

Cet été, de retour de notre semaine de stage de Gymnastique Holistique j'ai vécu dans mon corps la «révélation» de ces muscles qui s'étaient suffisamment allongés pour m'offrir sur le dos un confort si miraculeux à mon âge que je l'ai cru un temps provisoire...

Dans ces moments d'émotion, je me souviens vous avoir écrit dans ma tête une lettre qui n'était que bonheur et grâce. Les mêmes mots n'affleurent plus à ma mémoire ce matin mais ce dont je suis sûre, c'est qu'ils parlaient de la merveille de ce corps invisible, de son infaillible mémoire et de sa capacité à lisser même de si vieilles tensions que j'en pleurerai de reconnaissance. Ils parlaient de son aspiration à l'ordre et à la verticalité, de son inépuisable tendresse et du don de lui-même que notre corps est toujours prêt à nous faire malgré nos années de désertion et d'abandon.

Tout ceci est bouleversant... Et puis, ces mots parlaient encore du souffle, de ces sculpteurs de notre propre corps que nous pouvons devenir par la grâce du souffle... Même fugace, même éphémère. Quand j'ouvre une telle porte en moi, plus rien n'est jamais comme avant. Je garde, chevillée au corps et à l'âme, la nostalgie de ces moments rares et intimes, avec le désir intense de les revivre.

Sans doute mes mots de ce matin sont-ils moins précis, plus maladroits qu'au retour du stage. Puissent-ils modestement témoigner de la force et de la justesse de votre travail.

Je vous remercie Michèle, de votre disponibilité et de votre qualité d'écoute  
Jacqueline Gaudette