

A woman with short blonde hair, wearing a white t-shirt with a logo, is performing a massage on a person lying on their back on a purple mat. The person being massaged has their eyes closed and is wearing a grey t-shirt. The woman is leaning over the person, with her hands on their legs. The background is a plain, light-colored wall. The text "Massage Sensitif® et Méthode Camilli®" is overlaid in a large, yellow, serif font with a drop shadow.

# Massage Sensitif® et Méthode Camilli®

Editeur: Institut Camilli



Ouvrage collectif : Formateurs de l'Institut Camilli  
Coordination: Jean-Dominique Larmeret  
Composition graphique: Noël Maguet

Editeur : Institut Camilli  
ISBN : 978-2-9576263-0-4  
10€ - gratuit au téléchargement



# SOMMAIRE

## **Un fondateur, des méthodes**

Un fondateur..... p. 3

Des méthodes..... p. 6

## **Au cœur de l'humain**

Paroles de corps..... p.14

## **Des valeurs, des savoirs être**

Pour comprendre..... p.24

Pour grandir..... p.29

## **En pratique**

Généralités..... p.36

Les 3 fonctions principales du MS..... p.39

Se former..... p.42

En savoir plus..... p.52



# Massage Sensitif® & Méthode Camilli®

Marques déposées que seuls les praticiens et formateurs habilités sont autorisés à utiliser.





Un fondateur, des méthodes

*Préambule*

## **Fondateur**

*Un pionnier*

*Dans les courants de l'histoire*

## **Des méthodes**

*Une panacée universelle*

*Plus que des techniques, un art de vivre*

*Les plus du sensitif*

*Anneaux borroméens / 3<sup>ème</sup> topique*

*Jamais l'un sans l'autre*

*La voie royale du DAR*



# Préambule

A l'origine, en 1956, centré sur le traitement des psychosomatismes, le Massage Sensitif® a vu se développer plusieurs domaines d'application, bien-être, prophylaxie, psychothérapie, accompagnement des personnes âgées ou dépendantes...

Trois niveaux de pratiques professionnelles correspondent à des formations spécifiques :

- A) Le Bien-être – utilisation de la technique du Massage Sensitif,
- B) La Somatothérapie – utilisation du Massage Sensitif + de l'Entretien Guidé,
- C) La Psycho-somatothérapie – utilisation du Massage Sensitif + de l'Entretien Guidé + du Décryptage Analytique des Rêves.

Les pratiques sont accessibles en séances individuelles de bien-être, d'accompagnement ou de thérapie et/ou en groupes de loisir, d'apprentissage ou de formation.

*Le Massage Sensitif n'a rien à voir avec le massage-médical ou le massage-kinésithérapeutique tel que défini par le décret du 8 octobre 1996. C'est une approche originale du toucher qui s'adresse à la totalité somato-psychique de l'être. Nous conseillons, dans tous les cas, aux participants de consulter un professionnel de santé même si, dans de nombreux cas, ce sont eux-mêmes qui conseillent de s'adresser à nous.*

Claude Camilli s'est vu décerné le Certificat Européen de psychothérapie (European Certificate of Psychotherapy) en janvier 2010.

En début de carrière, lors de remplacements de Professeurs d'Education Physique et Sportive, et grâce à sa pratique approfondie des arts martiaux (entraîneur régional de lutte et de judo) il observa combien l'équilibre corporel peut être en lien avec l'équilibre psychique.

**Major de la promotion** 1956-57 au Centre de Formation et de Recherche du Ministère de la Justice à Vaucresson. Ses multiples implications et décorations illustrent combien Claude Camilli et sa méthode étaient ancrés dans le concret.

**Maîtrise de psychologie.**

Psychologie sociale et de sciences de l'éducation à la faculté de Paris-X Nanterre. Dépôt de thèse de Doctorat avec Jean Maisonneuve et J-CL. Fillioux. Ses études témoignent de son intérêt pour la vie des groupes et les interactions humaines.

**Psychanalyste jungien** (Psychologue analytique). Après une analyse freudienne, il suivit pendant 8 ans une didactique jungienne, puis une supervision jusqu'à ses 80 ans, qui expliquent ses nombreuses références aux concepts jungiens (anima, animus, processus d'individuation...)



**Un homme ancré dans le concret, le cœur grand ouvert  
qui savait se laisser traverser par ses intuitions**

## Dans les courants de l'histoire

Les années 1950-1960, en Occident ont été socialement marquées par des besoins de libération et d'expression des corps et des pensées.

Cette période a vu fleurir de nombreuses pratiques de développement personnel, groupes de thérapies, méthodes humanistes (sophrologie - Caycedo, 1960 / Pensée positive – Norman Vincent Peale, 1952 / Analyse transactionnelle – Eric Berne, 1960 / les méthodes dites New Age)...

Le Massage Sensitif®, 1956, partie corporelle de la Méthode Camilli®, ainsi que ses fondements philosophiques, s'inscrivent dans cette mouvance.



**L'évolution des mentalités ouvre la voie à plus de réalisation de soi,  
plus de contacts, plus d'écologie relationnelle**

# Une panacée universelle?

S'il existait une potion ayant une application à toutes les difficultés physiques et morales, depuis que le monde est monde, nous pourrions penser que cela se saurait. Il n'y a pas de « remède miracle ».

Ainsi la personne qui ne veut pas réellement changer quelque chose dans sa vie établit elle-même des limites aux résultats qu'elle dit rechercher.

Une autre limite aux résultats du Massage Sensitif concerne les causes mécaniques et lésionnelles. Celles-ci sont du domaine de la médecine. Notre action porte plus sur les problématiques fonctionnelles ou psychosomatiques.

Cependant, même lorsque nous ne pouvons rien pour soigner une maladie lésionnelle, chronique, dégénérative... nous pouvons toujours agir sur le moral. Et en retour le moral opère souvent un effet bénéfique sur notre personne.

**Transformons notre conception et nous transformons le monde**



# Des méthodes

## Plus que des techniques, un art de vivre

Massage Sensitif®, Toucher Sensitif®, Méthode Camilli® sont plus que des techniques à vocation de mieux-être ou psycho-somatothérapeutiques. Ils sont de véritables arts de vivre en accord avec soi-même ainsi qu'avec autrui, et permettent une véritable écologie relationnelle.

Art de mieux vivre, de mieux se comprendre, de mieux communiquer.

**Le Massage Sensitif permet de nous révéler à nous-mêmes pour plus de paix et d'harmonie et de manifester davantage notre pulsion de vie.**

Le Massage Sensitif c'est d'abord de la communication qui utilise le toucher comme possibilité de dialogue.

L'important est de savoir entrer en relation.

Le praticien n'agit pas sur une personne mais lui fournit des moyens et points d'appui pour qu'elle puisse agir sur elle-même.

Il favorise sa Libre Expression Corporelle en « laissant venir tout ce qui vient ».

**Aller à l'essentiel vivifie nos pensées, apaise notre corps et nous unifie**

# Les plus du Sensitif

Comme Claude Camilli aimait à le répéter *le Massage Sensitive n'est pas plus du massage que l'eau de Cologne n'est de l'eau.*

Dans la plupart des massages, le masseur est actif et ses mouvements sont connus par sa tête et dictés à ses mains. Il est dans l'action de faire quelque chose pour obtenir un résultat.

En Massage Sensitive on ne connaît jamais à l'avance le déroulement du massage. Le praticien privilégie le temps de l'écoute pour sentir en profondeur les rythmes du massé et se met en accord avec ceux-ci.

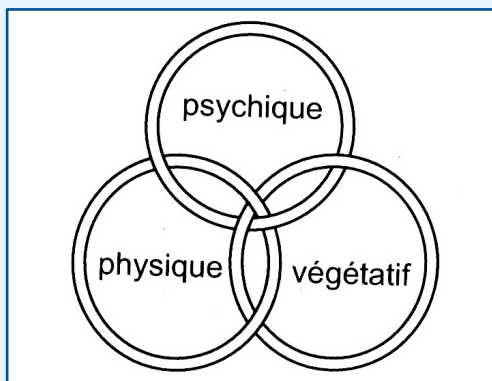
Le Massage Sensitive est une communication où il y a un émetteur et un récepteur. Pour communiquer les deux doivent être sur la même longueur d'onde.

Mais la différence principale réside dans le fait que la personne massée en Sensitive apprend à gérer elle-même sa tonicité et ses temps de détente. Il y a donc là une *dimension d'auto-coaching*.

**L'alternance de temps de méditation et d'action permet une dynamique entre les pôles complémentaires de notre vie**

# Anneaux borroméens : la 3ème topique

Les psychothérapies ont généralement un axe de prédilection, que ce soit le psychisme, le système musculo squelettique, ou le système végétatif. La Méthode Camilli joue pour sa part sur les trois domaines : psychique, physique (volontaire) et végétatif (involontaire).



Claude Camilli, à la suite des deux premières topiques freudiennes (**Conscient, Préconscient, Inconscient** – 1900 – puis **Ça, Moi, Surmoi** – 1920) propose en 2000 une troisième topique : **Psychique, Physique et Végétatif**. Ainsi les corps volontaires et involontaires trouvent leur place comme lieux de dépôt de traces mnésiques du psychisme qui s'actualisent pour passer du sensitif au perceptif.

Le corps vit des expériences, les paroles les font exister

# Jamais l'un sans l'autre

Verbal et corporel sont deux façons de s'exprimer tout à fait complémentaires. Sans l'expérience charnelle nos paroles demeurent dans les concepts, se perchent parfois très haut mais jamais n'atterrissent. Il faut que le verbe se fasse chair mais également que la chair prenne sens grâce au verbe. Les deux sont indissociables pour donner du corps et du sens à l'existence.

La parole fait exister l'expérience corporelle et les vécus corporels alimentent une parole incarnée.

Lors des séances, nous invitons à une alternance (et même parfois à une simultanéité) entre les vécus de massage et leurs mises en mots.



**Le corps vit les expériences, les paroles les font exister**



# La voie royale du DAR

Freud affirmait que *l'analyse des rêves est la voie royale d'accès à l'inconscient*. Nous partons de ce constat.

*Le DAR (Décryptage Analytique des Rêves) est une technique d'interprétation des rêves dans le respect des conceptions de Freud et des apports de Jung et de Lacan, mais en rupture avec l'attention flottante.*

*Le psychothérapeute utilise une grille de décryptage en quinze points (groupés en 5 triades) qui permet au rêveur de prendre conscience de la manière dont son inconscient peut concevoir et compléter sa vie consciente.*

Ainsi les informations croisées du psychisme conscient et inconscient avec ce qu'exprime le corps permettent de considérer les personnes dans leur totalité, et d'accélérer en elles le processus d'individuation.

# Au cœur de l'humain

## Paroles de corps

*Cohérence d'ensemble*

*Quand le corps parle*

*Aller de mieux en mieux*

*Ecoute bienveillante / du vide pour accueillir*

*Lorsque le corps souffre à la place du psychisme*

*S'ouvrir aux autres sans préjugé*

*Une vraie confiance en l'humanité*





# Paroles de corps

## Une cohérence d'ensemble

Les trois principaux outils de la Méthode Camilli sont donc :

**L'Entretien Guidé (EG)**, « *directif dans la procédure et non-directif dans le contenu* ». Il aide à rendre le client/patient autonome, plus maître et créateur de sa vie.

**Le Massage Sensitif (MS)**, langage dans lequel le patient joue un rôle actif. Il peut découvrir les réactions de son corps et les souvenirs qui y sont liés ainsi qu'expérimenter de nouveaux fonctionnements.

**Le Décryptage Analytique des Rêves (DAR)**, technique d'interprétation des rêves dans le respect des apports de Freud, Jung et Lacan. Le thérapeute peut utiliser une grille en 15 points (groupés en cinq triades) qui permet d'examiner les éléments du contenu manifeste, ainsi que ce qui n'apparaît pas ou que par intervalles.

Pour une unité corps-esprit

## Quand le corps parle

Le corps évidemment participe à notre équilibre somato-psychique. *La Méthode Camilli n'est pas une psychothérapie utilisant la psychanalyse, c'est une psychanalyse intégrant le corps...* (Claude Camilli). Une élaboration en trois instances menant à une construction qui connecte corps et psychisme.

*La Méthode Camilli tient compte des précautions préconisées par Freud. Elle respecte la règle fondamentale de la psychanalyse (dire tout ce qui vient sans trier, retenir...) tout en introduisant des perspectives et des éléments novateurs, associant le patient à sa propre évolution, ce qui la rend résolument didactique* (Claude Camilli).

La libre expression verbale préconisée en psychanalyse possède son pendant dans la Libre Expression Corporelle favorisée par le Massage Sensitif.



**La Libre Expression corporelle : voie princière de prise de conscience et d'équilibre**

## Aller de mieux en mieux



Les séances débutent toujours par un temps verbal qui permet de « vider son sac », de formuler une demande, d'expliquer les dysfonctionnements et souhaits, d'en rechercher la cause...

Suit un temps où la parole est laissée au corps qui peut s'exprimer et retrouver tout à la fois paix et énergie.

Enfin dans un troisième temps nous laissons à nouveau les mots donner du sens à ce qui a été vécu corporellement pour « ancrer du positif ».

Les difficultés de la vie agissent sur notre corps et nos vécus corporels. Ils impactent notre vie psychique. Ainsi, que nous souffrions d'insomnie, de manque d'appétit, de douleurs musculaires ou de coups de blues, de passages dépressifs, de manque de confiance, de difficultés à assurer le quotidien, de tensions relationnelles... il vaut mieux ne pas attendre pour se prendre en charge, ne pas laisser des situations ou comportements toxiques s'installer.

**L'équilibre est sans cesse menacé mais c'est en avançant  
que le vélo est le plus stable**

# Ecoute Bienveillante/ du vide pour accueillir

Pour écouter son interlocuteur, il ne s'agit pas uniquement d'entendre avec notre sens auditif les mots prononcés, mais de considérer ensemble ce qui est dit. Le récepteur cherche à attribuer un sens au message. Mais on ne peut écouter qu'en référence à nos connaissances et expériences antérieures. L'écoute implique donc d'entrer en contact avec le monde de l'émetteur, son univers.

Pour cela il faut accepter de se décentrer, laisser de côté ses opinions, habitudes, convictions.

## Un espace de vide

Rien de nouveau ne peut emplir une jarre pleine. Seul un récipient vide peut accueillir un nouveau liquide. Si vous êtes empli de savoirs, croyances, certitudes de ce qui est bon ou mauvais, vous ne pouvez pas entendre. Entendre nécessite un espace de vide en soi-même.

Ecouter demande un savant mélange où il faut pouvoir se mettre suffisamment de côté soi-même tout en étant résolument présent, être libre d'une volonté de résultat tout en restant éveillé et en « at-tension », en tension vers

C'est une attitude particulière, surtout pour qui veut l'utiliser

# Lorsque le corps souffre à la place du psychisme

Le terme de psychosomatisme est un néologisme créé par Claude Camilli. Il indique, plus que le nom psychosomatisation, la dimension dynamique des processus à l'œuvre. C'est une solution trouvée par l'inconscient pour soulager l'esprit et détourner son attention.

C'est en remontant dans l'histoire du patient, jusqu'aux événements refoulés, que la personne trouve les moyens de libérer la personne de ses symptômes. En effet, nous ne nous attaquons jamais directement à ceux-ci, car ils sont le signal d'une problématique et en aucun cas la cause. En cas de psychosomatismes vouloir faire disparaître les symptômes risque de les déplacer ou faire ressurgir l'angoisse.

Cette pratique demande des savoirs, corporels, sociaux, psychologiques, et beaucoup de tact et de respect pour aider le patient à explorer ses fonctionnements inconscients.



**Notre corps recèle notre histoire**

# S'ouvrir aux autres sans préjugé

Claude Camilli fait souvent référence à l'attitude phénoménologique ; en particulier pour montrer de façon concrète que, selon l'endroit où nous nous trouvons, l'objet observé peut révéler des aspects différents et même paraître autre. Appréhender un objet dans sa totalité nécessite de multiplier ses positions d'observateur, de

**Prendre Du Recul (PDR)**

**et**

**d'Ouvrir L'Eventail des possibilités (OLE)**



**Apprenons tous les jours à ouvrir les yeux sur le monde comme si c'était pour la première fois**

# Une vraie confiance en l'humanité

Humanistes dans toutes nos cellules, nous croyons fondamentalement en l'être humain et faisons confiance en ses capacités de compréhension, de croissance, d'auto-détermination. Nous donnons aux humains une position centrale et en lien avec ses semblables.

Nous sommes convaincus que tout être, quels que soient son âge et sa situation, peut apprendre, changer, s'améliorer et mieux vivre en accord avec lui-même et avec les autres. Cela préside à nos pratiques. Cette confiance en l'humain anime les groupes de loisirs, d'apprentissage et de formation ainsi que les thérapies individuelles ; elle permet l'autonomisation des patients/clients, en les aidant à actualiser leurs ressources, à assumer leur vie de manière libre et responsable pour **aller vers leur individuation**.



L'humain et son développement se situent au centre de nos valeurs







# Des valeurs, des savoirs être

## Pour comprendre

*L'expérience avant la théorie  
L'Art d'accoucher de soi-même  
Se décentrer  
S'ouvrir à tous les possibles  
Devenir une oreille accueillante*



## Pour grandir

*Sommes-nous totalement déterminés par  
notre passé ?  
Des totalités indivisibles  
Un espace d'accueil inconditionnel  
La Libre Expression Corporelle  
Un éternel présent*



# Pour comprendre

## L'expérience avant la théorie



Le Massage Sensitif s'est construit non sur des idées mais sur des observations et l'expérience. Nos méthodes, tout en restant fidèles aux principes de son créateur, se nourrissent de nouvelles expériences, de nouveaux savoirs, de nouvelles applications. C'est une méthode vivante et en devenir.



L'expérience corporelle indispensable à la compréhension est au centre du psychisme

# L'art d'accoucher de soi-même

Le terme de « **Maïeutage** » (Claude Camilli) est lié à maïeutique et à message-massage. Socrate, dont la mère était sage-femme, parle de maïeutique, comme art de faire accoucher l'esprit et il en fait la démonstration rapportée par Platon dans le Ménon.

Cependant ce n'est pas l'accoucheur qui a conçu l'enfant. L'enfant existe sans l'accoucheur. Celui-ci l'aide dans l'acquisition de son autonomie physique. De même une personne peut avoir besoin, au cours de sa vie, de l'aide d'un thérapeute pour jouir plus pleinement de son autonomie psychique.

La notion de maïeutage marque le fait que dans la méthode le thérapeute n'émet pas d'opinion personnelle ni de conseil mais aide le patient à mieux se comprendre, à prendre contact avec la réalité et à initier le changement.

**Le praticien connaît la méthode, le client/patient est seul à posséder les contenus de lui-même**

# Se décentrer

Bon nombre de nos difficultés proviennent du fait que nous restons bloqués dans une seule façon de voir les situations qui se présentent à nous. Soit nous nous conformons à la pensée dominante (ou nous y opposons, ce qui revient au même), ou bien nous répétons des fonctionnements anciens non adaptés à des situations nouvelles... Nous enseignons donc à prendre du recul pour porter un regard décalé sur les événements et à se donner les moyens de voir les choses autrement. Illustrons cela par une des nombreuses histoires dont Claude Camilli aimait à émailler ses discours :

Dans leur poulailler deux poules conversent. Regardant les humains au travers du grillage : *tu te rends compte la vie qu'ils mènent ! En permanence enfermés dans leur enclos !*

Il s'agit de progresser tout autant l'art de se centrer que de se décentrer.

Le Massage Sensitif invite à développer tout autant nos attitudes intérieures que nos savoirs-faire.

**Une réelle qualité pour prendre de la hauteur face aux événements  
et situations de la vie**

# S'ouvrir à tous les possibles

Une attitude intérieure est particulièrement efficace lorsqu'une personne vit intensément une émotion et craint d'être débordée par celle-ci : nous lui proposons de rester centrée sur son vécu et en même temps d'observer ce qui se passe et de le dire. Il s'agit de mettre en œuvre une double attention :

1°) d'une part continuer à vivre l'expérience sans chercher à la chasser ni la refouler, donc demeurer acteur de ses ressentis.

2°) d'autre part, et en même temps, prendre la position d'observateur de ce qui se passe.

Cette double attitude est extrêmement puissante pour observer, comprendre, relativiser et donner du sens au vécu sans en être débordé par ses émotions.



**Devenir à la fois acteur et observateur de sa vie : une voie de libération**

# Devenir une oreille accueillante

Ecouter avec tout son être s'apprend. L'écoute est le préalable indispensable à l'entretien verbal, au Massage Sensitif et à la pratique du Décryptage Analytique des Rêves.

Nous ne préconisons pas une écoute « flottante » mais une écoute attentive et soutenue qui se centre autant sur ce qui est dit que sur ce qui ne l'est pas (que ce soit par oubli, refoulement, résistances, réticence...)

Lorsque quelqu'un prononce des mots, il cherche à communiquer un sens. L'écouter cherche également à attribuer un sens au message. Mais on ne peut écouter qu'en référence à nos connaissances et expériences antérieures. L'écoute implique donc d'entrer en contact avec le monde de celui qui cherche à transmettre un message, avec son univers.

Souvenons-nous également d'une règle fondamentale en communication : on ne sait ce que l'on a dit que lorsque nous percevons la réponse du destinataire.

**L'écoute verbale et l'écoute corporelle ne sont pas que des outils qui s'acquièrent  
Il faut devenir soi-même l'outil de l'écoute**

## Sommes-nous totalement déterminés par notre passé ?

Nous faisons nôtre ce principe fondamental de la psychanalyse mais n'y sommes pas enfermés. En effet l'humanisme permet d'affirmer que tout être, quels que soient ses origines, événements et situations que la vie lui présente, peut croître en conscience et en maîtrise de sa vie.

La psychologie analytique de C. G. Jung, les concepts d'inconscient réservoir de pulsions et de refoulement (S. Freud), d'inconscient collectif (C. G. Jung) sont intégrés sans réserve à nos enseignements.

S'y ajoute une distinction importante entre inconscient psychique et inconscient corporel. En effet, la confrontation des vécus psychiques (exprimés par la libre expression verbale) et des vécus corporels (lors des temps de Libre Expression Corporelle), met en évidence les cohérences, incohérences, complémentarités, distinctions entre réel et imaginaire, corps et psyché, pensée et action... chez chaque individu.

**Nos expériences passées éclairent notre présent, nos croyances, nos attirances...**



# Des totalités indivisibles



Notre esprit occidental a tendance à séparer, analyser, diviser. Il y aurait le conscient et l'inconscient, l'homme et la femme, le corps et le psychisme. Cette vision du monde permet de définir en décomposant mais ce n'est pas la seule approche possible.

Considérons le signe du Tao : dans la partie blanche se trouve un point noir et dans la partie noire un point blanc. C'est l'ensemble qui est dynamique et en mouvement. Une lumière sans ombre est aveuglante. Un corps sans esprit est mort, un esprit sans corps est forcément désincarné.

Nous considérons qu'il y a complète interdépendance du corps et du psychisme.

**L'analyse découpe et sépare. Les paroles mises sur les vécus corporels rassemblent, apportent sens et cohérence**

# Un espace d'accueil inconditionnel

Nous ne pouvons pas faire ces métiers sans un amour désintéressé de l'autre. Sans l'envie profonde de voir son client / patient gagner en autonomie et en bonheur. Je ne t'aime pas parce que tu me ressembles, parce que tu es beau ou intelligent, parce que tu es riche ou encore parce que je vais pouvoir satisfaire ma supériorité en t'aidant. Non, je t'aime parce que tu fais partie de l'humanité.

Le praticien n'a en rien à juger, classer, conseiller, excuser... Il accompagne et apporte ainsi confiance et sécurité pour que le client / patient poursuive harmonieusement son processus avec les capacités spécifiques qui sont les siennes.



**Je te reçois, le cœur grand ouvert pour que tu puisses déposer  
tes douleurs, mieux te comprendre et repartir grandi**

# Une Libre Expression Corporelle

Lorsque le massé, au rythme de sa respiration, reçoit alternativement tonicité et détente de son masseur, cela agit comme si il avait à sa disposition un surplus d'énergie.

Cette « énergie » est autant physique que psychique. Viennent alors chez le massé des souvenirs, des remémorations, des associations, pensées et émotions de toutes sortes, mais également des mouvements spontanés de son corps ; il s'étire et se mobilise de façon consciente et inconsciente. C'est ce que nous nommons la Libre Expression Corporelle qui parle autant des fonctionnements de la personne, de son passé que de ses orientations et possibilités à venir.

La Libre Expression Corporelle (LEC) est tout à fait semblable à la Libre Expression Verbale (LEV) en analyse. Elle se dirige toujours vers une plus grande harmonie, ce qui fait pour beaucoup comparer ce massage à une danse. Danse à deux où peut se vivre une fusion sans confusion.



**En rapprochant schéma corporel et image du corps ,  
nous approchons la réalité**

# Un éternel présent

Les trois dimensions du temps doivent être prises en compte pour comprendre un individu : son passé, son présent et son futur.

En simplifiant nous pouvons avancer que la psychanalyse explore le passé pour expliquer le présent et l'attitude psychothérapeutique cherche à construire un avenir meilleur. Certaines pratiques préconisent l'expérience dans « l'ici et maintenant ». La Méthode Camilli s'occupe de ces trois dimensions du temps. Elle fouille le passé pour mettre à jour des fonctionnements récurrents ou inadaptés, elle propose d'expérimenter de nouveaux fonctionnements, lors des séances, puis elle invite à favoriser les changements.



**Pour l'inconscient la conception linéaire du temps n'existe pas**  
**Dans l'inconscient il n'y a pas de passé, présent et futur**  
**Tout existe dans un présent de vérité générale**

## En pratique

## Généralités

*Etre totalement présent / Utiliser tout son corps  
Tonicité, détente, respiration – Pulsation de vie  
Mobiliser toutes nos ressources*



## 3 fonctions principales du Massage Sensitif

*Réparer les dettes en toucher  
Un toucher révélateur de nos fonctionnements  
Un toucher qui permet de construire notre futur*



## Se former

*Des massages pour tous  
Pour une pratique privée  
Pour des relations professionnelles de qualité  
Pour des relations d'accompagnement  
Cadre et déontologie  
Devenir praticien*





# Généralités

Etre totalement présent

Utiliser tout son corps

A photograph showing a massage therapist in a white t-shirt with a logo performing a Sensory Massage on a client lying on their back on a yellow mat. The therapist's hands are placed on the client's lower back and hip area. The text is overlaid on the image.

En Massage Sensitif c'est tout le corps du masseur qui s'adresse à tout le corps du massé.

Pour établir présence, confiance et réelle communication, tout notre corps doit être présent dans les gestes que nous proposons. Si seules les mains se déplacent le massé ne peut se détendre totalement, tandis que, lorsque tout le corps du masseur initie les mouvements de ses mains, il peut entraîner dans une danse. La danse de sa vie.

Ainsi le corps du massé peut se mobiliser en sécurité. Le mouvement devient création permanente.

**Une fusion sans confusion préside à une réelle communication corporelle**

# Tonicité / Détente et respiration

## Pulsation de vie

Pour le masseur c'est un apprentissage de pouvoir se tendre et se détendre au rythme de la respiration de son massé. Il s'agit pourtant d'un réflexe naturel que nous mettons en œuvre spontanément lorsque nous baillons.

En tension et détente nous travaillons sur l'alternance. Il s'agit de tendre progressivement tout notre corps et de le détendre lentement. A l'inspiration les muscles élévateurs des côtes les soulèvent, le diaphragme se tend; l'inspiration est un moment actif ; l'expiration un moment passif pendant lequel tout le corps se détend.

C'est en vivant intensément cette alternance de tonicité et de détente que le masseur va la communiquer à son massé pour qu'il en profite puis l'intègre comme une seconde nature.



**Un flux et un reflux, un mouvement perpétuel qui accroît  
notre sentiment d'exister**



# Mobiliser toutes nos ressources



Alimenté par la tension / détente, spontanément le massé va étirer ou mobiliser son corps. Il suffit alors au masseur de reformuler les gestes ébauchés. Cette reformulation a un effet amplificateur.

En langage verbal la reformulation établit la confiance et la sécurité. Il en est de même en langage corporel. Le masseur qui se tend et se détend au rythme de la respiration du massé, qui utilise tout son corps et qui reformule ce qui est quelque fois juste ébauché par son massé, est vécu comme un prolongement de lui-même.

De cette harmonie peuvent naître tous les possibles.

**Masseur et massé ressortent grandis de cette expérience quasi spirituelle**

# 3 fonctions principales du Massage Sensitif

## Réparer les dettes en toucher

Bien nombreuses sont les personnes qui, même dans leur couple ou leur fratrie, ont accumulé ces **dettes en toucher**. Si mon compte en banque est débiteur il faut bien que je le crédite. En compensation à cette carence corporelle, le massage peut être considéré comme un des gestes de premiers secours.

Il importe donc de soigner particulièrement la qualité du toucher que nous prodiguons. Le toucher n'est pas neutre ; il est porteur de l'état intérieur et des intentions de celui qui le donne. Et cela se ressent même si nous ne savons pas l'expliquer. Ainsi une grande partie du travail du futur masseur consiste à écouter son partenaire pour pouvoir, en retour, offrir le toucher le plus adapté possible, à la personne, au moment, à la situation... Toucher est spontané mais s'apprend également.



Calme, tempérance, agressivité, bonté, accaparement...  
Tout se dit au travers d'un toucher

# Un toucher révélateur de nos fonctionnements

Notre corps parle de nous, de notre histoire, de nos tensions, de nos vécus. Notre anatomie a engrangé mille et unes expériences, mille et unes aventures, mille et unes événements. « *De même que dans le vieux chêne est toujours présent en son cœur la petite pousse, de même chez l'adulte et le vieillard vit toujours le petit bébé* » Claude Camilli. Notre histoire est inscrite au plus profond de nos cellules et notre corps manifeste en permanence son histoire.

Quand tu racontes ton passé tu éclaires ton présent

## Un toucher qui permet de construire notre futur

La connaissance est intéressante mais bien insuffisante à celui qui cherche à aller mieux. Le Massage Sensitif dans sa dimension psychothérapeutique travaille à favoriser le changement. En effet, rester strictement sur le plan psychanalytique permet de se comprendre mais ne change par forcément les situations rencontrées ni la façon de les aborder. Les 3 points de l'Entretien Guidé: **OLE** (Ouvrir L'Eventail), **FDC** (Faire Des Choix) et **QFA** (Quoi Faire Avec) sont résolument tournés vers le futur.

Le mouvement n'est pas qu'une affaire de muscles, il établit des connections neuronales. Ainsi de nouveaux mouvements édifient de nouvelles potentialités, de nouveaux mécanismes psychiques.

La table de massage,  
un espace d'expérimentation ouvert à tous les possibles

## Des massages pour tous

Toutes les pratiques sont accessibles en séances individuelles et/ou en groupes d'apprentissage, de formation ou de thérapie.

La Méthode Camilli consiste à travailler simultanément, au cours d'une même séance sur les trois instances : psychique lors d'un premier temps verbal, physique et végétatif lors d'un temps corporel, puis sur les trois en faisant des liens lors d'un nouveau temps verbal.

Le toucher est vital pour notre équilibre, essentiel pour nos communications, indispensable à celui qui souffre. Le massage est une composante nécessaire à notre écologie relationnelle.

Nombreux sont les domaines où le massage a une place de choix : le bien-être, la communication, la connaissance de soi, la prophylaxie, la thérapie...



Le massage n'est pas réservé à des professionnels. C'est une merveilleuse façon de communiquer dans les couples, en famille ou avec des amis. Lors des 15 journées de cycle élémentaire nous enseignons comment donner et recevoir des massages, à être attentif à nos ressentis, à en parler, à écouter nos partenaires.

Les groupes de découverte, de loisirs, d'apprentissage permettent, dans des cadres sécurisés et respectueux, des rencontres humaines enrichissantes. Ils favorisent les liens entre notre schéma corporel et notre image du corps pour des vécus plus équilibrés. Ils aident à développer nos sentiments d'unité et d'harmonie.

Vous pouvez débiter à votre rythme lors d'ateliers, de journées, des week-ends ou de stages avec le ou les formateurs et animateurs dans quasiment toutes les régions.

**15 jours de cycle élémentaire au rythme de chacun,  
adaptés aux attentes personnelles**

## Pour des relations professionnelles de qualité

Ensuite vous pouvez vous former à une pratique professionnelle de « Massage Sensitif<sup>®</sup> de Bien-Être » en un court laps de temps tout en bénéficiant d'apports techniques et professionnels éprouvés.

Apprentissage et approfondissement de la technique du Massage Sensitif<sup>®</sup>. Formation à la pratique de séances individuelles de Massage Sensitif<sup>®</sup> de Bien-Être, gestion des situations rencontrées, accompagnement de la démarche professionnelle... et bien d'autres sujets que vous trouverez sur le descriptif des formations de l'Institut Camilli.



Formation en 4 sessions de 3 jours + travail personnel et stage en entreprise.

Cette pratique permet d'apporter du bien-être aux personnes qui en ont besoin tout en leur apprenant à gérer leurs tensions et à mieux vivre leurs corps.

**15 jours de cycle élémentaire au rythme de chacun adaptés aux attentes de chacun + 12 jours de professionnalisation**



## Pour des relations d'accompagnement

Pour toute personne voulant exercer la relation d'aide et l'accompagnement par le toucher en activité principale, ou souhaitant intégrer les dimensions verbales et non verbales, propres à la Méthode CAMILLI<sup>®</sup> dans sa pratique professionnelle (psycho-médico-sociale-éducative) et sa vie personnelle.

Dans ce cursus, y sont enseignés la psychopathologie, l'état sophronique, les mécanismes de défense, les différentes dimensions de l'existence... (se référer au descriptif des formations).

Formation en 10 modules de 3 jours + travaux personnels.

Exercice en cabinet privé, centres de santé, de gestion du stress, de développement de la personne...

**Formation de 48 jours de somatothérapeute**



## Cadre et déontologie

Un code de déontologie encadre les activités des praticiens bien-être, somatothérapeutes, psycho-somatothérapeutes, formateurs et élèves; en voici quelques extraits.

**Préambule de ce code :** Le Praticien exercera avec le maximum de science, de conscience et d'ouverture d'esprit, et il se comportera de façon à honorer la confiance que lui témoignent non seulement les Clients qui font appel à ses services, mais aussi ses collègues, et l'Institut Camilli qui cautionne ses compétences et sa pratique du Massage Sensitif® et de la Méthode CAMILLI®.

Il restera constamment conscient du fait que sa position de Praticien lui permet d'influencer ses Clients de façon sensible. Il envisagera donc cette possibilité avec prudence, et uniquement dans l'intérêt du Client, et se souviendra qu'il est responsable, envers son Client, des répercussions possibles de ses interventions.

Le Praticien respectera la liberté, les convictions et les appartenances sociales, culturelles et professionnelles de ses Clients. Il ne mêlera pas ses opinions personnelles avec son activité et ne se laissera pas influencer par les pressions institutionnelles (politiques, économiques, sociales...) ce qui entraînerait un mésusage de ses connaissances et de ses aptitudes.

Ce Code de Déontologie sert de fondement et d'orientation dans les relations du Praticien avec ses clients et collègues, ainsi que dans ses rapports avec les institutions. Il a en outre pour fonction de protéger les stagiaires en formation, et les clients de toutes dispositions allant à l'encontre des termes de ce Code.

# Se former

## Devenir praticien

L'Institut Camilli est le seul organisme de formation qui est autorisé à utiliser les marques Massage Sensitif® et Méthode Camilli®. Il assure la transmission des méthodes. Organisé en association loi 1901, l'Institut Camilli, avec ses 30 formateurs, enseigne les Méthodes : Massage Sensitif®, Toucher Organique®, Décryptage Analytique des Rêves®, Méthode Camilli®.

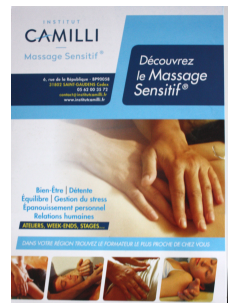
L'Institut est installé dans de nombreuses régions ; il est ainsi possible de faire les 15 premières journées de formation (Cycle Élémentaire) près de chez vous.

**6 rue de la République  
BP 90058 – 31802 Saint-Gaudens  
Tél 05 62 00 35 72**

**Mail : [contact@institutcamilli.fr](mailto:contact@institutcamilli.fr)**



depuis juillet 2020



# Témoignages

*J'étais en dépression depuis 2 ans et n'arrivais pas à remonter la pente. Merci à Caroline et ses massages sensitifs. Elle m'a remise sur pieds en 4 mois. Aujourd'hui si j'ai un coup de blues je sais quoi faire.*  
**Nicole (secrétaire)**

*Merci au Massage Sensitif. Je le pratiquais depuis 3 ans ; suite à un accident je me suis retrouvé dans un coma artificiel pendant 3 semaines. La sortie fut difficile mais dès mon premier petit réveil je me suis mis instinctivement à me tendre et me détendre et à respirer profondément. Ce fut spectaculaire. Au bout de 24h les soignants constatèrent que je n'avais pas besoin de rééducation respiratoire et j'étais sur mes 2 jambes en 48h.*  
**Vincent (thérapeute)**

*Ma fille décrochait au collège et elle était harcelée par des camarades. Elle se renfermait de plus en plus. Les séances de Méthode Camilli lui ont redonné l'énergie de faire taire ses harceleurs et de se remettre aux études avec plaisir.*  
**Pervenche (mère de 5 enfants)**

*J'avais du mal à sentir correctement mes gestes pendant les matchs. Je faisais plus de fautes et marquais moins de points qu'à l'entraînement. En 7 séances j'ai dépassé les performances que mon entraîneur attendait de moi.*  
**John (basketteur professionnel)**

*Depuis 6 ans j'avais des douleurs récurrentes à la poitrine à chaque début de WE. Les médecins et les diverses radios et analyses ne montraient rien. J'ai été suivie en Méthode Camilli. Au début lorsque j'ai pu comprendre leurs causes, les douleurs se sont atténuées. Puis lorsque j'ai pu mettre en place d'autres fonctionnements, elles ont tout à fait disparues. Depuis 10 ans plus aucun symptôme et je peux vivre mes WE sereinement.*  
**Stéphanie (commerçante)**

*Depuis l'âge de 15 ans j'étais complexée. Je n'aimais pas mon corps, m'habillait n'importe comment, ne sortais pas. Le massage sensitif m'a vite donné confiance en moi et m'a permis de trouver la vie sociale et amoureuse à laquelle je n'osais presque plus croire. **Delphine (technicienne de surface)***

*J'ai été en psychanalyse pendant 12 ans. J'avais un peu le sentiment de stagner. 6 mois de séances de Méthode Camilli m'ont permis de donner un nouveau sens à ma vie. Je ne dis pas que la psychanalyse a été inutile mais le côté concret de cette méthode a vraiment accéléré mon changement. **Thierry (rentier)***

*J'ai toujours beaucoup trop fumé. Plusieurs fois j'ai fais des tentatives d'arrêter. Mais je reprenais rapidement. La méthode Camilli m'a permis de désamorcer cette addiction. Depuis 3 ans j'ai arrêté et ne suis absolument pas tentée de refumer. **Marie-Claude (coiffeuse)***

*Depuis toujours j'avais envie de consacrer plus de temps à chacun de mes patients. Je participe à des groupes de massage sensitif depuis 1 an. Tous mes patients me disent combien ils se sentent écoutés et me remercient du temps que je leur consacre alors que je n'ai absolument pas changer le rythme de mes rendez-vous. Une belle école d'écoute et de disponibilité ! Ajoutez à cela que je travaille plus détendue. Nous sommes tous gagnants. **Christine (médecin généraliste)***

# Témoignages

*J'avais des journées exténuantes. Je me suis adressé à Sylvie pour me faire masser régulièrement. Cela m'a très vite fait un bien immense. Après mes journées de 12 à 15 heures je retrouvais de l'énergie. Mais ce à quoi je ne m'attendais pas c'est que j'ai pu parler de mes soucis. J'ai eu une magnifique écoute. Cela me permettait de faire le tri entre mon travail, ma famille, mon organisation. Les quelques renvois de ma masseuse était toujours très justes. J'ai pu mettre tout à plat, m'organiser autrement et être plus efficace en consacrant moins de temps. Bravo, je ne m'attendais pas à cela en venant me faire masser.*  
**Yves (directeur d'usine)**

*Il y a 5 ans, mon mari m'avait quitté. J'ai du changer de logement ; je ne supportais plus les enfants à l'école. Je n'avais qu'une idée : rester au lit. Je me suis toujours un peu moquée des personnes qui voyaient des psys. Je suis cependant allée voir une somatothérapeute parce que je savais qu'elle faisait des massages. J'ai été surprise de tant parler. Mais dès la troisième séance un déclic s'est produit. Ma tête, mes émotions, mon corps... Tout reprenait sa place. Je pouvais partir vers une autre vie et je retrouvais chaque jour les enfants de ma classe avec plaisir.*  
**Bénédicte (Professeur des écoles)**

*Je n'en peux plus, les collègues sont malades, la hiérarchie nous change sans cesse de service et d'horaires, les médecins sont hautains, les familles et les malades nous pressent. Comment trouver un autre travail ? Je ne veux pas de massage car je sens que je vais craquer si je lâche. Il nous a fallu tout un temps d'apprivoisement. Nous avons plus abordé mes rêves et ma façon de voir le monde que l'expression corporelle. Je redevais plus paisible au fil des séances. Aujourd'hui j'ai trouvé de l'énergie pour débiter dans un autre poste, je sais relativiser les pressions de toutes sortes, me positionner comme une aide pour les autres. C'est moi qui les aide à gérer leurs propres difficultés.*  
**Bernadette (infirmière)**

*J'ai toujours fait beaucoup d'heures sur mon tracteur. Mon dos, même s'il n'est pas tout neuf est en relativement bon état. Alors pourquoi ces intenses douleurs aux lombaires depuis 10 ans. J'ai essayé les magnétiseur et plein de thérapies alternatives sans effet. Je tombais par hasard sur un prospectus : Massage Sensitif donné par Sophie. Pourquoi pas. J'ai autant parlé de moi, de mon enfance, de mes soucis que j'ai été massée. J'ai compris ce que ces douleurs me permettaient et m'évitaient. Partant de là, je n'ai plus eu besoin de souffrir. Je continue maintenant à me faire masser et à parler de mes soucis car cela me libère.* **Henry (Agriculteur)**

*J'ai toujours beaucoup lu. Mais j'ai eu l'impression le jour même de mes 80 ans que la vie s'arrêtait pour moi. J'avais toujours pensé que c'était un seuil. Du jour au lendemain je passais chez les vieux et je me mis à avoir mal partout. Pourquoi cette idée ancrée en moi. J'ai pu dérouler l'écheveau de mes croyances. La thérapeute m'a fait confiance malgré mon âge et dans ma tête mon âge a changé. J'ai un peu délaissé les livres ; je vais danser, faire de la gymnastique et de la randonnée. Je respire une nouvelle vie et je n'ai plus de douleurs.* **Marie-France (ex Bibliothécaire de 85 ans)**

*J'ai reçu Lionel (7 ans) qui faisait des cauchemars et somnolait à l'école. Il s'y faisait gronder et ne voulait plus y aller. Méfiant au début nous avons donné de la place à ses rêves et à ses fantasmes. Parallèlement nous avons permis une nouvelle liberté à son corps d'enfant. 5 séances ont suffi pour que les cauchemars cessent, soient remplacés par des rêves agréables et que le goût de l'école revienne. Il demande à continuer à venir tous les deux mois en disant à sa mère " je vais faire danser mes rêves".*

## En savoir plus

**I** Claude Camilli, Massage Sensitif, psychothérapie corporelle et psychosomatismes, Paris, Editions médicales Maloine, 1979, 160 p (ISBN 2.224.00510.5)

**II** Claude Camilli, 100 questions, 101 réponses sur le Massage Sensitif, Paris, éditions médicales Maloine, 1991, 160 p (ISBN 2.224.02.107.0)

**III** Claude Camilli, La méthode Camilli psychanalyse corporelle, Meschers (17), collection Essentialis, Bernet-Danilo, 1999, 61 p. (ISBN 2912663-27X)

**IV** Claude Camilli, Le toucher et la psychanalyse, collection Méga Essentialis, Bernet-Dinalo, 2003, 128 p. (ISBN 2-912663-39-3)

**V** Claude Camilli, Le DAR Décryptage Analytique des Rêves, éditions Amalthée, 2018, 216 p (ISBN 978-2-310-03875-1)

Sites : [www.institutcamilli.fr](http://www.institutcamilli.fr)  
<https://medecines-douces.eu/annuaire/index-2-praticien>  
<http://mon-psychotherapeute.com>

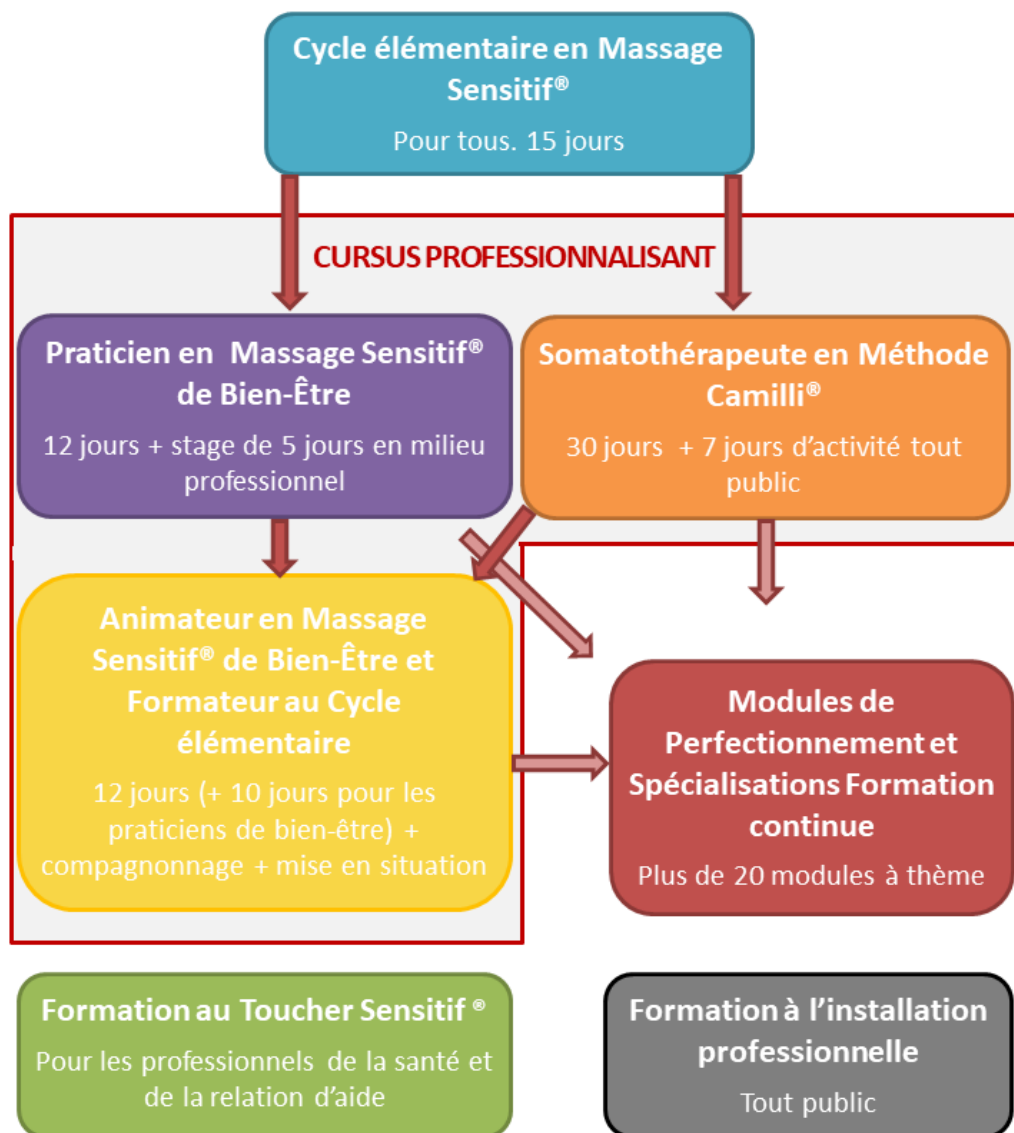
Dossier d'articles : [contact@institutcamilli.fr](mailto:contact@institutcamilli.fr)

Mémoires de thérapeutes : plus de 120 mémoires ; liste et textes auprès de [contact@institutcamilli.fr](mailto:contact@institutcamilli.fr)

Liens avec d'autres mouvements :  
FF2S : Fédération Française de Somato-Psychothérapie et Somatothérapie.

FFMBE : Fédération Française de Massages Bien-Etre.





Cette version courte de l'ouvrage Massage Sensitif® et Méthode Camilli® a été élaborée par l'équipe des formateurs de l'Institut Camilli. Elle est destinée à faire connaître les fondements philosophiques et pratiques de ces méthodes.



De référence psychanalytique, Massage Sensitif® et Méthode Camilli® peuvent se pratiquer en séances individuelles dans un objectif de mieux-être ou d'aide somato-psychothérapeutique ou bien en groupe pour apprendre à mieux se connaître, à gérer ses stress, à partager ce soit dans un objectif personnel ou professionnalisant.

Décembre 2020

10€ - gratuit au téléchargement

ISBN : 978-2-9576263-0-4