

AVANT-PROPOS

Ho conosciuto Gerda Alexander nel 1965. Fu a Tolosa in occasione di uno stage organizzato dalla F.F.E.P.G.V. di cui Pierre Seurin era allora presidente. L'intervento di Gerda Alexander non era previsto. Fu del tutto per caso (questo caso che fa così bene le cose) che, rientrando da Israele e passando per Tolosa, fu invitata a presentarci la sua creazione: l'eutonia.

Fu per me una rivelazione, ciò che attendevo senza saperlo. Quando il mio collega ed amico René Bertrand, allora professore a Briançon (al liceo climatico), insistette perché andassi ad ascoltare questa conferenza sull'eutonia sapeva, senza dubbio, conoscendo i miei centri di interesse, che avrei aderito alle proposte di Gerda Alexander.

Giovane professore di educazione fisica al C.R.E.P.S. di Talence (che aveva per missione all'epoca di formare in quattro anni di studi i professori di educazione fisica), mi portavo dietro alcuni interrogativi di cui non son sicuro, ancor oggi, di essermene sbarazzato.

Ero molto sensibile, all'epoca, all'idea di una educazione fisica di base all'interno della quale la ginnastica di mantenimento dovesse assumere il ruolo centrale. Questo mi sembrava evidente: "costruire", nella logica data dalle conoscenze anatomiche e biomeccaniche, il corpo del bambino come una macchina perché fosse il più affidabile ed efficace possibile.

Il mio incontro a Lille nel 1962 con il dottor Jean Le Boulch doveva, se non cambiare la questione, almeno modificare la risposta. Pensavo, in ogni caso, che bisognasse costruire il bambino a monte della pratica per la quale questa costruzione era richiesta. Questa non poteva più passare attraverso la pratica di mantenimento. Gli studi che avevo fatto di psicologia e filosofia mi avevano indirizzato verso altre aspirazioni. Quanto Jean Le Boulch sviluppava nella sua psicocinetica mi seduceva per altri aspetti, tanto più che i riferimenti teorici su cui appoggiava la sua costruzione facevano eco al discorso universitario di cui a poco a poco mi appropriavo. Autori come Wallon, Piaget, Merleau-Ponty, professori come Jacques Paillard o Bertrand Cardo a Bordeaux mi spingevano a rivendicare per l'educazione fisica uno statuto diverso da quello che le era stato accordato fino ad allora. Tanto nell'opera di Wallon che in quella di Reich, che scoprii pressappoco a quell'epoca, così come nei corsi che ricevevo dal professor Cardo a Bordeaux e quelli del suo amico Jacques Paillard, che era venuto a farci dei corsi sulla psicomotricità, il tono muscolare assumeva una importanza primaria e diventava, ai miei occhi, l'asse di riflessione essenziale per pensare all'educazione fisica.

Wallon, Reich, de Ajuriaguerra elevavano la funzione tonica ad uno statuto psicologico. Era presente e reggente la costruzione del bambino fin dai primi mesi della vita. Situata tra il versante motorio/posturale e quello psicologico (sia affettivo che cognitivo), mi sembrava essere la via verso la quale impegnare le mie ricerche.

Fu allora che incontrai Gerda Alexander (penso spesso a questo detto cinese: "Quando il discepolo è pronto, il maestro arriva"). Ero pronto perché portatore di domande e anche di desiderio di avanzare.

Gerda Alexander ci fece una conferenza, molto breve, nella quale introdusse, come era sua abitudine, qualche esercizio pratico seguito dalla proiezione di un film. Quello che ci disse in quel giorno e ciò che vidi nel film mi sembrò molto vicino alle mie preoccupazioni e mi parve rispondere concretamente alle questioni teoriche che io mi ponevo. Non ebbi che un pensiero: rivederla nuovamente e lavorare con lei. Mi fu possibile di nuovo grazie a René Bertrand che sollecitò André Schmitt uno dei responsabili dei C.E.M.E.A. che introdussero Gerda Alexander e l'eutonia nel nostro paese. Al castello di Vaugrigneuse, vicino a Parigi, partecipai al mio primo stage di una settimana con Gerda Alexander.

Merita di essere portato qui un aneddoto; fu decisivo nella scelta che feci, definitiva, di continuare a praticare l'eutonia ad ogni costo. Quando arrivai al castello di Vaugrigneuse per il primo giorno di stage, ero in ritardo di circa mezz'ora sull'orario previsto. Gerda Alexander e tutti i partecipanti erano seduti in cerchio, gambe incrociate come tagliapietre (o sarto)(en tailleur) al suolo. Gerda parlava. Tentai di non farmi notare (preoccupazione inutile) e mi andai a sedere dove c'era un posto che sembrava essermi riservato. Ho vissuto, in quel momento, una delle più grandi umiliazioni della mia vita. Professore giovane, atleta di buon livello in più specialità, mi credevo fisicamente perfetto, ben messo sul piano fisico. In questa posizione Gerda Alexander era perfettamente a suo agio e così la maggior parte dei partecipanti allo stage. Io non potei reggerla che per cinque minuti. Mi fu difficile prenderla ma restarci fu del tutto insopportabile. Gerda mi invitò ad allungare le gambe e prendere una posizione più comoda oppure prendere una sedia. Compresi, senza mai averne sentito parlare, l'importanza delle "posizioni di controllo in eutonia". Ho scoperto le tensioni, la mancanza di disponibilità, di fluidità nella postura e nel movimento; tutte cose che sarebbero diventate, in maniera quasi ossessiva, obiettivi di lavoro.

Sul piano teorico avevo già letto cose simili in Wallon (che parla di fluidità nel suo articolo sulla maldestrezza), in Ajuriaguerra e in Reich. In quel momento l'ho vissuto nel mio proprio corpo. E' probabilmente questa ricerca che mi spinse ad abbandonare lo judo che stava diventando, per i miei gusti, troppo fisico, a favore del aikido che trovavo più fluido, più scorrevole, più armonioso. Senza dubbio fu per le stesse ragioni che, quando incontrai il maestro Noro (seconda persona ad aver giocato un ruolo importante nella mia ricerca), lasciai l'aikido per seguire quello che lui stava creando, il kinomichi, (vedere a questo proposito '*Kinomichi: dal movimento alla creazione. Incontro con Masamichi Noro*' ed. Dervy, 1996). Come mi piace ripetere, ho lasciato il duro, il rigido, il forte, per andare verso il flessibile, il fluido, l'organizzato. Volevo evadere dal macigno appoggiato alla terra e andare come l'acqua e il fuoco verso la spirale, verso l'energia circolante.

Queste furono le mie prime motivazioni: una presa di coscienza corporea, della mia durezza, dei miei blocchi, di questo piacere dentro il corpo che prima mi auguravo fosse quasi catatonico. Penso al meraviglioso libro di Henry Atlan, *Entre le cristal e la fumée*. Bisognava lasciare, ricostruire, accettarsi in modo diverso, debole, perdere la sicurezza della forza per andare verso l'incertezza della fragilità. L'energia è spirale, espansione, apertura. Fino ad allora ero stato il contrario di tutto ciò. Si comprenderà, quindi, le mie opzioni e le mie strade.

Feci tutti gli stage che mi fu possibile seguire (i C.E.M.E.A. mi aiutarono molto invitandomi tutte le volte che arrivava Gerda). Non avevo che un desiderio: diventare eutonista. A quell'epoca c'era solo la scuola di Copenaghen diretta da Gerda Alexander. Ginevra sarebbe stata aperta poco dopo,

Non ero il solo a desiderare di proseguire una ricerca in eutonia senza limitarsi a qualche stage. Alcuni insegnanti di educazione fisica, alcuni kisesiterapisti o infermieri, anche alcuni attori esprimevano lo stesso proposito di approfondire il lavoro di Gerda Alexander. Queste volontà conversero verso la costruzione di un gruppo che Gerda Alexander accettò di vedere più volte all'anno. Questo gruppo, per via della sua composizione, fu chiamato gruppo internazionale. E' di lui che parla Gerda nel suo testo in appendice. Fu difficile gestirlo e procurò seri problemi a Gerda. All'interno del gruppo stesso, la media d'età superava largamente i trent'anni, si esprimevano e si opponevano concezioni differenti tanto sull'eutonia che sulla pedagogia, sul corpo come sul movimento; divergenze che, a partire dal maggio del 1968 (dans la mouvence de), furono a volte violenti.

Questo gruppo si evolveva incontrando Gerda Alexander tre, quattro, cinque volte l'anno senza contare Talloir o gli stage del C.E.M.E.A. Cinque o sei anni dopo si pose la questione del diploma. Questa Gerda trovò difficoltà all'interno, da parte degli ex allievi diplomati di Copenaghen e Ginevra. La prospettiva che sembrava profilarsi di una eventuale formazione fuori scuola, di un

diploma sullo stile della formazione permanente di oggi, dispiaceva alla maggior parte di coloro che erano passati dalla scuola. Gerda sostenne con coraggio e serenità quello che aveva intrapreso. Condusse chi lo desiderava al diploma, lo stesso che veniva esigito dalle due scuole.

Questa formazione diplomante andò in porto dopo aver stabilito un contratto morale con Gerda in cui si chiedeva una certa quantità di lavoro sia su di noi che con gli allievi. Alcuni di noi si trovarono negli interstages per lavorare ed approfondire alcuni punti. L'esame si svolse in Belgio in presenza di Gerda Alexander e di Guna Brieghel-Müller. Fu seguito, poco dopo, dalla discussione di una memoria. Questo esame assegnava il diploma di pedagogia dell'eutonia. La parte terapeutica fu preparata in seguito; alcuni di noi fecero un lungo soggiorno a Copenaghen (da sei mesi a un anno), altri prepararono la terapia a partire da qualche stages. Per quel che mi riguarda ho potuto partecipare solo a due di questi stages. Così fui diplomato in pedagogia dell'eutonia di Gerda Alexander.

Ci disperdemmo cercando, ciascuno di noi, di sviluppare l'eutonia nei rispettivi paesi. L'occasione di ritrovarci si presentò di nuovo nel 1986. Gerda Alexander, che soffriva da molto tempo di una duplice coxoartrosi, era appena stata operata e pensava di venire a riposarsi dai suoi amici André Schmitt e sua moglie di nome Grillon, nella loro proprietà di Cahors. Non mi ricordo da dove venne l'idea che ci saremmo potuti incontrare attorno a lei prendendo due piccioni con una fava: rivederla e ritrovarci. Ci si riuscì; non con tutto il gruppo, circa una dozzina. Il luogo era superbo ideale per praticare l'eutonia, per non parlare dell'accoglienza tanto discreta quanto calorosa degli ospiti. Ci furono alcune sedute animate da Gerda e lunghe discussioni sul futuro dell'eutonia all'ombra di querce e tigli.

Niente di più banale penserà qualcuno e a buon diritto! Tuttavia in questa occasione si produsse un avvenimento importante per l'eutonia. Nelle nostre conversazioni con Gerda ritornava in continuazione un problema: si trattava della questione della formazione, della creazione in Francia di una scuola di eutonia. La maggior parte di noi aveva allievi che praticavano eutonia da più di quindici anni, alcuni regolarmente, ed avevano raggiunto un livello di pratica e di riflessione sull'eutonia da far invidia ad alcuni professionisti. Questi allievi non erano diplomati per cui non potevano, a loro volta, insegnare eutonia. Dopo numerosi scambi queste conversazioni lasciarono emergere l'idea di una formazione "a termine", diplomante per tutte quelle persone che praticavano l'eutonia da così lungo tempo. Gerda Alexander non solo fu d'accordo ma entusiasta all'idea che si stava formando un embrione di scuola. Ci incontrammo ancora due volte di seguito prima di decidere di fare un tentativo.

Gli obiettivi erano chiari: permettere a delle persone che avevano un gran numero di anni di pratica regolare dell'eutonia e che, per la maggior parte cominciavano a loro volta a trasmetterla, di regolarizzare la loro situazione. Ciascuno dei membri di questo nuovo gruppo che si era costituito attorno a Gerda e con il suo accordo, doveva proporre una "lista" di allievi suscettibili di essere "diplomati". Restavano da definire le modalità di fine "formazione" e, soprattutto, la delicata questione della valutazione.

Decidemmo di fare una riunione generale di questo gruppo di "formatori" e dei nostri allievi al fine di confrontare il nostro punto di vista su questi problemi e tentare di dar vita ad uno allo schizzo di un progetto di formazione e di valutazione. Si scelse un centro - "Les Tourettes" - a l'Arbresle vicino a Lione. Gli scambi furono fruttuosi ed effettivamente nacque un progetto calcato più o meno sullo schema di valutazione delle scuole. Una originalità per quanto concerne la fine della formazione: il numero di ore che restavano da fare, paragonandole a quelle effettuate a Copenaghen, dovevano essere vissute in stages lunghi (tre settimane, otto giorni, ecc.) con tutti i componenti del gruppo, in modo che questi futuri eutonisti potessero conoscere più di una persona.

Questa impresa non fu cosa facile tanto nella dinamica del gruppo dei formatori che in quella del gruppo degli allievi e nella relazione tra i due gruppi. Non di meno arrivammo alla costituzione di una associazione legge del 1901 chiamata I.D.E.T. (Institut pour le Développement de l'Equilibre Tonique). Se il termine eutonia non figura nella sigla è perché una associazione aveva depresso come marchio il termine eutonia e contestava il suo impiego nel titolo della nostra associazione. Per misura di tregua l'abbiamo sostituito con equilibrio tonico. In seguito, una sentenza del tribunale di Bordeaux in data 15 febbraio 1993 dispose che "eutonia" essendo un termine generico, poteva essere usato da chicchessia. Al momento attuale quattro corsi (promotions) I.D.E.T. hanno terminato il loro percorso e trentatre diplomati esercitano. Gli esami furono fatti nel più puro rispetto dei modelli d'esame francese con universitari come membri delle commissioni. I verbali, così come le memorie discusse (che attestano dell'alto livello di riflessione dei candidati sulla pratica dell'eutonia) sono a disposizione del pubblico presso la segreteria del I.D.E.T. Per riguardo a Gerda Alexander noi (i suoi amici e i membri del I.D.E.T.) preferimmo tenerla fuori da questi problemi. Era molto affaticata a causa delle sue due operazioni e risentiva crudelmente del peso degli anni. Agimmo con risolutezza con la coscienza tranquilla sicuri di non aver tradito né il suo pensiero né i suoi desideri.

Gerda Alexander è deceduta il 21 febbraio 1994 a Wupertal dove era nata.

Coloro che hanno avuto la possibilità di essere suoi amici, suoi vicini, suoi allievi sanno che lei era il messaggio che voleva trasmettere, al di là delle parole dei libri o degli articoli, messaggio che si iscriveva in ciascuno dei suoi gesti, delle sue attitudini, in tutti gli atti della sua vita.

"Non fare meccanicamente" aveva confidato al suo amico più vicino André Schmitt, era il suo testamento. Cosciente com'era della formula eraclitea "non ci si bagna mai due volte nello stesso fiume", persuasa che tutto cambia di continuo, richiama in continuazione la necessità di questa consapevolezza, di questa presenza a sé costante che ci consigliava di sviluppare.

L'eutonia di Gerda Alexander è scomparsa con Gerda Alexander. L'eutonia non si racconta. Più nessuna persona potrà fare una seduta di eutonia come lei. Come il fuoco d'artificio che scoppia spande mille scintille attorno a sé, Gerda ha trasmesso a ciascuno di noi un po' di sé stessa; non si tratta di trasmetterlo tale e quale; l'ho già scritto: L'eutonia non si recita altrimenti si fa un plagio. Dobbiamo creare, creandoci, questa eutonia che sarà la nostra frutto del suo seme. Lei era contro l'imitazione, contro l'alienazione, voleva che ciascuno trovasse la sua via. Citando Machado diceva: dovete fare la vostra strada camminando. L'eutonia si è definita malauguratamente come la ricerca del tono giusto; definizione che le fu suggerita da un medico. Quante incomprensioni sono state generate da ciò, quanto riduzionismo! Frequenti sono le deviazioni generate dal fatto che il termine tono muscolare appartiene soprattutto alla fisiologia anche se il suo ruolo, la sua funzione lo collochi nel quadro della psicologia. Cosa vuol dire esattamente quando si domanda a qualcuno di sentire il suo tono o di regolarlo? A cosa ci si riferisce? Alla funzione fisiologica? Al vissuto che l'accompagna? Sono questioni delicate su cui bisognerà ritornare. Gerda Alexander, ella stessa, è caduta qualche volta nella trappola, preoccupata com'era di dare un assetto scientifico alla sua creazione. Devo confessare (*mea culpa*) che, spinto da un desiderio narcisistico di scientismo, non fui estraneo a qualcuna delle sue scivolate.

Perché il mio desiderio di tradurre questo libro?

L'ho avuto tra le mie mani una quindicina d'anni fa, regalatomi da una amica attualmente eutonista diplomata I.D.E.T. in Argentina a Buenos Aires. Questo libro fu scritto da Violeta Hemsy de

Gainza che vive a Buenos Aires e che ne spiega l'origine nella sua introduzione. Ho avuto la possibilità di incontrarla in occasione dei miei viaggi nel suo paese. Donna interessante (letteralmente "notevole, di gran valore") sia come artista che come pedagoga, ha colto con grande profondità, e la pertinenza delle domande che pone ne danno testimonianza, lo spirito dell'eutonia e del pensiero di Gerda Alexander, con cui ha condiviso una relazione molto amichevole.

Tutti gli amici a cui ne ho parlato all'epoca possono testimoniare che fin dalla sua prima lettura l'ho considerato come il libro di base per l'eutonia, per gli eutonisti e per tutte le persone che, da vicino o da lontano, si interessano del corpo. Di libri sull'eutonia ne esistevano già: Denise Digelmann, Guna Brieghel-Müller, Gerda Alexander stessa, Jackie Meunier...

Tutti restituiscono fedelmente l'eutonia e la descrivono ricordandone i principi. Ma questa serie di interviste vanno ben oltre.

Innanzitutto la forma: domande precise sull'origine dei principi che fondano l'eutonia; e tutto ricostruito percorrendo la vita di Gerda Alexander. Vi scopriamo come ogni progresso nella sua creazione, ogni scoperta non è che la soluzione ad un problema che lei incontra. L'eutonia? E' la risposta di una persona che ha detto no al nazismo, all'alienazione, alla riproduzione stereotipata, alla sottomissione del corpo, alla benevolenza (bon vouloir) dei maestri, dei professori e anche dei genitori...E' anche la risposta alla malattia, ai medici che la condannarono così in fretta (si tôt) all'immobilità. L'eutonia è un inno alla libertà, alla creazione, al rispetto dell'altro al riconoscimento delle possibilità che sono dentro di noi: Winnicott diceva: "Voglio morire vivendo (da vivo, vivente)". Ha lottato tutta la vita per essere desta, pienamente presente a ciò che faceva. Il destino ha voluto che la malattia la ferisse prima della morte non permettendole, forse, di mantenere fino alla fine quella lucidità per la quale si era tanto battuta.

Violetta non fa nessuna concessione nelle sue domande. D'altra parte Gerda Alexander si presta molto bene al gioco.

Questo libro fu scritto quando Gerda Alexander era al culmine della sua creazione, nella totale padronanza della sua opera (1980 – 1982). Aveva scoperto, definito e sperimentato l'insieme dei principi di lavoro e delle consegne che caratterizzano l'eutonia. Si sente la maturità del suo lavoro e la sicurezza di chi è consapevole del cammino percorso.

Mi sembra importante, ancor più perché ci avviamo verso una formazione in Francia, che questo libro possa essere accessibile ai lettori che non conoscono la lingua spagnola. Si tratta, dal mio punto di vista, di un libro di riferimento che, in qualche modo, rappresenta il testamento di Gerda Alexander.

La mia posizione può sembrare, a buon diritto, paradossale. Ho scritto più sopra che l'eutonia non si recita, che ciascuno di noi dovrebbe digerirla, farla propria, definirla per sé definendosi lui stesso in rapporto ad essa e, nello stesso tempo, annuncio il valore "biblico" di questo libro. E' indubbiamente un difficoltà incontrata in altri campi; non ne citerò che due tra i più conosciuti, il Marxismo e la psicoanalisi. Abbiamo assistito una trentina d'anni fa alla rilettura di Marx e Freud alla luce dello strutturalismo e della linguistica. Fu un ritorno a Marx e a Freud o una fuga?

Senza avere la pretesa di collocare l'eutonia al medesimo livello di questi due sistemi di pensiero, ci si può attingere un insegnamento che la riguarda. Per il fatto che l'eutonia è stato un insegnamento essenzialmente orale, si può facilmente ricostruirne i principi secondo i nostri orientamenti o interessi.

L'apporto nella pratica dell'eutonia di nozioni importate, solleva questioni epistemologiche troppo facilmente messe da parte. Voler illuminare l'eutonia, per esempio, o "arricchirla" con apporti di modelli psicoanalitici, è un modo per rimanere nella linea definita da Gerda Alexander? Ancor più

per il fatto che, a proposito di questa questione, lei ha assunto in questo libro una posizione molto retrograda. Rileggere o ridefinire l'eutonia. Fino a che punto è possibile farlo? Che cosa può ingerire, tanto dal campo neurologico che da quello psicoanalitico o filosofico, che le permetta di evolvere rimanendo essa stessa.

Il ritorno al pensiero di Gerda Alexander e alla sua pratica, chiaramente definiti in questo libro, può aiutarci a rispondere a queste questioni. Fino a quando gli eutonisti avranno in comune elementi che permettano loro di riconoscersi appartenenti alla medesima famiglia? I riflessi della luna in mille laghi sono differenti, ma lei è una sola.

Perché i commenti?

Mi sorprende ancora in flagrante delitto di contraddizione. Come posso permettermi di commentare certi punti delle dichiarazioni di Gerda Alexander nel momento in cui li propongo come riferimento e metto in guardia da certe derive?

Tre intenzioni orientano questi commenti:

- Gerda Alexander ha avuto vere intuizioni che sono oggi sostenute da ipotesi e sperimentazioni nel campo della psicofisiologia; per esempio l'intenzione di movimento che possiamo riferire a qualche modello scientifico; allo stesso modo l'idea, fondamentale in eutonia, di "tono giusto", sia nella postura che nel movimento si accosta alle idee di Wallon e più recentemente a quelle di Paillard. Mi è sembrato interessante, quando mi pareva possibile, mostrare queste corrispondenze.

- Gerda Alexander ebbe, lei stessa, la preoccupazione legittima di sviluppare l'eutonia dandole una base credibile che pensava dovesse essere di tipo scientifico. Su alcuni punti questo tentativo fu corretto; su altri, purtroppo, non si preoccupò sufficientemente di verificare i dati di cui si serviva. A volte incontriamo delle vere e proprie "eresie" nelle sue affermazioni e utilizzazioni di dati scientifici.

Per lei fu prioritaria l'intuizione e la pratica; il resto, in particolare la validazione scientifica o l'abbozzo di una teorizzazione, non aveva alcuna importanza. Spesso utilizzava i dati che le venivano forniti con molta credulità senza verificarne il fondamento, a patto che soddisfacessero la pratica. E' così per certe idee sul contatto, l'energia, etc. Mi è sembrato importante dire questo in modo che il lettore informato delle "cose di scienza" in particolare della fisiologia non butti il bambino (eutonia) con l'acqua del bagno (dati scientifici). Ciò che resta fondamentale e importante, più che giustificazioni *a posteriori*, è la pratica, il lavoro guidato da una intuizione poco comune. Gerda non si collocava su un cammino scientifico. Il suo percorso seguiva, piuttosto, una prospettiva creativa artistica, pedagogica e clinica.

- Da ultimo, certi trattamenti "riusciti" di Gerda Alexander possono evocare le guarigioni miracolose di Lourdes. Posseggo tutto un dossier che mi aveva mandato quando stava scrivendo il suo libro; in effetti dovevo partecipare alla realizzazione di questo libro per quel che concerneva la parte scientifica. Questo non andò in porto perchè ebbi timore a firmare un'opera che presentava simili casi di guarigione. Tuttavia il dossier in questione contiene diverse attestazioni di medici, professori, clinici che confermano ciò che essa affermava. Per i fatti accaduti a Talloires di cui parla in questo libro, ci furono numerosi testimoni.

Più che dall'eutonia, i trattamenti riusciti erano dovuti alla personalità di Gerda Alexander. Si sente ancora nei miei commenti qualche riserva e qualche reticenza al riguardo di certi casi. Anch'io, nella mia pratica d'eutonista, ho incontrato due, tre situazioni assai sorprendenti.

Gerda Alexander era talmente entusiasta, convincente, portatrice di speranza che poté giovare di tali qualità in queste guarigioni sia oggettivamente sia modificando la relazione della persona con i suoi sintomi e quindi nella sua maniera di parlarne.

Vorrei che gli eutonisti e le persone che hanno amato Gerda Alexander non vedano in questi commenti una sorta di diniego da parte mia nei confronti di quella che mi ha insegnato tutto. Piuttosto la volontà di relativizzare ciò che è detto in questo libro in modo che il lettore che conosce poco o nulla l'eutonia faccia lo sforzo di andare al di là.

L'esperienza della pratica dell'eutonia, come di tutte quelle che mettono l'individuo nella sua totalità di fronte a sé stesso, non si può fare attraverso un libro. Se sarà giustificata dalla scienza tanto meglio per la scienza. Penso, terminando queste righe, ad una frase di Winnicott che Gerda amava molto: "Se c'è qualche cosa di vero in quel che dico, si scoprirà che i poeti ne avranno già parlato" (*Fear of Breakdown*).

Raymond Murcia

Villenave-d'Ornon, 3 febbraio 1997