

"Mélodie kinésique" ou "Musique silencieuse du corps", le mouvement normal a une "mélodie kinésique", il est naturel et fluide. Ce flux d'actions unifié et gracieux est altéré dans le parkinsonisme. Quand nous marchons, nos pas s'inscrivent dans un courant rythmique, un flux automatique qui s'organise de lui-même : cet automatisme normal et bienfaisant disparaît dans le parkinsonisme.

Le parkinsonisme est habituellement qualifié de "trouble du mouvement" même s'il provoque d'autres perturbations : flux de la perception, de la pensée, du sentiment. Le dérèglement de ce flux peut prendre des formes multiples, comme le terme "bégaiement kinésique" le laisse entendre, le mouvement est, non plus, fluide et continu mais haché, saccadé et composé uniquement de départs et d'arrêts ; or le bégaiement parkinsonien (de même que le bégaiement verbal) peut être magnifiquement corrigé par le rythme et le flux de la musique pour autant que celle-ci soit "appropriée"

Les mouvements et les perceptions sont souvent trop rapides ou trop lents et ces mouvements semblent normaux aux parkinsoniens, mais pour peu que la musique soit présente, son tempo et son allure l'emportent sur le parkinsonisme pour permettre de retrouver la vitesse de mouvement.

De fait, la musique résiste à toutes les tentatives d'accélération et de ralentissement et impose son propre tempo. Le tic-tac d'un métronome peut "entraîner" des parkinsoniens, il leur permet uniquement d'avancer pas à pas et cette locomotion métronomique est beaucoup moins automatique et fluide que la vraie marche. Plus encore que d'une suite de stimuli distincts, les parkinsoniens ont besoin d'un flux ou d'un courant rythmique clairement organisé qui les stimule continuellement. Les parkinsoniens ont tendance à s'auto stimuler au moyen de repères extérieurs, le cortex sain permet aux parkinsoniens d'utiliser les stimuli externes pour construire une activité qui compense l'insuffisance des automatismes sous-corticaux.

Avant que la Dopa ne soit prescrite la musicothérapie avait une place des plus importante dans l'hôpital concerné dans le livre cité en réf., et elle continua de l'être après que les effets de cette substance furent devenus erratiques et instables.

*Même si la musique peut suffire à elle seule à débloquer les parkinsoniens, c'est dans la danse que la musique et le mouvement se combinent idéalement. Les effets de la danse sont immédiats, mais ont aussi des bénéfices thérapeutiques en termes de mobilité fonctionnelle et de confiance en soi : la danse favorite est le tango argentin. "Le Tango Argentin" est une danse qui suppose de guider le partenaire. Les "pas" du tango argentin ne sont rien d'autre que des exercices d'équilibre : il faut faire des pas dans toutes les directions, placer un pied devant l'autre, basculer le pied, de l'orteil au talon ou du talon à l'orteil, s'incliner vers le partenaire ou de s'en éloigner, tout cela en conservant un équilibre dynamique à chaque position. La technique du tango accroît la concentration sur une tâche en insistant à demeurer attentif tant qu'un danseur effectue les mouvements requis, qu'il s'agisse de tourner, de marcher, de garder l'équilibre ou les trois à la fois. Comme l'attention du danseur doit se diviser entre la navigation et l'équilibre cela contribue à développer les aptitudes cognitives. Les exercices visant à améliorer l'équilibre engendrent la mobilité fonctionnelle. Ces tâches peuvent consister à marcher en ligne droite, à pratiquer des tours, à veiller à placer le pied comme il convient et à rester conscient de sa posture tout en bougeant.*

C'est bien de la musique que le parkinsonien a besoin, car elle seule est assez rigoureuse tout autant qu'ample, sinueuse et vivante pour provoquer des réactions qui le soient également ; et il a besoin que non seulement la structure métrique du rythme et la libre circulation de la mélodie - ses contours et ses trajectoires, ses montées et ses descentes, ses tensions et ses relâchements - mais aussi la volonté et l'intentionnalité de la musique aident à retrouver la liberté de sa propre mélodie kinésique.

Ecrit d'Henri Bronnec (A.D.P.M.) à partir du livre "Musicophilia" d'Oliver Sacks