

## L'ART DU TOUCHER

Le toucher est essentiel à la vie. Chez le nouveau-né, c'est le sens le plus développé, être touché est indispensable à sa survie et son développement psycho corporel, c'est à travers nos sens et particulièrement le toucher que se tisse notre relation à l'autre, au monde et à nous-même.

Dans le ventre de notre mère et depuis la petite enfance nous avons été touchés de mille et une façons, nourris de caresses aimantes ou de leur absence, de claques ou de coups, être touché revêt des significations très différentes d'une personne à l'autre et réactive des mémoires anciennes. Être touché c'est revenir au corps, revenir au corps permet de revenir à soi, se retrouver dans ce qui au-delà des apparences, du plaisir ou de la souffrance, nous est essentiel et constitue le cœur de la vie.

L'art du toucher est un art de la Présence.

Toucher un corps c'est toucher un être vivant, C'est l'écouter vivre, résonner, résister, s'abandonner, se raconter et se transformer. Un toucher authentique nécessite une totale disponibilité à l'autre, Cela demande une grande qualité d'écoute qu'il s'agisse d'une relation d'accompagnement, de soin ou d'une relation amoureuse, toucher l'autre c'est toujours entrer dans une relation d'intimité que seules la confiance et la sincérité peuvent tisser.

Toucher un corps c'est toucher une âme, une histoire de vie, des trames mémorielles, des peurs, des désirs, une texture d'énergie unique.

Lorsque je masse ou donne un soin énergétique, je me mets au service du langage silencieux de l'instant, sans projection, ni attente particulière, j'écoute et me laisse accorder à cet autre langage. Alors le voyage sensoriel commence : Mes mains écoutent et vont effectuer différents mouvements, se poser, glisser, s'arrêter sur certains points, envelopper, accompagner un déplacement d'énergie, une tension qui se dissout, une articulation qui respire etc... Comme dans une tresse à trois fils, massé, masseur et chant de l'univers s'entrelacent en un seul courant, celui de l'énergie de vie qui circule, apaise, reconforte et nourrit.

Le corps est notre temple, la ' maison de l'âme'

L'art du toucher nous accompagne tout au long de la vie, pour nous soutenir dans la traversée des épreuves et des crises, restaurer la joie intense de se sentir vivant, l'art du toucher aide à canaliser et harmoniser la vie émotionnelle, à pacifier le rapport au corps et au monde, à redécouvrir la sensualité de la vie et l'exprimer. Et lorsque 'tout va bien', l'art du toucher se fait célébration de la joie d'être

Je me sens toujours honorée de vous rencontrer dans ce partage

Chaleureusement

Francine