et l'endurance dans la station debout par exemple, car qui a des jambes lourdes et des veines qui lui causent des douleurs lancinantes ne se tient pas volontiers debout.

Le geste du « A » est utilisé quand les forces de résistance de l'organisme humain doivent être stimulées. La capacité de résistance veut également dire que l'on est capable de s'affirmer, grâce à la réflexion que permet la liberté humaine, face à la ruée d'impressions de toutes sortes (venant soit de l'extérieur par les sens, soit de l'intérieur quand les processus organiques agissent en s'élevant dans l'espace animique). L'action du geste « A » touche le domaine de la régulation émotionnelle, le contrôle des émotions et des pulsions. L'état émotionnel basique est étroitement lié à des circuits fonctionnels organiques : par exemple une faim extrême ou une pulsion sexuelle non assouvie peut conduire à des actes passionnels irréfléchis.

Les gestes du « O » et du « E » sont utilisés pour la régulation des processus de croissance.

6.4 Autres éléments du langage

Les formes élémentaires de la pensée et les états d'âme primaires sont immanents au penser et au parler de l'être humain et reposent sur des bases organiques fonctionnelles.

Cette composante du langage peut également être concrétisée en eurythmie, par des gestes, positions des pieds, attitudes et formes dans l'espace.

Dans l'application renforcée pour la thérapie, ils sont liés, entre autres, à des gestes vocaliques ou consonantiques.

6.5 Eventail de l'action des éléments musicaux

Les éléments musicaux subdivisent et structurent le flux du temps. En soutenant la régulation des fonctions organiques et la communication des organes entre eux, ils agissent dans tous les processus de l'organisme humain soumis au temps.

Les mouvements musicaux d'eurhythmie thérapeutique jaillissent de l'organisation humaine selon des lois propres tout comme les mouvements du langage. S'ils sont exécutés avec une participation et une activité intérieures, ils ont un effet physiologique et psychosomatique même sans accompagnement musical audible. L'effet thérapeutique est obtenu indépendamment du fait que le client ait une formation ou une culture musicale ou non.

D'autre part, concernant l'effet thérapeutique, la règle suivante est également valable ici : pour éveiller une résonance dans l'organisme, les mouvements isolés ou les suites de mouvements doivent être exécutés durant plusieurs minutes sans interruption.

Les éléments musicaux utilisés de préférence en eurhythmie thérapeutique sont la mesure, le rythme, la mélodie, les intervalles et l'harmonie.

6.5.1 La mesure

Polarité : fort ou accentué / faible*. Les mouvements d'eurhythmie thérapeutique concernant la mesure sont des exercices de pas, où la partie gauche (faible) et la partie droite (fort) du corps sont ressenties dans l'alternance fort / faible et selon la mesure. Le degré élevé d'activité intérieure accompagnant le changement et la création de l'équilibre conscients entre ces deux polarités est essentiel.

6.5.2 Le rythme

Polarité : veille / conscience et sommeil / processus vitaux. L'élément long du rythme conduit en déliant dans l'espace dorsal, l'élément court en éveillant dans l'espace avant. En même temps, les bras exécutent un mouvement ample pour l'élément long et un mouvement concentrant et éveillant jusque dans la position des doigts pour l'élément court.

6.5.3 La mélodie

Polarité : lumière et ténèbres. Tandis que le degré de clarté est ressenti intérieurement, les bras accompagnent ce sentiment en suivant la montée de la mélodie vers le haut (lumière) et sa descente vers le bas (ténèbres). Le dos complet et la force intérieure de se redresser sont intégrés dans la respiration de cette alternance.

6.5.4 Les intervalles

Pour chaque intervalle, il existe un mouvement spécifique et un rapport avec les os du squelette de la ceinture scapulaire et des bras : par exemple, la prime repose dans la clavicule ; la seconde conduit dans le bras par l'articulation de l'épaule, la tierce aux deux os de l'avant-bras : radius et cubitus, etc.

* En français, les termes de pesanteur (Schwere) et de légèreté (Leichte) mentionnés dans la version allemande ne sont pas utilisés pour la mesure.

6.5.5 L'harmonie

Celle-ci tisse avec dynamisme entre les processus qui sont lumineux et qui délient et ceux qui obscurcissent et densifient. Le mouvement « majeur » prend son départ dans la clavicule droite, le « mineur » dans la gauche.

Relation des éléments musicaux avec les circuits fonctionnels organiques et les facultés de l'âme :

Domaine organique fonctionnel	Faculté de l'âme	Elément musical
Organisation neuro-sensorielle	Percevoir et penser	Mélodie
Système rythmique avec respiration et circulation sanguine	Ressentir Sympathie / Antipathie	Lois, rapports aux lois de l'harmonie / intervalles, majeur / mineur
Métabolisme et mouvement	Force de volonté et action	Rythme et mesure

6.5.6 Possibilités d'application thérapeutique

6.5.6.1 La mesure

Dans l'écoulement du temps, la mesure crée une subdivision pondérée en temps lourds et accentués et temps légers non accentués (en français, on utilise plutôt « temps forts et accentués et temps faibles non accentués»).

Ainsi les mouvements spécifiques de la marche en mesure conduisent à une confrontation différenciée avec la légèreté et la pesanteur de son propre corps en relation avec le temps qui s'écoule avec constance.

En plus d'une éducation affinée de l'équilibre, les exercices liés à la mesure peuvent avoir une action régulatrice sur l'aspect mobile de l'activité intestinale (péristaltisme ainsi que mouvements de segmentation et de mélange de l'intestin grêle) et soutenir les mouvements d'eurhythmie thérapeutique consonantiques indiqués pour ce domaine.

6.5.6.2 Le rythme

Avec les éléments rythmiques apparaît une subdivision variée du flux temporel en éléments courts et longs. Les mouvements sont exécutés aussi bien par les bras que par les jambes. Les mouvements rapides des éléments courts ont un effet qui tonifie, éveille et active et les mouvements ralenti des éléments longs un effet qui calme, décontracte et détend. Dans la détente se crée un espace pour une activité régénérative de l'organisme en lien avec le flux sanguin.

6.5.6.3 Mélodie / Hauteur tonale

Dans la hauteur du ton (melos), le flux du temps subit une coloration qualitative en direction de la lumière et de l'expansion ou des ténèbres et de la concentration. En accord avec cela, les gestes d'eurhythmie thérapeutique se meuvent dans une direction ascendante ou descendante.

Cet élément musical déploie son action régulatrice à travers la sphère de la respiration jusque dans le flux pulsant du liquide céphalorachidien.

6.5.6.4 Majeur et mineur

Dans la concentration harmonique les processus esquissés ici et qui agissent dans la mélodie apparaissent renforcés et modifiés. Le do majeur a une qualité de clarté rayonnante, le mi bémol une qualité d'intériorisation. Le mouvement relatif au majeur conduit, du côté droit, le bras droit du centre vers la périphérie ; le mouvement relatif au mineur, du côté gauche, de la périphérie vers le centre. Avec le mouvement « majeur », on peut atteindre, entre autres, les fonctions exocrines d'excrétion et avec le mouvement « mineur » les sécrétions endocrines. Le « mineur » a une action qui concentre et réchauffe, le « majeur » une action d'expiration, qui libère et rafraîchit. C'est pourquoi ces éléments permettent également de moduler finement la régulation de la chaleur dans l'organisme.

6.5.6.5 Intervalles / Harmonie / Rapports

Il s'agit ici de la structure de rapports dans la sphère temporelle.

Aussi bien sur le plan de la communication des organes entre eux que sur celui des processus métaboliques complexes d'un organe (par exemple le foie), l'entrée en relation et son interruption jouent un rôle important.

Des rapports harmonieux ou discordants ne se retrouvent pas seulement dans la vie sociale mais aussi dans la corrélation orchestrée des fonctions organiques dans l'organisme humain.

Les mouvements relatifs aux intervalles ou à des séquences d'intervalles peuvent soutenir une formation modulante des rapports des processus organiques entre eux ou à l'intérieur d'un organe isolé.

Par exemple, le geste de l'intervalle de septième descendante a un effet régulateur sur l'activité pulmonaire, celui de la quinte sur les maladies de la peau.

6.6 Rencontre et structure de la relation

En eurythmie thérapeutique, le client s'approprie lui-même ses remèdes. Pour cette raison, la communication verbale et non verbale orientée au client et son accompagnement constituent un élément essentiel du dialogue interactif.

Dans sa rencontre avec l'eurythmie thérapeutique, le client fait l'expérience immédiate de son propre état physique, psychique et spirituel. En même temps, il peut devenir conscient que, dans le mouvement, il se révèle automatiquement en totalité.

C'est pourquoi, l'art méthodique-didactique subtil du travail d'eurythmiste thérapeute réside dans la manière d'instruire le client et dans son accompagnement respectueux et motivant.

L'accompagnement du client consiste à lui faire reconnaître les oppositions intérieures qui apparaissent et l'aider à les surmonter afin qu'il puisse progresser sur le chemin exigeant de l'autoperception et de la transformation active de ses mouvements unilatéraux devenus des habitudes.

Dans ce processus d'apprentissage commun, le thérapeute ne peut accompagner le client sur ce chemin que si la collaboration se fonde sur un respect et une estime réciproques. C'est le client qui détermine la mesure et le temps qui lui est nécessaire pour son cheminement.

6.6.1 Exercice et intégration

6.6.1.1 Principes de base

Un traitement par l'eurhythmie thérapeutique se compose des éléments suivants :

- Exercices d'introduction pour centrer et stimuler l'autoperception du client et pour l'évaluation non verbale du bilan
- Exercices principaux en relation avec l'indication
- Travail commun pour trouver la bonne manière de travailler et répartir les pauses
- Aide et soutien pour la pratique personnelle autonome

La détermination des symptômes conducteurs faite en commun avec le client au début de la période de traitement permet une évaluation commune régulière au cours de la thérapie et une éventuelle adaptation de l'ensemble des exercices.

En vue de promouvoir l'autocompétence, les aspects principaux nécessaires à l'efficacité des mouvements d'eurhythmie thérapeutique sont discutés et travaillés avec le client au cours des unités de traitement, en tenant compte de ses besoins et ses possibilités.

Dans ce processus interactif commun, les observations du client, son vécu, ses expériences et les questions qui en découlent jouent un rôle clé, par exemple sa perception d'un éventuel changement dans le tableau de ses troubles ou de son état général.

6.6.1.2 Apprentissage des mouvements

Le travail sur les exercices particuliers se fait dans un dialogue interactif entre client et thérapeute. Il faut tenir compte des ressources présentes du client, ce qui sous-entend que les exigences sur le plan moteur et la coordination ainsi que sur le plan émotionnel et cognitif sont adaptées et revues régulièrement. Par exemple, des déroulements de mouvements complexes peuvent être découpés en parties adéquates pour le client. Le processus d'acquisition et de l'autoperception qui y est lié peuvent, selon ses possibilités, s'étendre sur plusieurs semaines, voire plusieurs mois.

6.6.1.3 Autoperception

Sur le plan physique, le client est encouragé à prendre conscience d'éventuelles contractures, de problèmes de tenue, d'articulations en les recherchant lui-même.

Un soutien lui est apporté pour qu'il puisse faire l'expérience que son corps et ses gestes constituent une totalité et pour structurer ses mouvements en relation avec l'espace proximal de son corps.

Pour stimuler l'autoperception et l'expérience du mouvement chez le client, le thérapeute peut instaurer une conduite empreinte de douceur et d'empathie pour le soutenir dans ses propres mouvements.

Quand, pour une raison ou une autre, les clients ne sont pas en état d'exécuter eux-mêmes les mouvements, ils peuvent, dans un premier temps, assimiler l'exercice par l'observation du mouvement exécuté par le thérapeute. Le client pourra plus tard comprendre et exécuter lui-même les exercices d'eurhythmie thérapeutique dans une activité intérieure purement spirituelle grâce à des techniques de visualisation et d'attention.

Chez les nourrissons, les enfants en bas âge ou les mourants, il est possible que le thérapeute prenne sur lui une grande partie de l'activité motrice mais aussi psychique-spirituelle. Le client « rêve » dans l'entourage énergétique du thérapeute et participe

ainsi aux courants d'énergie des mouvements des forces formatrices. Pour un nourrisson, les exercices peuvent être explicités à la personne la plus proche de lui pour qu'elle puisse les répéter avec lui à la maison.

6.6.1.4 Mouvement et conscience

A côté du développement d'une conscience améliorée de son corps et de ses mouvements, le client apprend également à ressentir le contenu qualitatif de mouvements particuliers et à reconnaître et faire l'expérience de leur force de structure et de guérison.

Par le caractère d'image des mouvements particuliers, il a en plus la possibilité d'enrichir, par sa propre activité, sa faculté de représentation de manière différenciée.

En mobilisant en lui-même des forces pour centrer son attention sur le processus dynamique d'un geste et d'étendre celle-ci peu à peu à tout un ensemble d'exercices, le client fait, de manière positive, l'expérience que sa présence d'esprit s'élargit. Il peut ensuite également en disposer dans la maîtrise de sa vie quotidienne.

6.6.1.5 Connaissance de soi

Dans une interaction réciproque, le client est soutenu dans sa prise de conscience des unilatéralités et des limites que présente le tableau de ses mouvements. Dans ce but, la description verbale aussi bien que l'image en miroir d'une démonstration par le thérapeute peuvent être utilisés.

La prise de conscience de limitations individuelles dans les mouvements (par exemple une insécurité excessive dans la marche à reculons) et d'habitudes ou de qualités unilatérales dans la mobilité (par exemple des obstacles au mouvement de concentration ou de relâchement à l'intérieur d'une suite de mouvements) peut conduire à des prises de conscience subites qui sont décisives. Celles-ci peuvent avoir un effet de catalyseur sur le déroulement de toute la thérapie.

La relation entre les troubles et les habitudes prises pour se mouvoir sont déchiffrés et conceptualisés en commun avec le client et selon ses besoins.

Ce faisant, le client reçoit un soutien pour développer une confiance en ses propres facultés, découvrir et mobiliser de nouvelles ressources afin de s'ouvrir à de nouvelles formes et, par là, transformer les mauvaises habitudes qu'il a prises pour se mouvoir. On lui montre des voies pour qu'il puisse structurer ses mouvements de manière salutogénique, plus libre et plus déliée.

6.6.1.6 Pratique individuelle

Les exercices d'eurhythmie thérapeutique ont un effet stimulant et transformateur sur tout l'organisme. C'est pourquoi une répétition régulière est nécessaire pour le rétablissement de la santé.

Tant l'aspect salutogénique que l'approfondissement que permet la propre expérience par une pratique individuelle régulière sont expliqués au client. Les expériences qu'il a faites et les questions qui en ont surgi sont discutées et, si nécessaire, une recherche commune de solutions est abordée (par exemple l'intégration des exercices dans le déroulement de la journée ou de la semaine). Le client a ainsi la possibilité de prendre la responsabilité de sa propre guérison.

Des modifications survenant dans l'état momentané sont évaluées et des mouvements particuliers ou l'ensemble des exercices adaptés de manière appropriée.

Le client fait l'expérience qu'il est lui-même l'instance intérieure qui décide, de sa propre initiative, des pas qu'il entreprend.

6.6.1.7 Pauses et repos consécutif

De petites pauses dans la suite des mouvements ont lieu comme « anticipation » et « relâchement » avant et après un mouvement particulier, entre les suites d'exercices et, pour terminer, comme « repos consécutif » – tel qu'il est nommé – à la fin d'une séance de traitement. Dans le dernier cas, il est bon que le client s'étende pour 10-15 minutes et se repose (sans lire ni écouter de la musique). Les impulsions données à l'organisme peuvent ainsi avoir une action consécutive. En particulier le sommeil nocturne est très important pour un effet de régénération et de transformation. Ces relations sont expliquées au client d'une manière qu'il peut comprendre ; il est également encouragé à ne pas sous-estimer cet aspect de l'expérience personnelle et de la salutogenèse.

6.6.2 Activité individuelle

L'eurhythmie thérapeutique exige et stimule un engagement global du client qui aborde et développe des ressources sur tous les plans.

Les ressources corporelles sont les mouvements en soi et les processus physiologiques qu'ils déclenchent spontanément : réchauffement, détente des contractures, régulation de la respiration, distribution de la chaleur, régulation de la digestion.

Les potentiels psychiques sont le ressentir que les mouvements font surgir dans la conscience et les sentiments de sympathie ou d'antipathie qu'ils déclenchent.

Les ressources spirituelles sont aussi bien l'attention et la perception de soi spécifiques à l'eurhythmie thérapeutique que le client doit fournir individuellement dans la succession des mouvements que les forces formatrices agissant dans l'organisme humain dont le client peut devenir conscient par une activité spirituelle.

Le soulagement des maux et le rétablissement de la santé par l'eurhythmie thérapeutique deviennent ainsi un acte accompli par le client lui-même, stimulant de manière créatrice les forces d'autorégulation en corrélation avec les forces formatrices du langage et de la musique.

6.6.3 Durabilité

Les exercices d'eurhythmie thérapeutique ont un effet immédiat sur la perception de soi liée au corps et la régulation du tonus ainsi que sur la distribution de la chaleur et la respiration.

Leur action sur des troubles plus profonds, également sur des troubles et processus pathologiques chroniques dépend de la capacité de réaction et de transformation de l'organisme au cours des semaines, des mois, voire des années.

Ainsi la fréquence et le nombre de séances nécessaires dépendent également de la capacité du client de comprendre les instructions, de les mémoriser et de les pratiquer lui-même régulièrement.

L'expérience de l'efficacité d'un exercice accroît la motivation à continuer la pratique personnelle et, en cela, renforce l'effet durable de l'intervention eurhythmique. Une fois que le client a appris les exercices correspondant à la problématique de l'unilatéralité liée à sa constitution, il a à sa disposition un moyen d'autorégulation durable pour sa pratique personnelle.

Des séances de répétition à l'occasion d'une nouvelle consultation pour quelques séances d'eurhythmie thérapeutique offrent au client la possibilité de faire un compte-rendu de ses expériences à long terme avec les exercices, de poser des questions et de faire ainsi le point sur sa situation actuelle. Au besoin, l'éventail des exercices peut être adapté à une nouvelle situation (modifications dans le tableau des troubles). Si d'anciennes mauvaises habitudes de la mobilité ou des négligences se sont à nouveau glissées dans l'attention accompagnant le mouvement et les formes de visualisation, celles-ci peuvent être abordées et être à nouveau rendues conscientes. Une recherche commune de solutions possibles pour les surmonter peut s'engager. Par ce procédé, la durabilité continue d'être soutenue et accrue.

6.6.4 Transfert

En tant que thérapie globale du mouvement, l'eurhythmie thérapeutique touche le client aussi bien sur le plan corporel que sur les plans psychique et spirituel ; elle stimule le développement et la corrélation des ressources à disposition.

Comme l'eurhythmie thérapeutique stimule cette formation globale de facultés, le client peut en disposer également dans les situations de la vie quotidienne ; elles peuvent devenir la base de sa compétence d'autoguérison et d'autonomie. Le thérapeute complémentaire « Méthode eurhythmie thérapeutique » accompagne ces processus de transformation et de croissance et encourage le client à appliquer de nouvelles facultés également dans sa vie quotidienne.

Sur cette voie, l'intégration des exercices dans la vie quotidienne chez soi constitue la première étape du transfert. Pour cela, le client peut, par exemple, recevoir de brèves notices écrites pour soutenir la mémorisation. La poursuite du transfert dans la vie quotidienne est mise en route par le client lui-même grâce à des « déclics » qui peuvent se produire chez lui, à son expérience de l'amélioration de ses troubles et de l'accroissement de ses capacités ; elle est perçue, commentée et renforcée par l'approbation du thérapeute complémentaire « Méthode eurhythmie thérapeutique ». La manière d'intégrer la pratique à domicile dans la vie quotidienne du client fait l'objet d'une recherche commune de solutions.

Dans la vie quotidienne, le client fait l'expérience que, par le processus de l'exercice et du traitement par l'eurhythmie thérapeutique, il a lui-même élargi le rayon d'action de sa mobilité, modifié les fonctions organiques et acquis une flexibilité émotionnelle et cognitive. Tout cela peut faire naître chez lui une nouvelle conscience de sa propre valeur et un sentiment de liberté ainsi que la découverte qu'il existe de nouvelles chances de s'ouvrir à soi et au monde.

Par la rencontre avec l'essence qualitative des gestes de sonorités particulières, le client a la possibilité de redécouvrir ses propres relations avec les processus de la nature qui l'entourent et portent sa vie ainsi qu'avec les forces formatrices qui habitent son intérriorité. Par le sentiment de cohérence qui en découle, il peut faire l'expérience qu'en tant qu'être humain, son intégration dans le monde environnant a un sens ; il peut également prendre conscience d'une nouvelle manière de sa tâche et de sa responsabilité en tant qu'être humain vivant parmi les hommes et les règnes de la nature. Au cours de l'entretien et du déroulement thérapeutiques, de tels processus de connaissance et de transformation intérieure sont stimulés, soutenus et accompagnés.

Les attitudes intérieures acquises par la pratique régulière des exercices peuvent, quand elles sont transposées dans la vie quotidienne, devenir une aide importante pour la maîtrise de la vie ; ce sont, par exemple, l'attention, le calme intérieur, l'équanimité et la

positivité ; la capacité de se distancier par rapport à soi, la faculté d'activer sa propre volonté. Le thérapeute complémentaire « Méthode eurythmie thérapeutique » perçoit et apprécie à leur juste valeur ces nouvelles qualités, explicite leur action sur le rétablissement et propose son aide pour leur application dans la vie quotidienne.

La rencontre avec l'arrière-plan spirituel du système de l'eurythmie thérapeutique et de la médecine anthroposophique peut modifier durablement l'image de soi et la vision du monde. De nouvelles perspectives peuvent s'ouvrir et, au sujet de sa propre maladie, des connaissances riches de sens être découvertes. De cette manière, des forces cachées jusqu'ici peuvent être mobilisées et rendre la résilience possible.

Ici aussi, le thérapeute complémentaire « Méthode eurythmie thérapeutique » se tient aux côtés du client comme interlocuteur attentif qui est un miroir et offre son soutien s'il est désiré.

7 Limites de l'application de la méthode, contre-indications

Il existe des contre-indications relatives pour des éléments particuliers de l'eurythmie thérapeutique lors des états suivants : maladies avec fièvre élevée, processus inflammatoires aigus, troubles de la conscience aigus, psychoses aiguës, hémorragies graves, fractures fraîches, grossesse et allaitement.

Dans les cas d'urgence, le traitement par la médecine d'urgence a la priorité sur le traitement par l'eurythmie thérapeutique. Cependant, également pour des situations médicales limites, par ex. chez les mourants et les patients comateux, il existe une riche expérience et une évidence établie de l'efficacité de l'eurythmie thérapeutique.

8 Ressources spécifiques à la méthode

8.1 Bases philosophiques épistémologiques

- Connaissances : bases du chemin de connaissance de la science de l'esprit, tant du contenu que de la méthode ; en particulier l'apprentissage des facultés de connaissance que sont l'imagination, l'inspiration et l'intuition
- Compétences : élargissement de la connaissance de l'être humain et du monde par une propre vision fondée sur l'imagination, l'inspiration et l'intuition et cela aussi loin que la réalité biographique le permet
- Conduite : ces facultés peuvent conduire à un élargissement des bases de l'action thérapeutique et de la conduite de sa propre vie

8.2 Education de la perception

- Connaissances : connaissance de l'être humain selon la plastique, la musique et le langage, développée dans le cadre de la science de l'esprit sur la base de l'approche de la nature selon la méthode goethéenne
- Compétences : exercices dans les domaines de l'art plastique et musical ainsi qu'en art de la parole comme introduction empirique à l'espace expérimental de l'activité des éléments constitutifs ; affinement de l'activité et de la sensibilité de tous les sens en créant des liens synesthétiques ; connaissance pratique d'images primordiales dans le sens goethéen sur la base de phénomènes sensibles dans la nature et dans l'être humain
- Conduite : bases pour un bilan de l'état du client, la planification de la thérapie et l'accompagnement du processus ainsi que pour son propre développement biographique

8.3 La science de l'esprit, fondement de la médecine anthroposophique

- Connaissances : compréhension globale de l'être humain, de la Terre et du Cosmos, compréhension théorique des éléments constitutifs dans leur corrélation aussi bien dans l'être humain que dans la dimension élargie de l'action du zodiaque et des planètes ; phénoménologie des actions des éléments constitutifs dans la tripartition fonctionnelle dans l'état de santé et dans l'état pathologique ; phénoménologie de la constitution ; embryologie ; phénoménologie et système du développement de l'enfant et des étapes ultérieures du développement biographique ; compréhension de la santé et de la maladie selon la médecine anthroposophique ; compréhension élargie du destin
- Compétences : reconnaître des dysfonctionnements dans l'interaction des éléments constitutifs et des forces d'âme sur la base du bilan de l'état et du bilan des troubles, du comportement du client, en particulier du tableau de ses mouvements ; interprétation de la symptomatologie due à la constitution ou liée à la maladie ou aux douleurs sur la base du modèle des éléments constitutifs
- Conduite : acquis pour l'établissement d'un bilan eurythmique spécifique à la méthode et la formulation d'un concept de thérapie ainsi que pour la collaboration interdisciplinaire, en particulier avec les spécialistes de la médecine et de la pédagogie anthroposophiques

8.4 Fondements eurythmiques

- Connaissances : des éléments du langage et de la musique ainsi que leur transposition en moyens d'expression eurythmiques selon l'idée goethéenne de la métamorphose et de l'art
- Compétences : maîtrise des éléments de l'eurythmie ; sensibilisation du propre organisme pour les mouvements des forces formatrices dans les gestes de la parole et des éléments musicaux ; application correcte des éléments de l'eurythmie dans la pratique
- Conduite : application pour la conservation de la mobilité du propre organisme et, par conséquent, prévention de la maladie

8.5 Compétences spécifiques à l'eurythmie thérapeutique

- Connaissances : contenu du cours d'eurythmie thérapeutique ; typologie des voyelles et triple aspect physiologique du langage de la nature des consonnes parlées ; systématique en lien avec l'indication ; transformation des éléments de base de l'eurythmie en moyens thérapeutiques
- Compétences : maîtrise de l'ensemble des exercices d'eurythmie thérapeutique ; maîtrise des aspects décrits au chapitre 4.4 (mouvements des jambes, structure temporelle, mouvement et conscience, composition, pauses) ; compréhension des cas d'exemples décrits dans le cours d'eurythmie thérapeutique
- Conduite : travail sur l'organisme physique, psychique et spirituel personnel et son éducation afin d'être un outil empathique pour l'évaluation de l'état du client, pour la démonstration pratique des exercices d'eurythmie thérapeutique et pour l'instruction du client ; application des exercices d'eurythmie thérapeutique en lien avec l'indication et conforme à la situation

9 Positionnement

9.1 Rapport de la méthode avec la médecine complémentaire et académique

L'eurhythmie thérapeutique peut être appliquée en complément mais aussi en accompagnement ou en collaboration avec la médecine complémentaire et académique.

L'eurhythmie thérapeutique et la médecine anthroposophique ont le même arrière-plan philosophique-systémique.

9.2 Distinction de la méthode par rapport à d'autres méthodes ou professions

9.2.1 Eurythmie artistique

Eurythmie artistique

- Selon la compréhension de l'art de Goethe (voir chapitre 3.2.1.2), les gestes eurythmiques constituent les éléments de l'art du mouvement qu'est l'eurhythmie.
- L'art du mouvement eurythmique permet d'interpréter des pièces lyriques, épiques et dramatiques ainsi que des œuvres musicales élaborées artistiquement.
- La gestuelle de l'eurhythmie artistique est expressive et s'oriente à l'espace environnant.
- En même temps, la conscience de l'artiste eurythmiste est adonnée à l'activité créatrice de l'art et emplie de la volonté de créer une totalité expressive en puisant dans l'abondance des formes de l'eurhythmie artistique.
- L'eurhythmie artistique est un art de scène qui, en règle générale, est exécuté en groupe mais qui peut inclure des représentations en soliste.
- Les mouvements artistiques ont une action non spécifique sur l'organisme. D'une manière générale, ils sont vivifiants, rafraîchissants et une source de forces ; de ce fait, ils ont une action salutogénique générale. Pour cette raison, l'eurhythmie artistique est également donnée dans des cours.

Eurythmie thérapeutique

- L'eurhythmie thérapeutique travaille avec des éléments eurythmiques isolés et systématiquement renforcés (voir chapitre 4.4).
- Les mouvements d'eurhythmie thérapeutique sont dirigés sur la régulation de processus physiologiques et psychosomatiques et orientés au corps.
- La conscience qui accompagne les mouvements d'eurhythmie thérapeutique est dirigée sur les processus corporels, par exemple, sur le tonus musculaire, la flexion ou l'extension des bras, respectivement des jambes ou la verticalité ainsi que sur la production d'images spécifiques du mouvement.
- En eurythmie thérapeutique, les traitements ont lieu en séances individuelles.
- Les mouvements d'eurhythmie thérapeutique ont une orientation individuelle, spécifique à l'indication et aux troubles et besoins du client.

9.2.2 Eurythmie sociale et d'entreprise

Eurythmie sociale et d'entreprise

- Elle se base sur l'ensemble des mouvements de l'eurhythmie artistique et de ses lois et est exercée en groupes.
- La gestuelle artistique a une action non spécifique sur l'organisme humain. De manière générale, les mouvements sont vivifiants, rafraîchissants et donnent des

forces. De ce fait ils ont un effet salutogénique global et agissent à l'encontre des charges unilatérales liées à une place de travail.

- De plus, par les mouvements exécutés en commun, on développe également les compétences sociales ; c'est pourquoi l'eurhythmie artistique est également introduite dans les entreprises pour améliorer le travail en équipe.

Eurythmie thérapeutique

- Elle se base sur des mouvements eurythmiques renforcés selon la méthode et est pratiquée en séances individuelles.
- Ses mouvements sont orientés spécifiquement au tableau des troubles du client individuel.
- Elle éduque la compétence personnelle et la compétence en matière de guérison.

9.2.3 Eurythmie pédagogique

Eurythmie pédagogique

- Elle se fonde sur les mouvements et les lois de l'eurhythmie artistique.
- En règle générale, elle est pratiquée dans des groupes d'un même âge et sert à éduquer les compétences sociales et d'apprentissage propres à l'âge du groupe.
- Elle soutient une croissance saine et un développement sain des organes ainsi que le développement psychomoteur de l'enfant et raffermit sa force d'initiative.

Eurythmie thérapeutique

- Elle se fonde sur des mouvements eurythmiques renforcés spécifiques de la méthode.
- Elle se pratique en séances individuelles, est applicable indépendamment de l'âge et éduque l'autocompétence et la compétence d'autoguérison.
- Ses mouvements et séries d'exercices sont orientés spécifiquement au tableau des troubles du client individuel.

9.2.4 Eurythmie artistique, discipline mouvement et danse

Celle-ci se trouve dans le profil de la profession Thérapie complémentaire.

9.2.5 Thérapie de mobilisation par la physiothérapie

Exercices de mobilisation par la physiothérapie

- Ils sont basés sur les mouvements utilitaires physiologiques de l'appareil locomoteur humain.
- Ils s'orientent aux structures physiologiques (par exemple muscles, tendons, ligaments, articulations).
- Ils visent la mobilisation de l'appareil locomoteur et la réduction des douleurs liées à des limitations de la mobilité de l'appareil locomoteur.

Exercices de mobilisation par l'eurhythmie thérapeutique

- Ils se basent sur les mouvements de l'organisme des forces formatrices à l'origine de tous les processus de vie qui sont transposés sur l'organisme du mouvement de l'être humain.
- Ils s'orientent aux structures et processus morphologiques dynamiques de l'organisme de forces formatrices humain.
- Ils sont dirigés sur la régulation spécifique des forces formatrices à la base des fonctions corporelles et organiques et agissent sur la formation et le maintien de la forme humaine (gestalt).

9.2.6 Astrologie

Astrologie

- Elle travaille avec des conseils
- Elle travaille avec l'interprétation de calculs astrologiques et des constellations de l'horoscope de naissance, de l'année, etc.
- Elle sert à la connaissance de soi, à donner des conseils de vie et pour le travail sur la biographie.

Eurythmie thérapeutique

- Elle travaille avec des mouvements que le client exécute lui-même.
- Elle travaille avec des mouvements pour la description de l'origine idéelle spirituelle desquels on a renoué avec la terminologie astrologique (zodiaque et planètes).
- Elle sert à stimuler la compétence d'autoguérison et à rétablir la santé après des maladies et troubles corporels et psychosomatiques.

9.2.7 Psychothérapie et thérapie basée sur l'entretien

Psychothérapie et thérapie basée sur l'entretien

- Elles servent à constater, guérir ou améliorer des maladies ou troubles psychiques.
- Elles exercent une influence sur les troubles du comportement, les états de souffrance et le fonctionnement social et émotionnel.
- Elles travaillent en premier lieu avec les moyens de la communication verbale mais également non verbale.

Eurythmie thérapeutique

- Elle est une thérapie du mouvement exécutée par le client lui-même et orientée vers la régulation de processus organiques et psychosomatiques.
- Elle soutient le développement de l'autonomie et de l'autoguérison en lien avec les troubles somatiques et psychosomatiques.
- L'entretien nécessaire est une composante du bilan de la situation et de l'instruction du client pour qu'il puisse effectuer les exercices d'eurythmie thérapeutique. Il sert à clarifier les questions spontanées qui découlent du déroulement de la thérapie et représente la partie verbale du bilan.

10 Structure et étendue de la part spécifique de la méthode dans la formation TC

Les contenus d'apprentissage décrits ci-après et structurés en « Savoir et capacités » ont été décrits en grande partie au chapitre 8 : « Ressources » avec les points de vue « Connaissances, aptitudes, compétences, conduite ». Dans ce chapitre 10, ils sont présentés dans leur structure et répartition en lien avec la qualification de base et la qualification spécialisée.

10.1 Bases de la méthode – Qualification de base

La partie pratique de la qualification de base sert à sensibiliser tout l'organisme du futur thérapeute complémentaire « Méthode eurythmie thérapeutique » aux forces formatrices à la base des formes dynamiques du flux du langage et de la musique. Il fait partie du développement de soi du thérapeute et constitue la base pour un bilan eurythmique spécifique à la méthode, la planification d'une thérapie et l'instruction du client.

10.1.1 Savoir théorique

- Introduction à la compréhension de l'être humain et du monde selon la science de l'esprit : étude des éléments constitutifs de l'être humain (y compris l'étude de l'être humain selon la plastique, la musique et la parole) tripartition fonctionnelle, étude élargie des sens
- Bases anatomiques et physiologiques du larynx et de l'organisme de la parole, y compris les bases de l'étude de la métamorphose selon Goethe
- Etude de la gestuelle de l'eurythmie : espace physique et contre-espace des forces formatrices ainsi que l'arrière-plan cosmologique des forces formatrices de la parole et de la musique, de l'eurythmie de la parole et de l'eurythmie musicale
- Etude des ouvrages de base sur l'eurythmie

10.1.2 Capacités pratiques

- Etude générale de la gestuelle eurythmique : exercices de tenue et d'adresse avec la canne et la boule de cuivre, exercices de pas, expérience des qualités de l'espace, les trois plans de l'espace, mouvement dans l'espace, mouvement en lien avec la stature, exécution d'une forme
- Eléments du mouvement eurythmique : mouvement, sentiment, caractère. Etude de leur représentation colorée à l'aide des figures des sonorités, gestes de l'âme et éléments musicaux
- Maîtrise des éléments eurythmiques dans leur utilisation correcte en eurythmie de la parole : voyelles, diphongues, consonnes ; gestes du zodiaque et des planètes ; gestes de l'âme et zones des gestes de l'âme ; positions de la tête et des pieds ; principes des formes spatiales apolliniennes et dionysiaques ; formes grammaticales, formes des rimes, rythmes poétiques, métrique
- Maîtrise des éléments eurythmiques dans leur utilisation correcte en eurythmie musicale : éléments harmoniques : majeur, mineur, dissonance, cadence ; hauteur, sons, gestes et formes d'intervalles ; cadence, mélodie, rythme ; motif et pause ; concordance
- Méthodique / didactique : conduite de groupes d'eurythmie d'enfants, d'adolescents et d'adultes dans un but général de salutogénèse
- Exercices de perception et formation de concepts en images en se fondant sur le mouvement humain, des phénomènes de la nature, des objets d'art plastique et musical (exercices plastiques, musicaux et de la parole, projets)

10.2 Approfondissement de la méthode – Qualification thérapeutique spécialisée

10.2.1 Savoir théorique

- Approfondissement de l'étude de la métamorphose selon Goethe : embryologie – gestes formateurs de l'organisme humain
- Poursuite de l'étude selon la plastique, la musique et la parole
- Connaissance des ouvrages spécialisés de base (cours d'eurhythmie thérapeutique) ; sur la composition des éléments de construction, ses interrelations et principes significatifs de la méthode
- Connaissance des liens de tous les éléments d'eurhythmie thérapeutique avec la nature humaine
- Connaissances des caractéristiques des mouvements et suites de mouvements en eurhythmie thérapeutique
- Compréhension de la systématique des indications pour les voyelles et des trois aspects liés à la physiologie du langage de l'élément consonantique et de leur transposition en mouvements d'eurhythmie thérapeutique ainsi que de leur indication
- Connaissance de l'indication et des possibilités d'application d'exercices particuliers d'eurhythmie thérapeutique ainsi que de leur effet et de la contre-indication d'exercices spéciaux
- Séries de sonorités ainsi que les compositions de la 5e conférence du cours d'eurhythmie thérapeutique
- Composition liée à une indication (par exemple les séries de sonorités ainsi nommées) et dosage des éléments d'eurhythmie thérapeutique

10.2.2 Capacités pratiques

- Education approfondie de la perception de soi, sensibilisation approfondie de l'organisme personnel pour concrétiser les effets des forces formatrices des éléments de la parole et de la musique présents dans les gestes d'eurhythmie thérapeutique et centrés sur le corps
- Education de la perception et description du tableau de la mobilité d'autres personnes
- Maîtrise des renforcements par l'eurhythmie thérapeutique
- Maîtrise des exercices de base d'eurhythmie thérapeutique présentés dans le cours d'eurhythmie thérapeutique
- Capacité de différencier les exercices d'eurhythmie thérapeutique pour les différentes spécialisations de la médecine, par exemple : pédiatrie, oncologie, médecine palliative, médecine interne, rhumatologie, cardiologie, pneumologie, psychiatrie, psychosomatique, pour la préparation à une intervention chirurgicale et le traitement postopératoire, ophtalmologie, médecine dentaire
- Elaboration du questionnaire pour le bilan des troubles et du mode de vie, bilan eurymique thérapeutique sur la base de l'image de la stature (gestalt) et de la mobilité et leur interprétation sur la base du modèle des éléments constitutifs et de la tripartition fonctionnelle
- Formulation du but de la thérapie et développement d'un plan de thérapie.
- Application méthodique de l'eurhythmie thérapeutique dans les différents domaines de la médecine, du développement de l'enfant et de la pédagogie spécialisée et curative
- Adaptation des exercices d'eurhythmie thérapeutique aux possibilités du client et instruction conforme de ce dernier, en tenant compte du mode de travail de thérapie complémentaire centré sur les processus

10.3 Branches secondaires

Poursuite des études de la plastique, de la musique et de la parole et formation de la voix

10.4 Facultatif

Introduction aux bases de l'eurhythmie thérapeutique musicale et de l'eurhythmie thérapeutique en ophtalmologie et médecine dentaire

10.5 Connaissances en médecine liées à la spécialisation

- Bases de la connaissance de la nature humaine en médecine anthroposophique : embryologie, typologie constitutionnelle, phases du développement biographique, en particulier du développement de l'enfant, compréhension élargie du destin (idée de la réincarnation)
- Compréhension de la santé et de la maladie en médecine anthroposophique en général et dans différentes spécialisations médicales, y compris la psychosomatique, la psychiatrie, les troubles du développement de l'enfant, la médecine de l'adolescence, la pédagogie curative
- Connaissance de déroulements typiques du mouvement liés à certaines maladies et de l'influence de l'ingestion de certains médicaments sur l'image du mouvement

10.6 Connaissance de l'arrière-plan

- Bases du chemin de connaissance et d'éducation de soi anthroposophique
- Historique de l'eurhythmie thérapeutique et de la médecine anthroposophique

10.7 Durée de la formation

La formation en eurhythmie thérapeutique se subdivise en deux parties :

1. Formation de base : cette première partie constitue l'introduction aux éléments de l'eurhythmie.

Durée : 2 – 3 ans ; en général à temps complet.

2. Formation spécialisée : cette seconde partie est concentrée sur l'approfondissement spécialisé de la thérapie.

Durée : 1 – 2 ans ; en général en formation continue.

10.7.1 Formation de base : contenu et nombre d'heures de cours

Remarque : Pour une thérapie basée sur le mouvement, le terme de « pratique » s'entend comme apprentissage des facultés pratiques.

Leçons de 60 min. Nombre minimal de leçons	Heures de cours	Heures d'apprentissage pratique
Enseignement du mouvement eurythmique en général (théorie et pratique)	200	400
Bases de l'eurythmie de la parole et arrière-plan cosmologique : forces formatrices du zodiaque et des planètes (théorie et pratique)	590	1200
Bases de l'eurythmie musicale (théorie et pratique)	590	1200
Compréhension de l'être humain et du monde selon la science de l'esprit ; idée de la métamorphose selon Goethe; bases et exercices de perception selon la connaissance fondées sur la plastique, la musique et le langage de l'être humain ; étude des ouvrages de base (théorie et pratique)	230	500
Méthode et didactique, formation de la voix (théorie et pratique)	100	200
Total	1710	3500

10.7.2 Formation spécialisée : contenu et nombre d'heures de cours

Leçons de 60 min. Nombre minimal de leçons	Heures de cours	Heures d'apprentissage pratique
Approfondissement en eurythmie thérapeutique (théorie et pratique)	450	900
Connaissances en médecine liées à la spécialisation (théorie et pratique)	100	250
Branches secondaires : études plastiques, musicales, de la parole (théorie et pratique)	30	60
Total	580	1210

10.7.3 Durée totale de la formation

Leçons de 60 min. Nombre minimal de leçons	Heures de cours	Heures d'apprentissage pratique
Formation de base	1710	3500
Formation spécialisée	580	1210
Total	2290	4710

11 Bibliographie

Goethéanisme

- Goethe, J.W.: „Goethes naturwissenschaftliche Schriften“, Hrsg. Rudolf Steiner, GA (Gesamtausgabe der Werke Rudolf Steiners) 1, 4. Auflage 2010
- Steiner, Rudolf : « Goethe, le Galilée de la science du vivant. Introduction aux œuvres scientifiques de Goethe », GA 1. Editions Novalis
- Goethe, J.W.: „Metamorphose der Pflanzen“ aus Goethes naturwissenschaftlichen Schriften, Hrsg. R. Steiner, 4. Auflage 1980
- Goethe, J.W. : « La métamorphose des plantes et autres écrits botaniques ». Editions Triades
- Husemann, Armin: „Der musikalische Bau des Menschen – Entwurf einer plastisch-musikalischen Menschenkunde“, 2. Auflage 1989, Verlag Freies Geistesleben
- Suchantke, Andreas: „Metamorphose – Kunstgriff der Evolution“, 2010 Verlag Freies Geistesleben
- Blechschmidt, Erich: „Ontogenese des Menschen – Kinetische Anatomie“, 2012 Kiener Verlag
- Wal (van der), Jaap; Glöckler, Michaela u. a.: „Dynamische Morphologie und Entwicklung der menschlichen Gestalt“, 2012, Persephone-Reihe, Veröffentlichungen der Medizinischen Sektion am Goetheanum

Médecine anthroposophique et connaissance de l'être humain

- Steiner, Rudolf; Wegman, Ita: „Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst“, 1925, GA 27, Rudolf Steiner Verlag
- Steiner, Rudolf ; Wegman, Ita : « Données de base pour un élargissement de l'art de guérir », GA 27. Editions Triades
- Selg, Peter: „Vom Logos menschlicher Physis – die Entfaltung einer anthroposophischen Humanphysiologie“, 2000 Verlag am Goetheanum
- Selg, Peter: „Texte zur Medizin“ Teil I (physiologische Menschenkunde) + II (Pathologie und Therapie), 1. Auflage 2004, Rudolf Steiner Verlag
- Kienle, Gunver S.; Kiene, Helmut; Albonico, Hansueli: „Anthroposophische Medizin in der klinischen Forschung. Wirksamkeit, Nutzen, Wirtschaftlichkeit, Sicherheit“, 2006 Schattauer Verlag
- Heusser, Peter: „Anthroposophische Medizin – Grundlagen und therapeutische Konzepte der anthroposophischen Medizin“, 2. Auflage 2012, Salumed Verlag
- „Der Merkurstab“ – Zeitschrift für Anthroposophische Medizin (6x/Jahr). Hrsg. Medizinische Sektion der freien Hochschule für Geisteswissenschaft. Internationale Koordination Anthroposophische Medizin. Gesellschaft anthroposophischer Ärzte in Deutschland e.V., Roggenstrasse 82, D-70794 Filderstadt

Formes aériennes des sons du langage, science des fluides, forces formatrices

Zinke, Johanna: « Luftlautformen sichtbar gemacht. Sprache als plastische Gestaltung der Luft», Hrsg.: Patzlaff, R, 2001, Verlag Freies Geistesleben

Maintier, Serge: „Sprache – die unsichtbare Schöpfung in der Luft“, Hrsg.: Patzlaff, R, 2007 Verlag Dr. Kovac

Maintier, Serge : « Les formes aériennes des sons du langage. Contribution à la mise en évidence des morphologies spécifiques des turbulences phonatoires externes. Une approche dynamique et acoustique », <http://indexation.univ-fcomte.fr>

Schwenk, Theodor : „Das sensible Chaos“, 6. Auflage 1964, Verlag Freies Geistesleben

Schwenk, Theodor: « Le chaos sensible », Editions Triades

Lauterwasser, Alexander: „Wasser Klang Bilder“, 2002 AT Verlag

Eurythmie thérapeutique

Steiner, Rudolf: „Heileurythmie-Kurs“ (Sieben Vorträge vor Ärzten 1921), GA 315, Rudolf Steiner Verlag

Steiner, Rudolf : « Cours d'eurythmie thérapeutique », GA 315, EAR Editions Anthroposophiques Romandes

Steiner, Rudolf; Wegman, Ita: „Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst“, 1925, GA 27, Kap. 18

Steiner, Rudolf ; Wegman, Ita : « Données de base pour un élargissement de l'art de guérir », GA 27, 18e chapitre

Kirchner-Bockholt, Margarethe: „Grundelemente der Heileurythmie“, 1962 Verlag am Goetheanum

Kirchner-Bockholt, Margarethe : « Eurythmie thérapeutique. Eléments de base », EAR Editions Anthroposophiques Romandes

Höller, Klaus: „Menschenkundliche Grundlagen der Tonheileurythmie“, 1999 Verlag Ch. Möllmann

v. Laue, Hans-Broder u. Elke: „Zur Physiologie der Heileurythmie“, 2007 Verlag am Goetheanum

Hachtel, Beatrix; Gäch, Angelika: „Bibliographie Heileurythmie, Veröffentlichungen 1920-2005“, 2007 Salumed Verlag

Hachtel, Beatrix; Gäch, Angelika: „Bibliographie Heileurythmie, Veröffentlichungen 2005-2012“, 2012 Salumed Verlag

Weisskircher, A; Warning, A.: „Forschungswege in der Eurythmietherapie“, Alfter 2010, ISBN 978-3-631-59867-2

„Journal für Heileurythmie / Eurythmietherapie“, (1x / jährlich), Hrsg. Internationale Koordination Anthroposophische Medizin, Fachbereich Heileurythmie