

LE MASSAGE SENSITIF® : une méthode complète

Voici l'un des rares massages d'origine occidentale. Il se veut, plus qu'un massage au sens classique, une véritable psychothérapie corporelle, un véritable langage non verbal et libérateur.

Le Massage Sensitif a été créé en 1956 par Claude Camilli et a défini la Méthode du même nom quarante ans plus tard.

Claude Camilli, psychologue, sophrologue et analyste jungien est parti du principe que, dans les cas de psychosomatisme (qui, d'après Balint, regroupent plus de 85 % des symptômes physiques), la relaxation et la détente musculaire qui s'ensuivent ne font que relancer les problèmes psychiques qu'elles étaient chargées de remplacer.

La méthode évite cet écueil. Ce n'est pas un massage à proprement parler, mais un langage, un mode de communication non verbal mené à partir d'un support constitué par une transmission de tension-détente. Comme ce qui est advenu lors de notre apprentissage du langage, nous commençons par manier des mots (ici des mouvements) en fonction d'une grammaire, d'une syntaxe.

Après avoir franchi un certain nombre d'étapes les mots deviennent superflus, nous apprenons à manier des idées. A ce niveau, nous dépassons la notion de mouvement préétabli pour laisser place à la libre expression corporelle du massé, qui peut alors être interprétée comme l'est en psychanalyse la libre expression verbale.

Les mouvements de base ne sont pas destinés à constituer les éléments d'un massage comme dans d'autres méthodes. Ils sont plutôt comparables aux kata des arts martiaux et assurent l'équilibre du thérapeute dans ses déplacements et dans le dialogue constant masseur massé.

L'apprentissage des mouvements n'est qu'une étape de la formation, assurée, en France et à l'étranger par des formateurs habilités. La méthode demande un supplément de quatre années de formation, comprend des techniques spécifiques d'entretien, de conduite de réunions et d'interprétation de rêves, une initiation à la psychanalyse freudienne, à la psychologie analytique jungienne, à la dynamique de groupe mises en situation, travail en groupe Balint, supervision analytique...). Ce sont des éléments indiscutables pour tirer pleinement parti de la méthode en tant que psychothérapie corporelle.

Plus qu'une psychothérapie, c'est « un art de vivre » en accord avec soi-même et avec les autres, tirant parti des potentialités qui sont en nous. Cinq séances suffisent pour se rendre compte des progrès réalisés. Beaucoup sont, de ce fait encouragés à persévérer.

Il est possible de suivre des séances de groupe et de rencontrer des « anciens » qui témoigneront de leur parcours.

Claude Camilli