

Des mains qui racontent des histoires



Adriana S. Teixeira

Cher lecteur,

L'histoire que vous venez de lire est une manière ludique d'expliquer aux enfants — et à nous, les adultes — que nos corps gardent en eux les souvenirs de nos vies.

La Thérapie Manuelle Évolutive reconnaît cette profonde connexion entre le corps, l'esprit et les émotions. Par des gestes doux et précis, elle aide à libérer les mémoires enfouies afin que l'équilibre naturel puisse revenir.

Cette approche ne soulage pas seulement les douleurs physiques, mais cela peut aussi aider à traiter des questions émotionnelles, des traumatismes et des schémas que nous portons sans nous en rendre compte.

Pour les enfants, c'est un soin plein de tendresse, un apprentissage du lien avec leur propre corps — un ami fidèle, toujours prêt à parler, si on sait l'écouter.

En tant que parents ou accompagnants, nous pouvons observer comment nos petits expriment leurs émotions, parfois à travers leur corps. Très souvent, leurs comportements ou leurs symptômes physiques sont des façons d'exprimer ce qu'ils ne savent pas encore verbaliser.

La Thérapie Manuelle Évolutive nous apprend à accueillir ces messages avec douceur, pour les transformer en guérison.

Si cette histoire a éveillé votre curiosité, peut-être est-ce le moment d'en apprendre davantage.

Prendre soin du corps, c'est aussi prendre soin de l'esprit et des émotions.

Parce que nous portons tous des histoires... et parfois, il suffit d'une main bienveillante pour nous aider à les laisser s'envoler.

Avec tendresse,
Adriana Teixeira

Préface

Cela fait plus de quarante ans que je suis invité à venir former les physiothérapeutes brésiliens à la Microkiné Evolutive ou Thérapie Manuelle Evolutive (TME).

Je n'ai rencontré que des personnes fabuleuses, respectueuses et d'une motivation sans faille qui ont permis le développement de la TME dans tout le Brésil (Sao Paulo, Londrina, Porto Alegre, Curitiba, Salvador de Bahia, Fortaleza, Rio de Janeiro, Florianópolis).

Quelle magnifique aventure !

Au dernier stage de révision en 2025 à Sao Paulo, un cadeau inattendu : un ouvrage coloré et humoristique pour enfants et adultes retrace le parcours de la vie de la TME. Il donne des explications claires aux lecteurs de l'utilisation et du bon fonctionnement de cette technique.

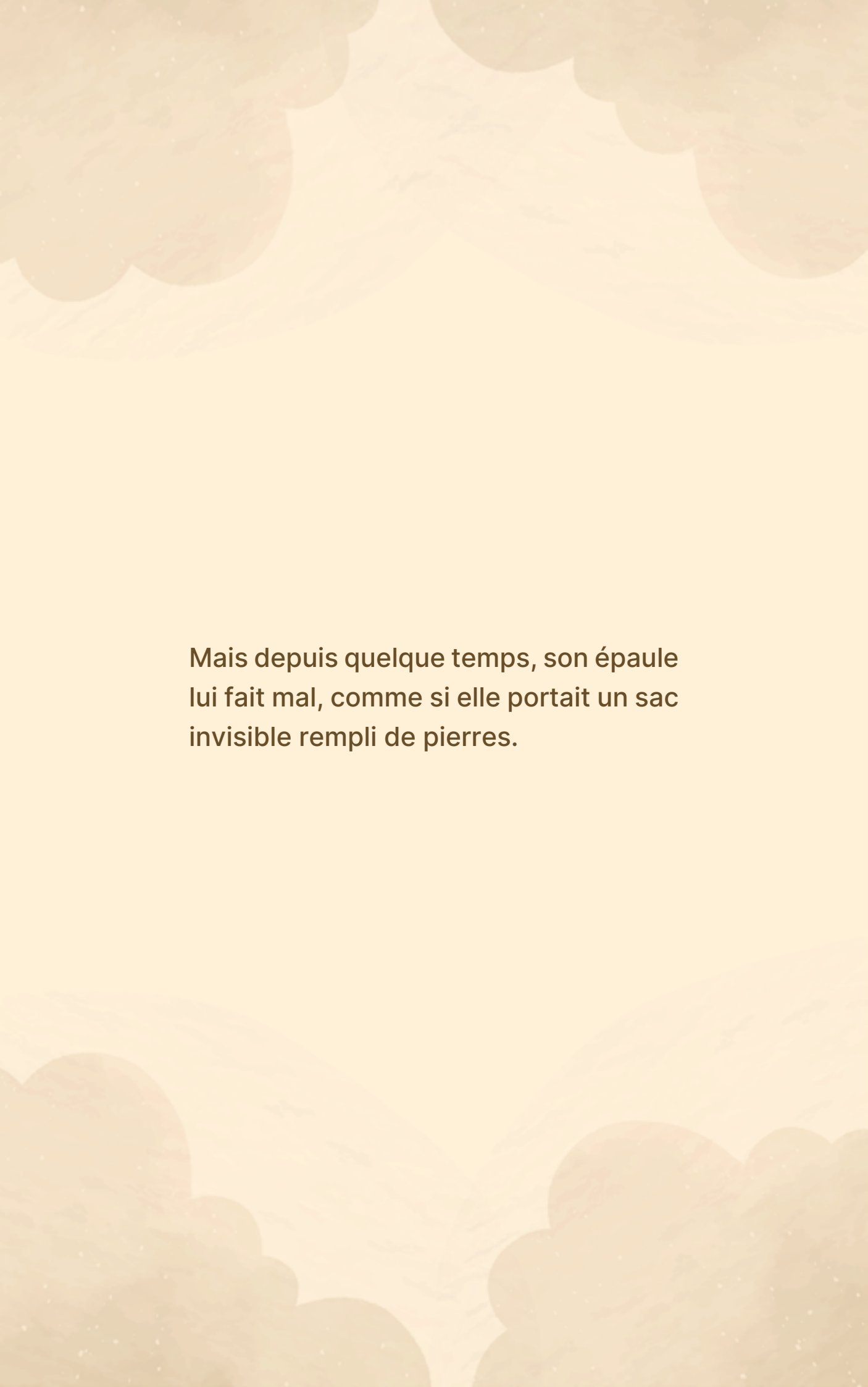
Merci à Adriana Silva Teixeira pour ce travail minutieux et merveilleux qui informe et interpelle les lecteurs par des scènes réalistes et adaptées à notre quotidien.

Patrice BENINI, Gérard VAUDAUX, Gladys BENINI, Geneviève VAUDAUX

The background features a soft, warm-toned illustration. At the top, a large, pale yellow sun with wavy rays is partially obscured by several fluffy, light-brown clouds. The sun's rays extend downwards across the page. At the bottom, more of these light-brown clouds are visible, creating a sense of depth and atmosphere. The overall color palette is muted and cozy, with shades of cream, beige, and light brown.

**Clara adore dessiner et
inventer des histoires**





Mais depuis quelque temps, son épaule
lui fait mal, comme si elle portait un sac
invisible rempli de pierres.



« Mais je n'ai rien fait de spécial... pourquoi ça fait si mal ? »

Papi Raoul, inquiet et bienveillant, la regarde avec douceur :

- Papi Raoul : « Tu sais, parfois le corps parle quand le coeur ou la tête ne savent pas encore quoi dire. Sofia sait écouter ces paroles silencieuses. Allons la voir, d'accord ? »

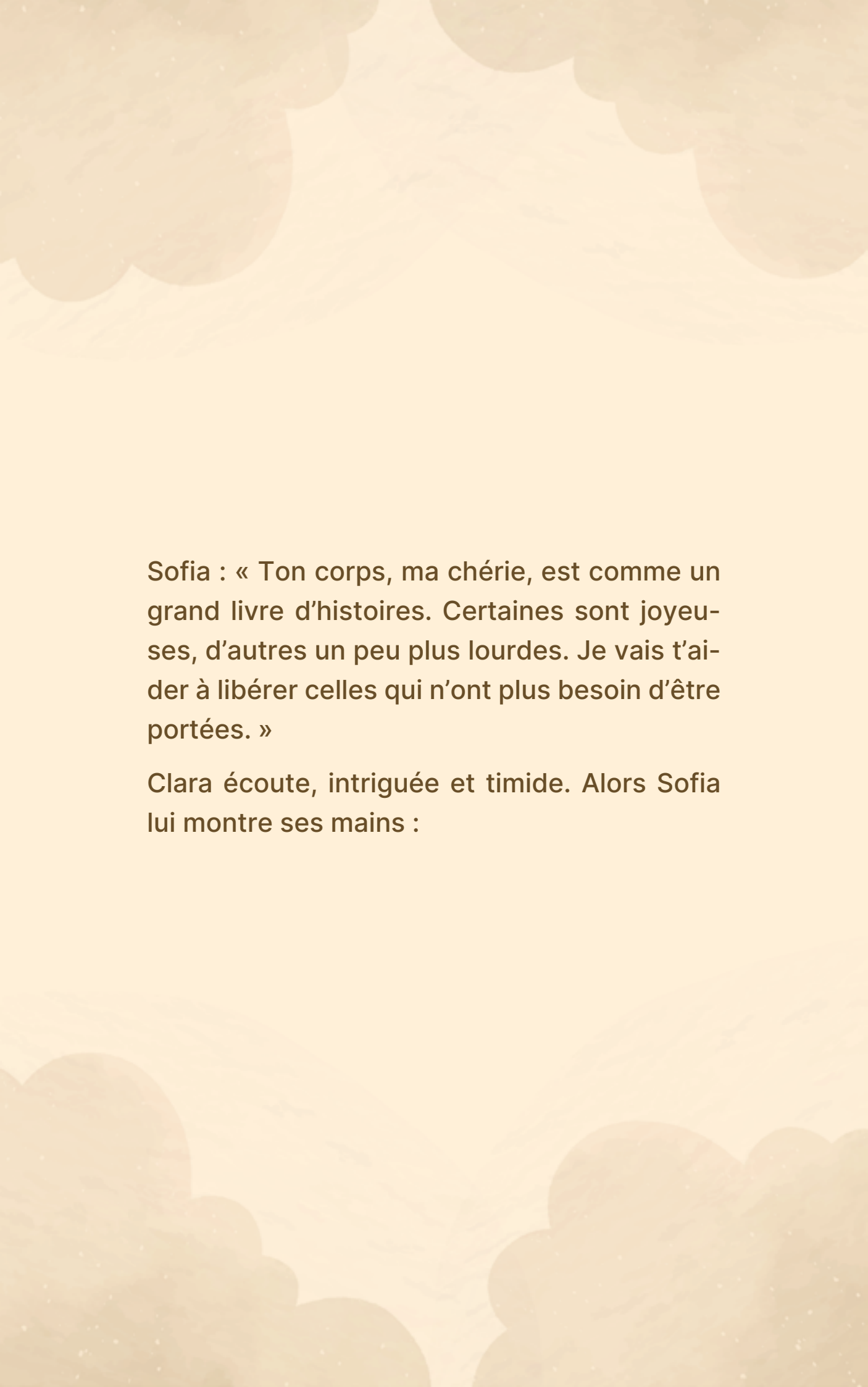




Clara et papi Raul arrivent au cabinet de Sofia,
un espace chaleureux et très calme.

Sofia accueille Clara avec un sourire et dit :

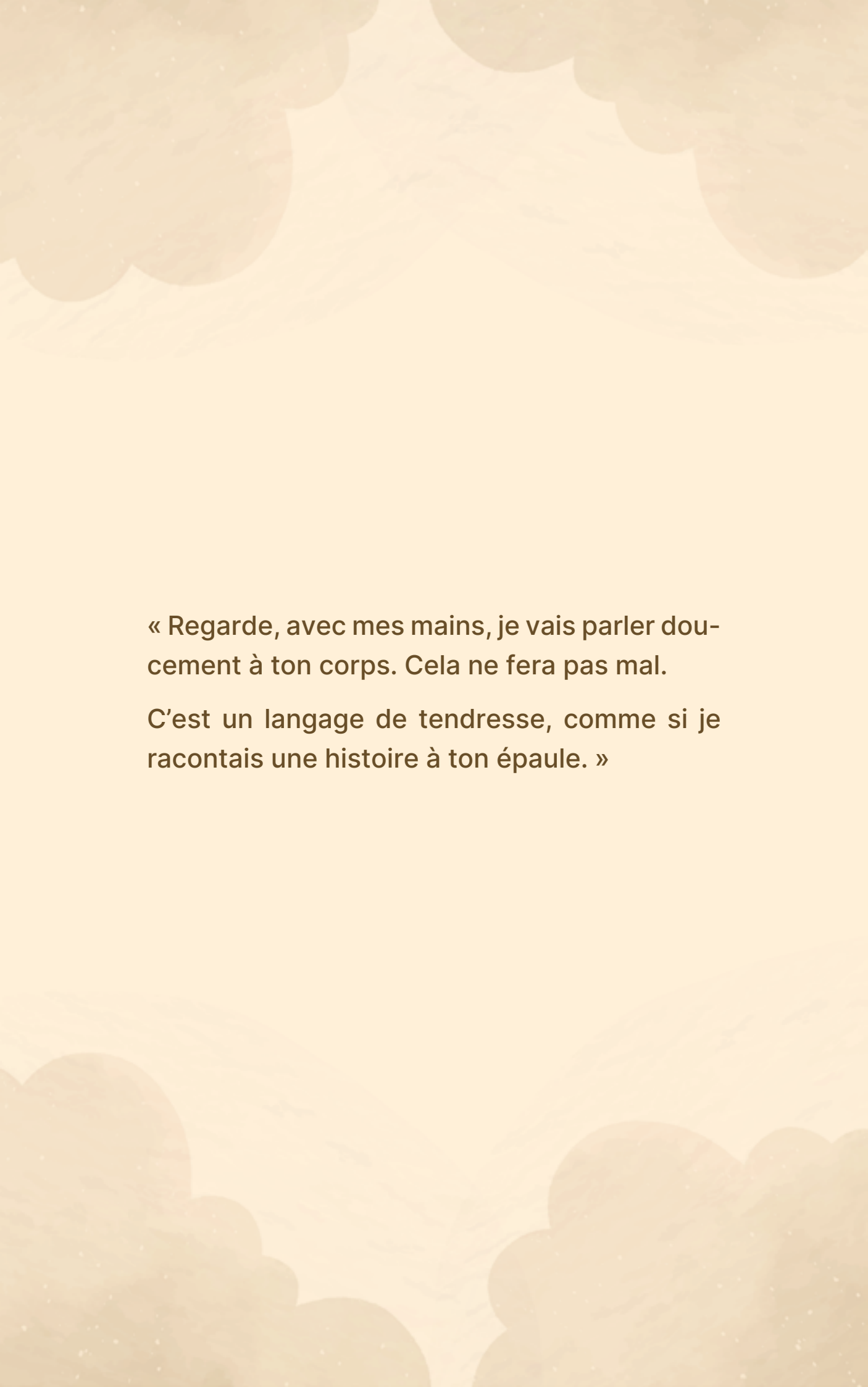




Sofia : « Ton corps, ma chérie, est comme un grand livre d'histoires. Certaines sont joyeuses, d'autres un peu plus lourdes. Je vais t'aider à libérer celles qui n'ont plus besoin d'être portées. »

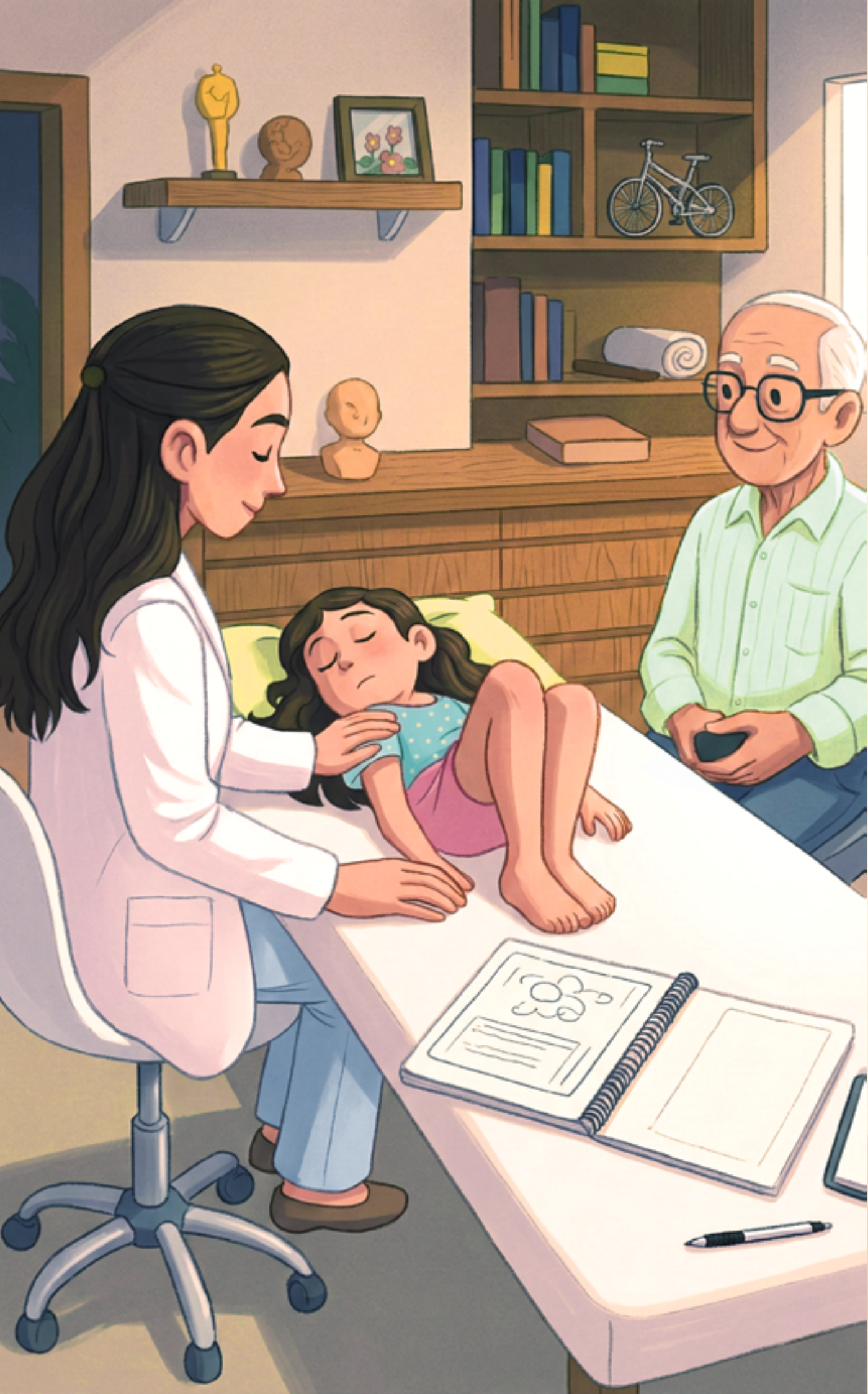
Clara écoute, intriguée et timide. Alors Sofia lui montre ses mains :

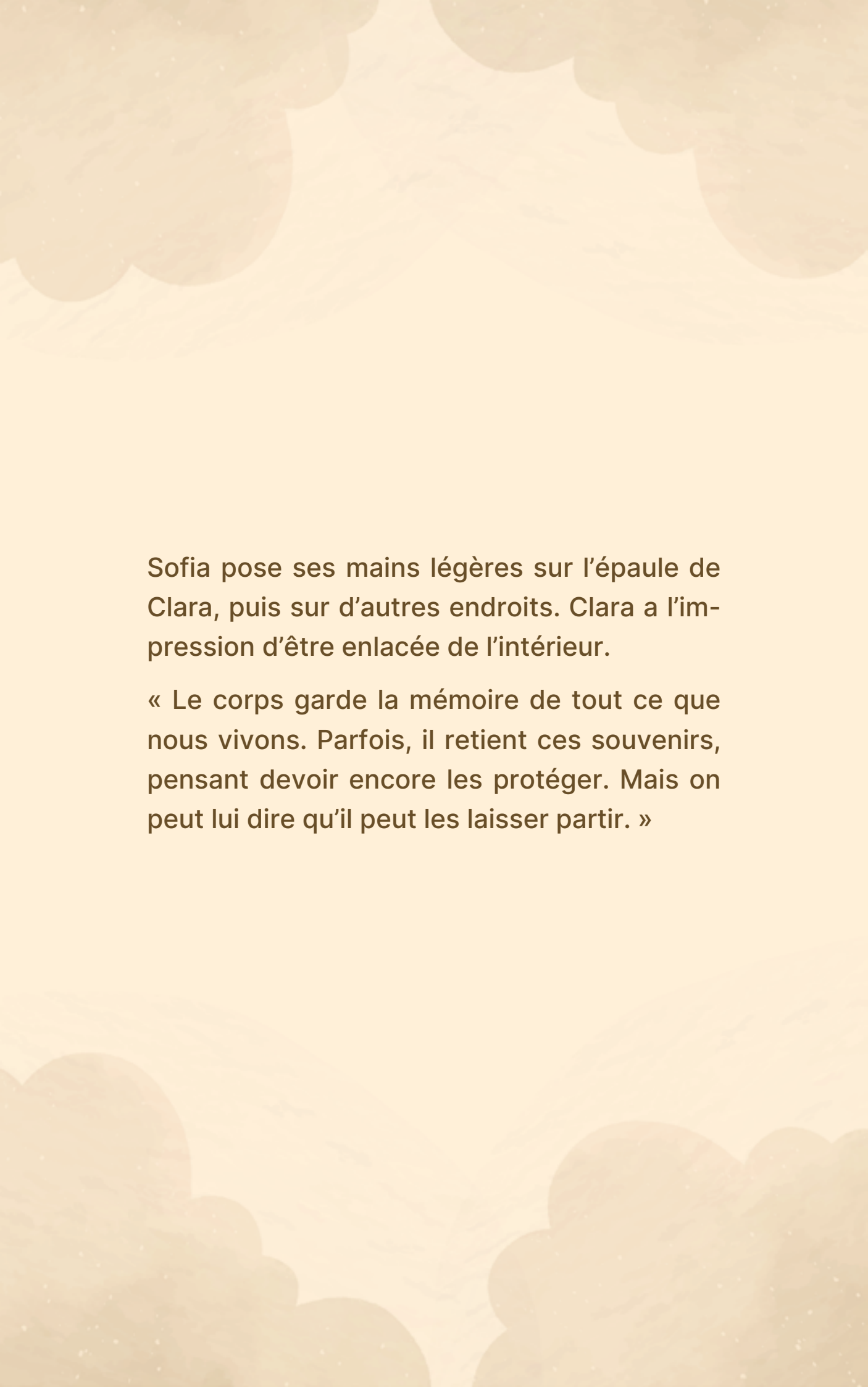




« Regarde, avec mes mains, je vais parler doucement à ton corps. Cela ne fera pas mal.

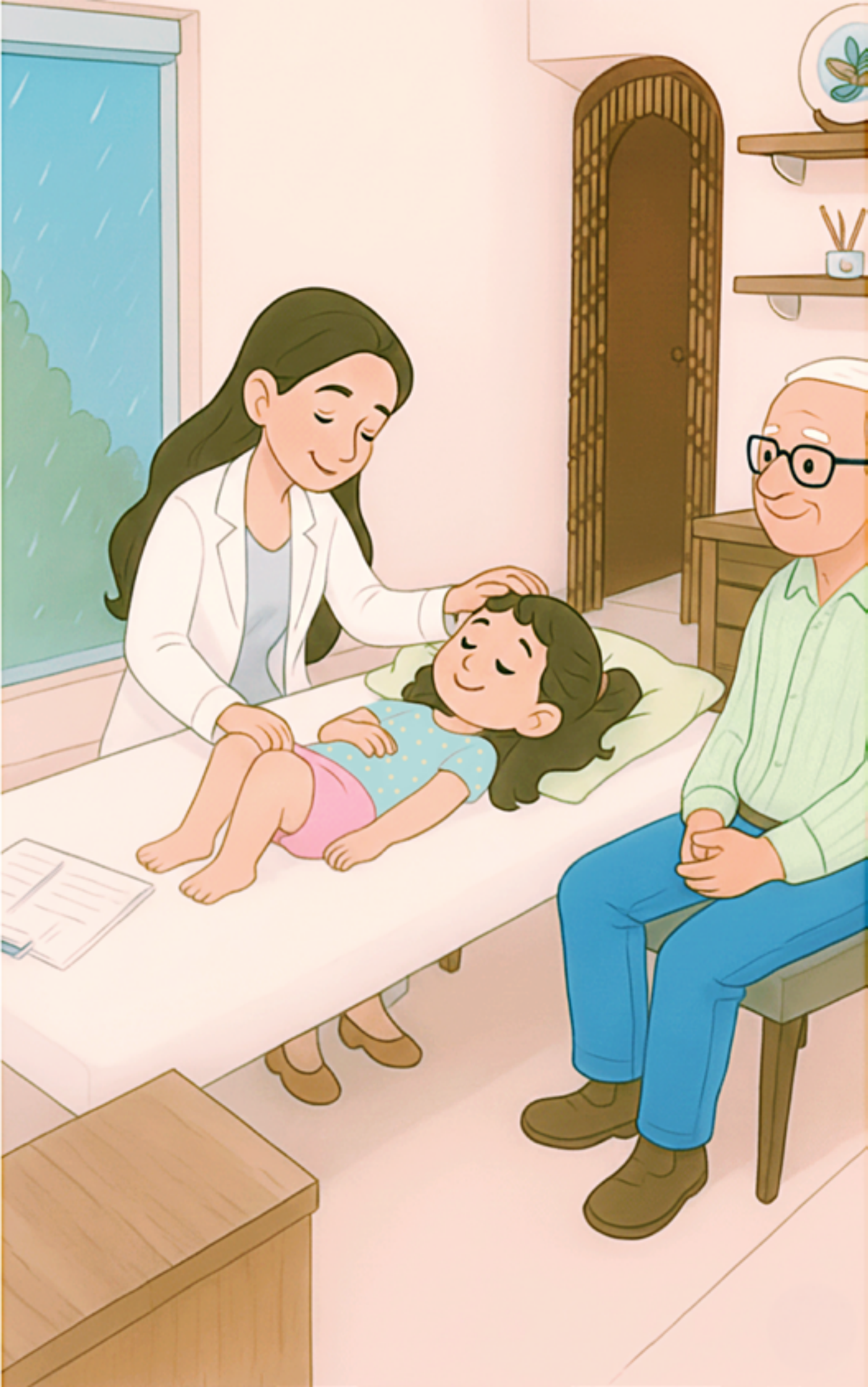
C'est un langage de tendresse, comme si je racontais une histoire à ton épaule. »

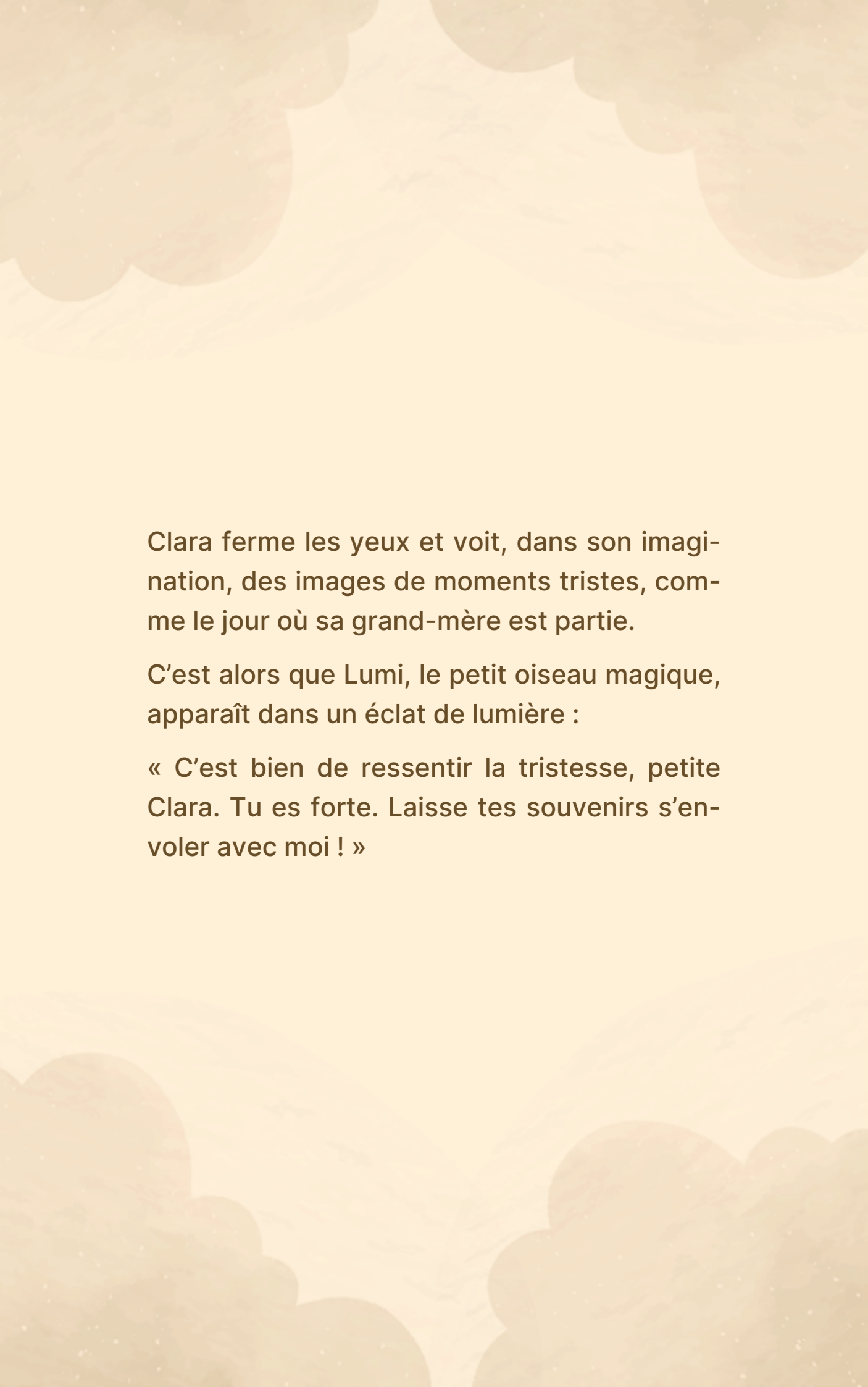




Sofia pose ses mains légères sur l'épaule de Clara, puis sur d'autres endroits. Clara a l'impression d'être enlacée de l'intérieur.

« Le corps garde la mémoire de tout ce que nous vivons. Parfois, il retient ces souvenirs, pensant devoir encore les protéger. Mais on peut lui dire qu'il peut les laisser partir. »



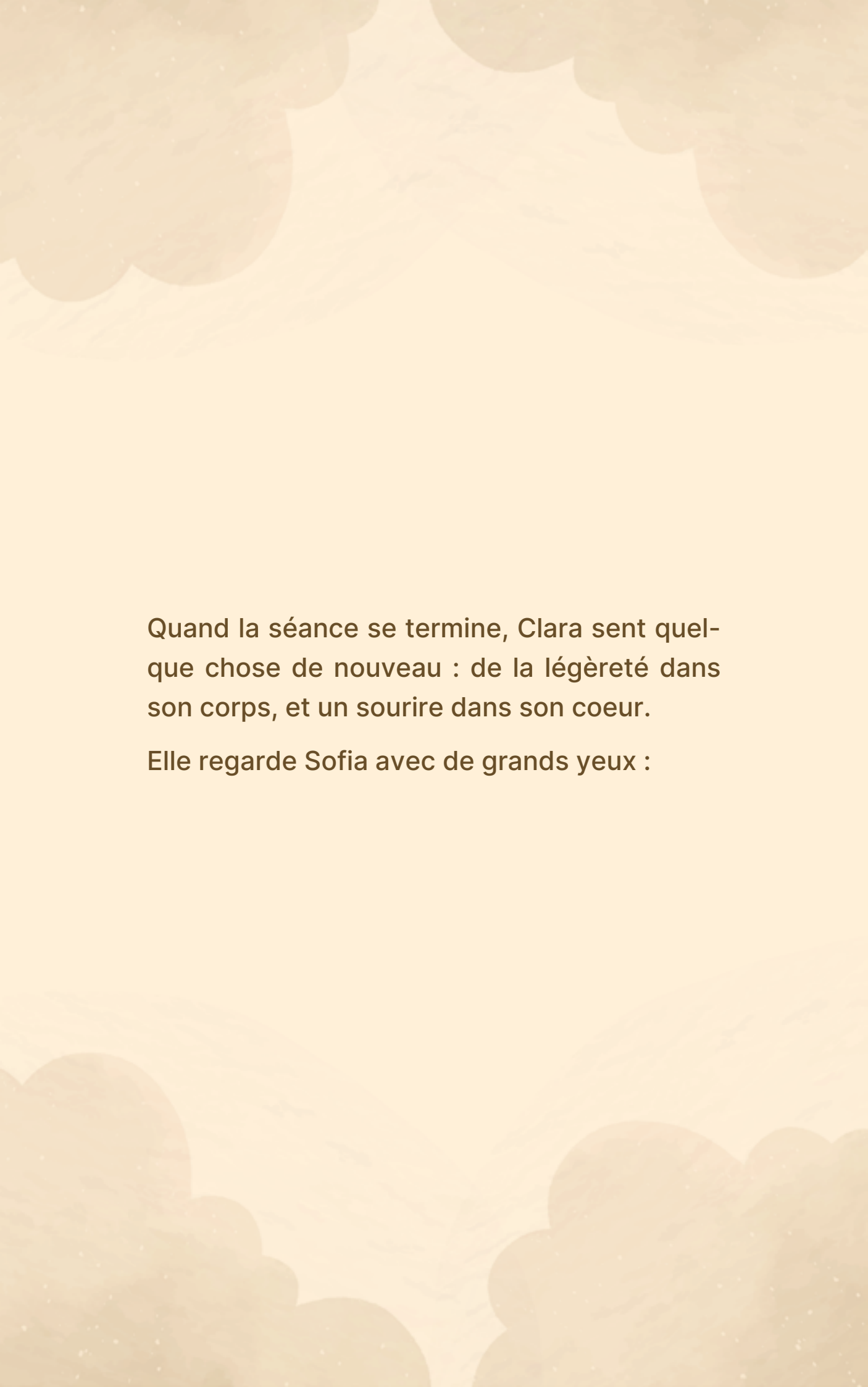


Clara ferme les yeux et voit, dans son imagination, des images de moments tristes, comme le jour où sa grand-mère est partie.

C'est alors que Lumi, le petit oiseau magique, apparaît dans un éclat de lumière :

« C'est bien de ressentir la tristesse, petite Clara. Tu es forte. Laisse tes souvenirs s'envoler avec moi ! »

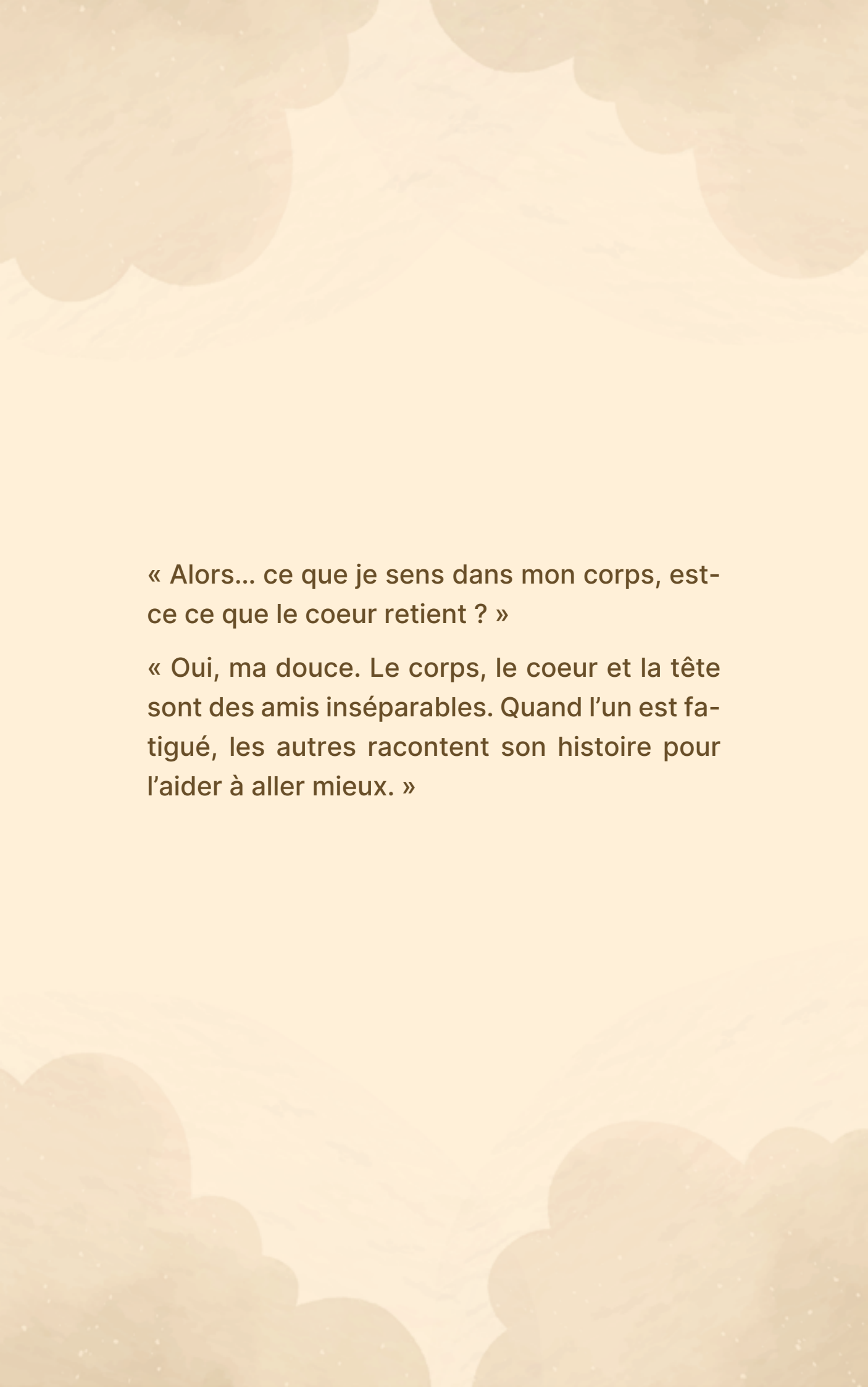




Quand la séance se termine, Clara sent quelque chose de nouveau : de la légèreté dans son corps, et un sourire dans son cœur.

Elle regarde Sofia avec de grands yeux :





« Alors... ce que je sens dans mon corps, est-ce ce que le coeur retient ? »

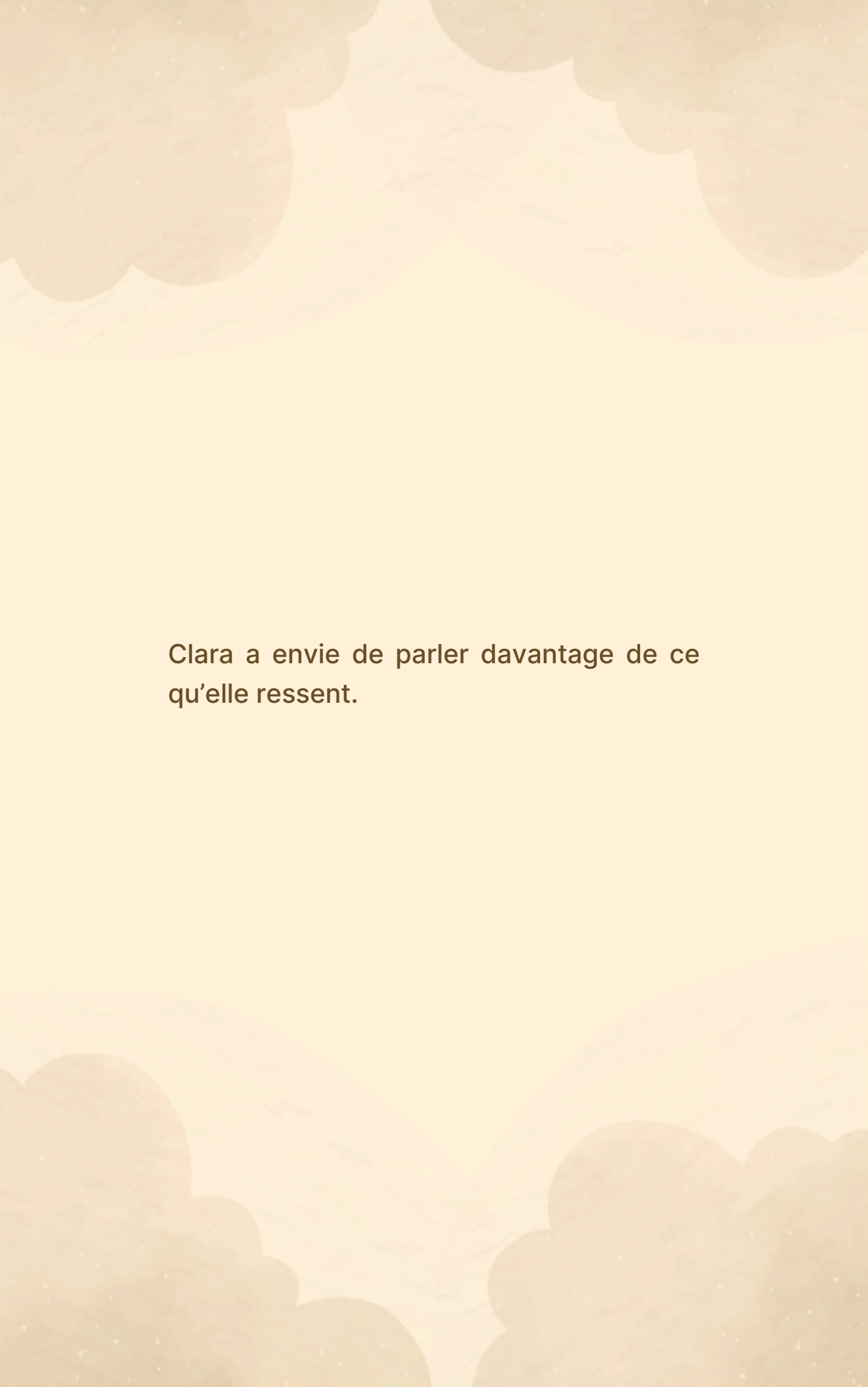
« Oui, ma douce. Le corps, le coeur et la tête sont des amis inséparables. Quand l'un est fatigué, les autres racontent son histoire pour l'aider à aller mieux. »





Les jours passent, et la douleur a disparu.





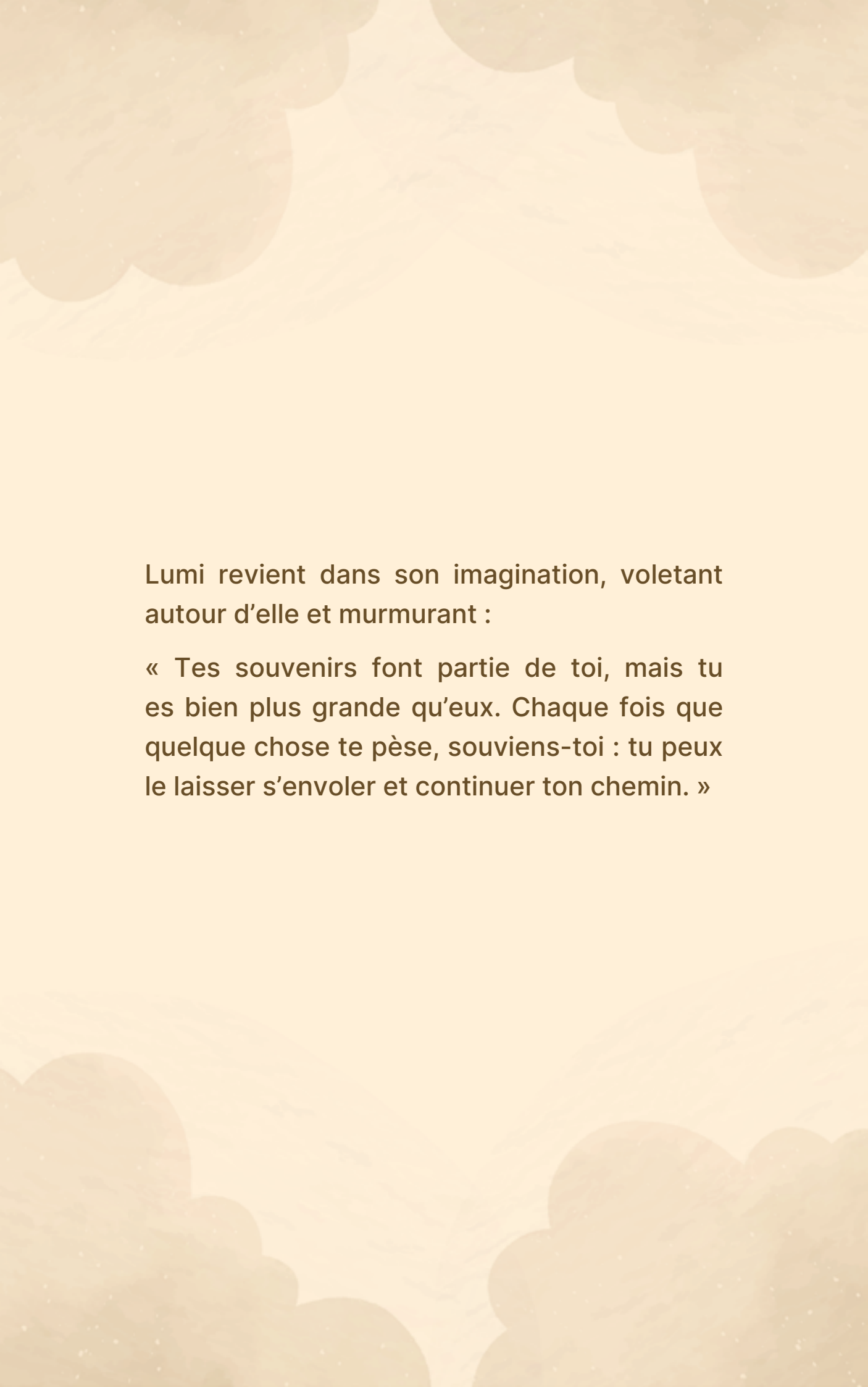
Clara a envie de parler davantage de ce qu'elle ressent.





Elle apprend qu'on peut demander de
l'aide sans honte.

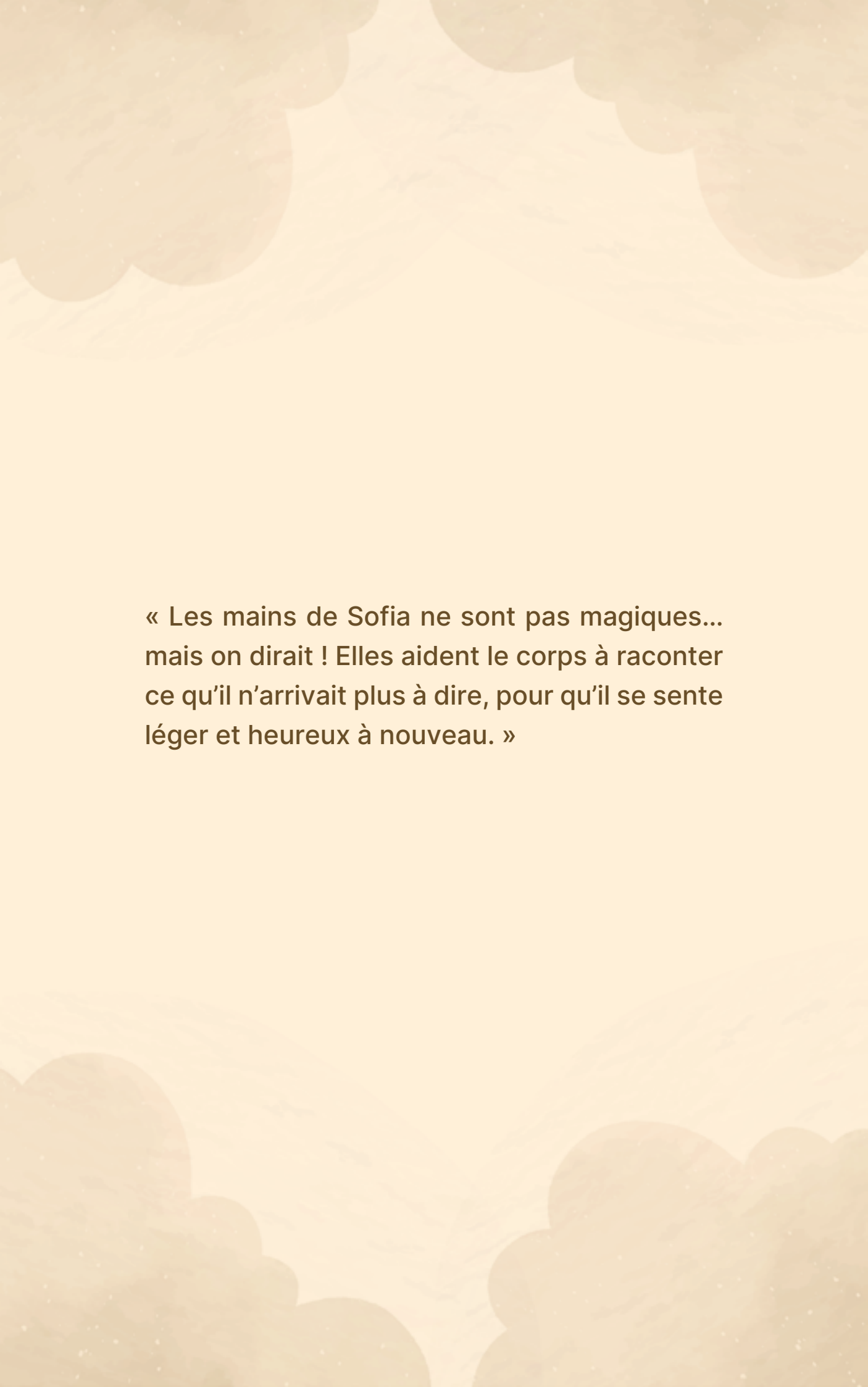




Lumi revient dans son imagination, voletant autour d'elle et murmurant :

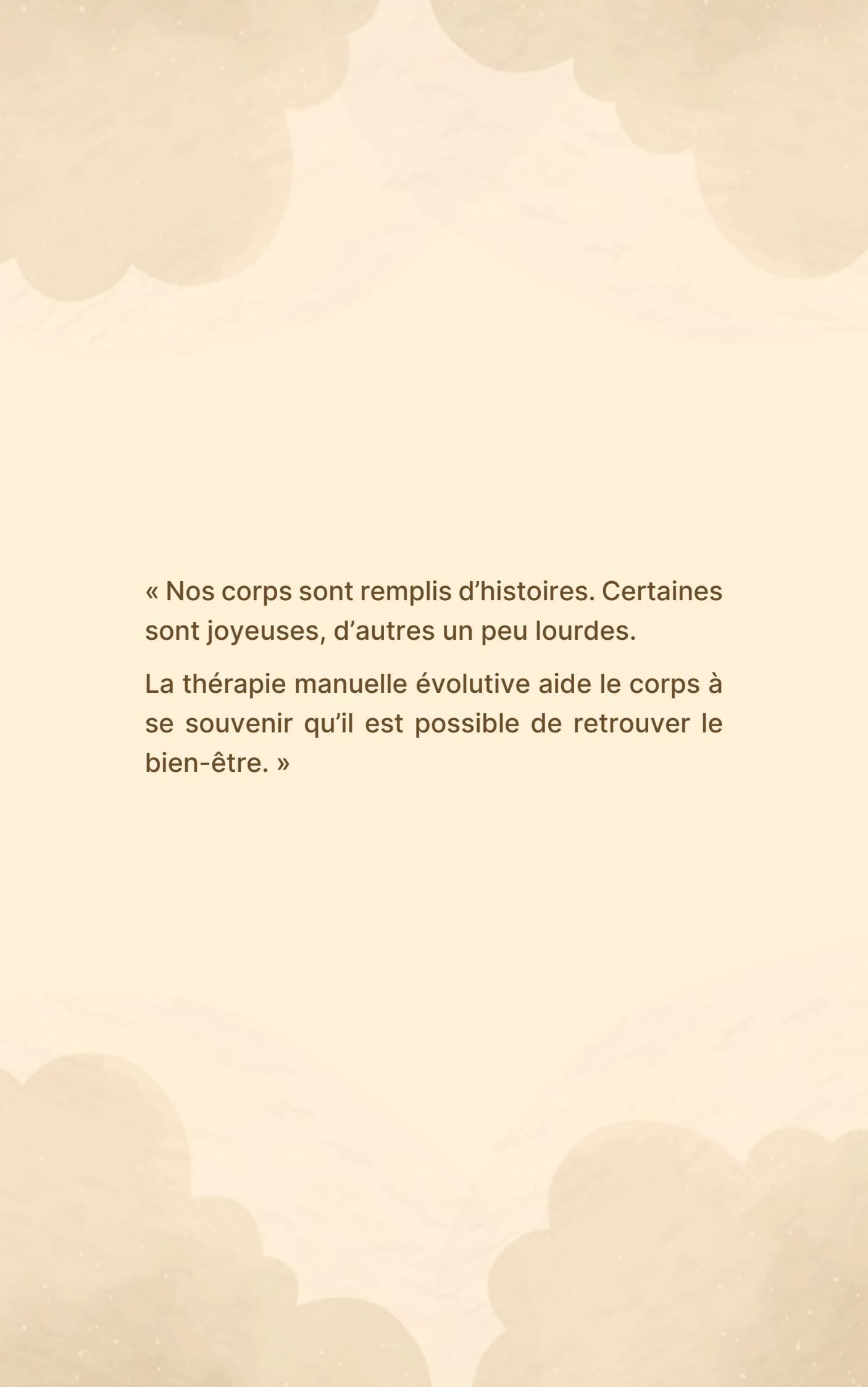
« Tes souvenirs font partie de toi, mais tu es bien plus grande qu'eux. Chaque fois que quelque chose te pèse, souviens-toi : tu peux le laisser s'envoler et continuer ton chemin. »





« Les mains de Sofia ne sont pas magiques...
mais on dirait ! Elles aident le corps à raconter
ce qu'il n'arrivait plus à dire, pour qu'il se sente
léger et heureux à nouveau. »





« Nos corps sont remplis d'histoires. Certaines sont joyeuses, d'autres un peu lourdes.

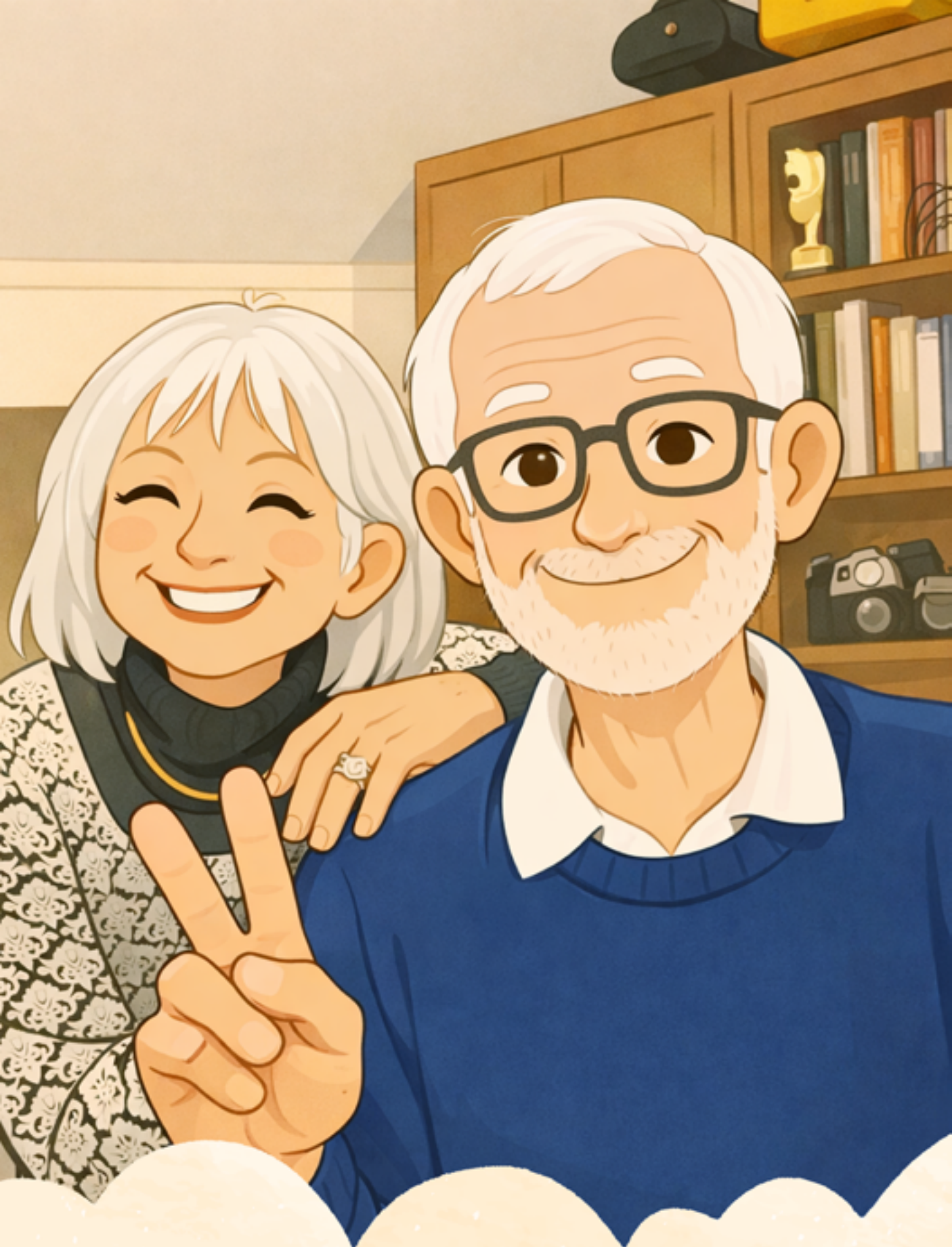
La thérapie manuelle évolutive aide le corps à se souvenir qu'il est possible de retrouver le bien-être. »



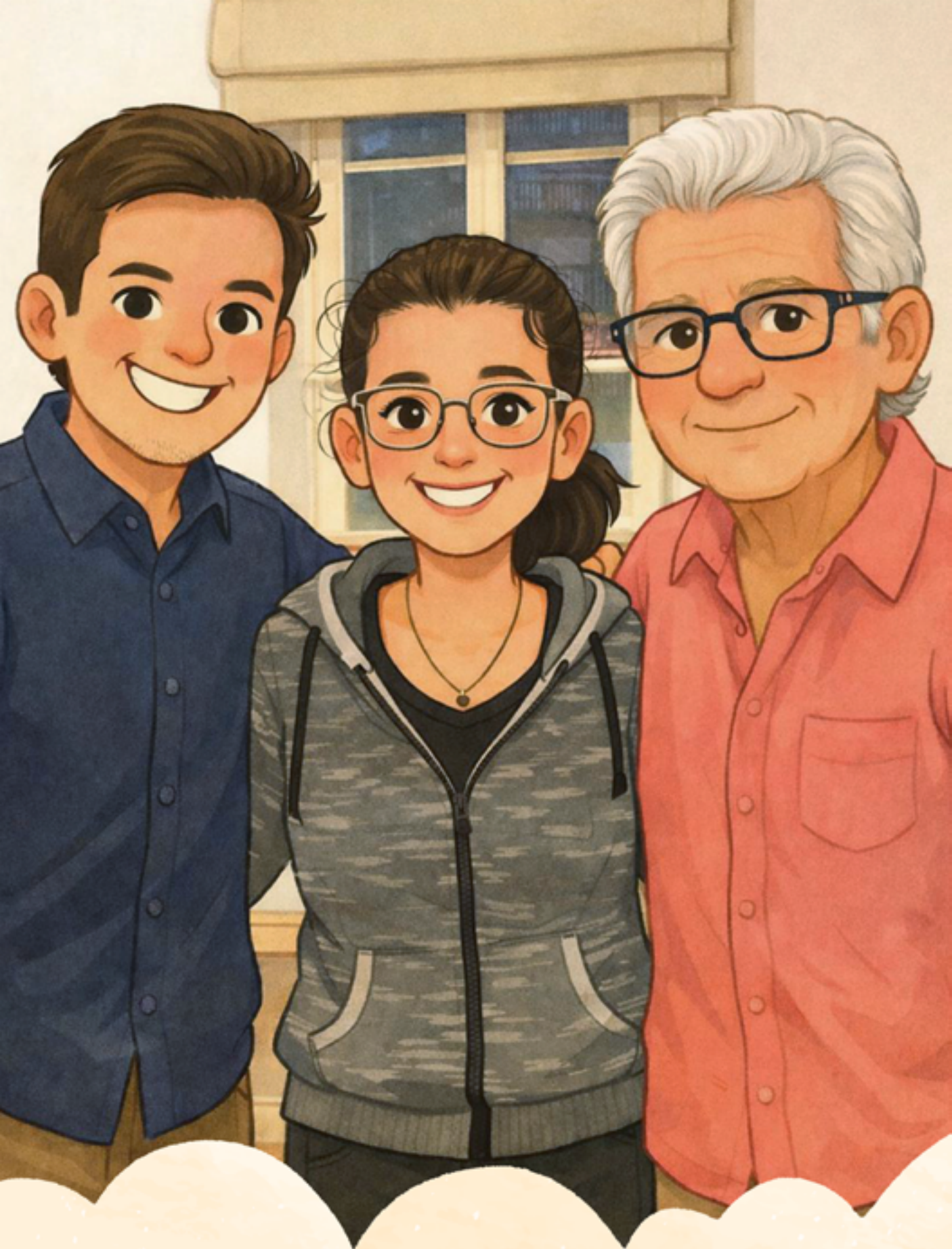


**Patrice Benini e Adriano Pereira, Gratidão
pour tous les enseignements, la générosité et
la transcendance du savoir partagé.**

Avec affection, Adriana Teixeira



**Gratitude également aux
co-créateurs de la Thérapie
Manuelle Évolutive, Gérard et
Geneviève VAUDAUX.**



**Gratitude également à Gladys
BENINI, co-créatrice de la
Thérapie Manuelle Évolutive.**

La TME en quelques mots.

**La Thérapie Manuelle Evolutive® est
au service de la santé du vivant.**

Le praticien devient un **GUIDE**, un **LECTEUR
ATTENTIF** du langage tissulaire, capable de
percevoir les dysfonctionnements du corps.

L'objectif n'est pas de manipuler, mais
d'informer les tissus pour déclencher un
BIOFEEDBACK MANUEL ou **RETROACTION
TISSULAIRE MANUELLE®** fondé sur
l'AUTOREGULATION.

La **TME®** repose sur une lecture fine des
microréactions tissulaires pour une pratique
plus précise, plus douce, plus respectueuse de
la physiologie adaptative du patient.

**Patrice BENINI, Gérard VAUDAUX,
Gladys BENINI, Geneviève VAUDAUX**