

# **Le corps source de plaisir et d'affectivité**

## *Contact et caresse*

Tout corps non caressé commence à mourir,

Le contact est une source de santé et est l'acte thérapeutique le plus important.

Trouver les chemins pour que tout le monde ait accès aux caresses, des enfants aux vieillards, est la seule révolution qui a un sens.

Notre peau est le seuil d'un mystère merveilleux et terrifiant. La peau a non seulement la fonction de séparer mais aussi d'unir.

La caresse est une expression affective par le contact corporel dont la condition essentielle est un équilibre entre le désir de la donner et le désir de la recevoir.

La caresse a des dimensions organiques et existentielles.

Quand il n'y a pas de réceptivité aux caresses, il s'agit alors d'un monologue où les messages émis n'ont ni réponse ni signification chez l'autre.

L'essence de la caresse est l'établissement d'un circuit de va et vient entre les individus, un dialogue corporel qui atteint différents degrés d'intensité.

La caresse étant un processus aussi profond de mobilisation et de transformation, elle constitue l'instrument le plus effectif pour induire des changements intégrateurs par la connexion de l'énergie de vie avec l'autre et avec l'univers.

De nouvelles investigations ont démontré que les caresses activent le système cardio-respiratoire, dissolvent les tensions motrices chroniques de défense et renforcent le système immunitaire.

La caresse est un acte d'intime reconnaissance et de valorisation de la personne comme un tout.

Nous pouvons assumer avec franchise et objectivité scientifique que la caresse a une profonde valeur éducative et thérapeutique.

*Professeur Rolando Toro Araneda*