

Le statut de la caresse dans la relation de soin : du corps au soi.

Jacques Quintin

Université de Sherbrooke

### Résumé

Le toucher est une composante que l'on retrouve dans plusieurs types de relations d'aide. Le toucher n'est pas un geste neutre. Cela nous amène à nous questionner sur la place du toucher dans la relation d'aide. Ce qui en fait une question éthique. Comment faire habiter le toucher dans la relation d'aide? Avec le toucher, nous plongeons dans une région remplie d'ambiguïtés. C'est une réalité complexe qui exige une lecture tout autant complexe. C'est une raison suffisante pour adopter une posture phénoménologique devant le toucher. Je reprends, à mon compte, la démarche de Merleau-Ponty qui consiste à se confondre avec l'objet d'étude pour mieux saisir ce qui le traverse. Je procéderai donc par une succession de touches, de tableaux, de perspectives. Le fait de toucher ne dit rien en lui-même. Il a besoin d'une attention phénoménologique pour trouver un sens. C'est dans la réciprocité que les choses commencent à prendre forme et à se mettre en place, qu'elles commencent à parler et à faire sens. Dans la réciprocité, il devient possible de dire « je viens de mettre le doigt sur quelque chose » ou « je touche à quelque chose » qui ordinairement se montre plutôt invisible et fuyant.

*Les redoutables et flattenses caresses qui amollissent comme de la cire  
le cœur de ceux qui se croient austères*  
Platon, *Les lois*

Le toucher est l'un des cinq sens du corps humain. « Les sciences naturelles [...] considèrent le sens du toucher comme le plus primitif » (Minkowski, 1999, p. 179). Les traditions anciennes, dans différentes cultures, considèrent le toucher comme étant le sens le plus important. Même si, depuis Platon et Aristote, dans la tradition occidentale la vision a supplanté le toucher, le geste du toucher fait partie intégrante de la médecine et des diverses facettes du soin. Le médecin peut palper son patient. L'infirmière peut laver les parties intimes de son patient. Dans les pratiques de massothérapie, le toucher en est l'essence. Tous peuvent toucher pour consoler. Pourtant, les études sur le toucher, bien qu'elles soient en croissance, demeurent relativement rares (Stack et Jean, 2011, p. 290). Dans tous les cas, le toucher n'est pas un geste neutre : « Il concerne la peau, une nudité et la naissance possible d'un désir » (Vinit, 2007, p. 153). Lorsqu'une personne touche une autre personne, elle ne fait pas n'importe quoi. Seulement, le savons-nous vraiment? Qu'en est-il exactement du toucher?

La tradition philosophique, en quête d'unité, a l'habitude de présenter les choses sous la forme d'une question : qu'est-ce que la vie? Qu'est-ce que le corps? Qu'est-ce que la sensation? Qu'est-ce que le toucher? Qu'est-ce que la caresse? Etc. Pourtant, Aristote (1959, p. 134), parlant du toucher, dit que ce n'est pas quelque chose de « bien clair ». Aristote avait bien lu son maître Platon qui tenait le même propos sur le corps. Pour Platon (1950, p. 779), le corps est l'exemple même de la folie (*αφροσύνη*), car tout y est mélangé. Il empêche de discerner le vrai. Il représente le lieu de l'impureté. Le dégoût devient une réaction appropriée. Merleau-Ponty, sans partager le jugement de Platon, décrit le toucher comme un geste dans lequel tout s'entremêle. S'il est ardu de définir ce qu'est le toucher, la distinction entre toucher et être touché n'est pas plus claire. Avec le toucher, nous plongeons dans une région de la réalité plutôt ombragée. Au lieu d'être dans la lumière de l'intelligible, nous sommes plutôt dans la noirceur de la caverne. Bref, réfléchir au toucher, c'est se pencher sur l'Inintelligible pour l'amener à plus d'intelligence. C'est une réalité complexe qui exige une lecture tout autant complexe. Autrement dit, nous pouvons en faire plusieurs

lectures, et c'est la surimposition de ces différentes couches de lecture qui nous donnera accès à une forme d'intelligence.

Le toucher est donc une réalité qui se laisse difficilement définir. En ce sens, c'est une raison suffisante pour adopter une posture phénoménologique devant le toucher. Je reprends, à mon compte, la démarche de Merleau-Ponty (1945) qui consiste à se confondre avec l'objet d'étude pour mieux saisir ce qui le traverse (p. 231). Je procéderai donc par une succession de touches, de tableaux, de perspectives sans un souci trop prononcé de cohérence. Ainsi, je ne présenterai pas une théorie ou un système ni ne chercherai à expliquer ce qu'est le toucher sans pour autant écarter les diverses explications possibles. Il s'agira donc, comme le souligne Ricœur (1986), d'expliquer pour mieux comprendre pour finalement mieux exercer un regard phénoménologique. Bref, je n'aborderai pas le toucher d'un point de vue extérieur, qui consisterait à manipuler des observations psychologiques et sociologiques et des concepts à la manière des philosophes, mais de l'intérieur. Le toucher, c'est une expérience qu'on ne peut comprendre qu'en la vivant. Ce qui m'intéresse, c'est le sens du toucher, c'est-à-dire ce que le toucher met en relation. Le toucher nous relie à quelque chose d'autre que soi. Comprendre de l'intérieur signifie pénétrer dans une expérience jusqu'à s'oublier soi-même pour être envahi complètement. On ne peut pas comprendre si nous ne sommes pas saisis par la chose même. C'est donc en habitant un concept que ce concept se transforme en expérience. Selon la parole de Hölderlin, qu'Heidegger (1958) reprendra à son compte, c'est en habitant en poète qu'un concept peut nous éclairer. Pour cette raison, les choses, lorsqu'elles sont saisies dans leur plus grande intériorité, se présentent sous la forme d'images. C'est comme si le monde ne devenait compréhensible qu'avec des images. Dès lors, pour accéder au sens du toucher, nous porterons une attention particulière aux métaphores que nous utilisons dans la vie ordinaire, car on pense à l'aide de métaphores et on vit dans des images (Lakoff and Johnson, 1980). Ne dit-on pas « flatter une personne dans le mauvais sens du poil » ou encore qu'une personne possède une « touche magique », « une touche heureuse » ou encore « tout ce qu'elle touche se transforme en succès » (Hertenstein, 2011, p. 320).

## De la réponse à la question

Nous avons tous déjà fait l'expérience de toucher une autre personne par accident. En ce sens, toucher une autre personne peut paraître anodin. Pourtant, on ne cesse de s'excuser lorsque cela se produit. On est désolé d'avoir fait contact avec autrui sans son consentement, sans sa permission. Certes, toucher l'autre n'est pas interdit. Ce qui l'est, c'est toucher sans demander. Cela devient un geste de violence dans la mesure où je fais vivre une expérience qui n'est pas désirée.

Pour cette raison, les mœurs de notre société occidentale régulent déjà ces incidents. Il y a des contextes où le même geste est permis, voire bienvenu, et d'autres contextes où il est perçu comme étant un geste déplacé. Chacun d'entre nous fait face à des décisions du genre chaque jour; à qui je souris, à qui je donne la main, à qui je fais une accolade, qui j'embrasse, etc. Sans compter quand dois-je le faire ou ne pas le faire pour une même personne. Ces questions sont idiosyncratiques car elles reflètent les goûts et les dégoûts de chaque personne, l'horizon culturel, le tempérament et l'histoire de chacun (Benjamin et Sohnen-Moe, 2005, p. 27). Que dire aussi de cette expérience qui nous rend très inconfortables : sentir que l'autre se tient trop près de nous sans pourtant nous toucher. Nous sentons que notre espace a été touché, violé. Quelque chose de sacré a été profanée. Comment parvient-on à délimiter ce terrain miné? À respecter l'intégrité de l'espace de chacun? À respecter l'intégrité de l'identité de chaque personne?

Si l'on s'intéresse au toucher ce n'est pas pour des raisons strictement théoriques. C'est pour des raisons pratiques. Le toucher est une composante que l'on retrouve dans plusieurs types de relations d'aide. Cela nous amène à nous questionner sur la place du toucher dans ce type de relation eu égard au bien-être de la personne touchée : ce qui en fait une question éthique. Nous verrons que cette question n'en est pas une qui trouve sa réponse dans une affirmation ou une négation, mais dans une limite.

Les problèmes éthiques sont tributaires des questions que l'on pose. Trop souvent, nous posons mal nos questions. Trop souvent, nous les posons sous forme de dilemme entre deux valeurs opposées, sous forme de conflit entre le bien et le mal. Je montrerai que ce ne sont pas des enjeux de bien et de mal, mais de limite. Jusqu'où puis-je introduire un toucher dans une relation d'aide? À partir de quel moment un geste n'est plus recevable?

Si la question du toucher est difficilement définissable, la question de la limite l'est encore davantage; ce n'est pas pour nous aider. Dans une relation d'aide, une limite est ce qui sépare une personne d'une autre personne. Ce faisant, la limite protège l'intégrité de chaque personne. Elle permet de maintenir chaque personne dans son rôle : la personne qui offre son aide et l'autre qui reçoit le soin.

### **La conscience de soi ou les premières expériences**

L'une des premières expériences du toucher qui nous renvoie à nous-même est probablement celle d'être pris par les mains de quelqu'un d'autre lors de notre naissance. Ces mains qui nous enveloppent reproduisent l'expérience de l'enveloppement intra utérin. Immédiatement après, vient la vie emmitouflée. En plus de couvrir l'enfant de baisers, on recouvre l'enfant avec des couvertures. On le tient au chaud. Ensuite, vient le bain. Après, la crème ou l'huile. Enfin, la tété qui procure une sensation d'apaisement. Bref, tout commence par l'enveloppement. Il y a l'air qu'on respire, le feu qui nous réchauffe, l'eau qui nous baigne et la terre qui nous porte. Tous ces éléments naturels fondateurs exercent une fonction d'enveloppement. Toutes ces sensations procurent l'expérience d'être enveloppé ou d'être lié.

À ces premières expériences, s'ajouteront d'autres expériences d'enveloppement. Par exemple, sentir le vent chaud sur son visage. Nager dans la mer. Suer. Même contempler le ciel. En faisant ces expériences, nous faisons l'expérience du cosmos. Sentir que nous sommes enveloppés par l'univers est probablement l'une des

expériences des plus divines. Sentir le ciel infini au-dessus de nos têtes renvoie à nous-mêmes. Loin d'être une expérience angoissante comme le pensait Pascal, c'est une expérience des plus rassurantes : nous ne sommes pas seuls. Nous sommes en dialogue avec une réalité plus grande que soi. Nous sommes enveloppés par la vie.

Par contre, souvent la maladie s'installe dans la vie humaine. Elle brise cette enveloppe de l'existence. La personne se replie sur elle-même pour reconstituer cette enveloppe. Par exemple, lorsque je me blesse, la première chose que je fais ou que je tente de faire, c'est de porter ma main sur la blessure, sur la douleur, comme si le toucher avait le pouvoir de la faire disparaître. Instinctivement, lorsque les enfants se blessent, nous les cajolons. Nous les enserrons dans nos bras. Il suffit d'un simple bécot pour faire disparaître le bobo. Lorsqu'on ressent de la compassion auprès d'une personne qui est à nos côtés, nous lui caressons le dos, à la hauteur de la poitrine, le siège des émotions selon les Grecs anciens, pour accueillir cette émotion et l'adoucir et, peut-être, l'éliminer.

### **La rencontre des corps étrangers**

Florence Vinit (2007) l'a déjà souligné, « [la] question du toucher reste, en Occident, indissociable de celle du corps » (p. 26). Hors, il existe plusieurs corps comme de multiples façons de se toucher. Par exemple, toujours en Occident, dans un contexte où l'on met fin à un conflit ou que l'on s'entend sur les termes d'un contrat, on se donne la main. La poignée de main scelle l'accord. Il n'y a pas d'accord sans poignée de main. Je me méfierais d'un accord qui n'est pas scellé par ce geste symbolique. Par contre, dans certains conflits, il y a échange de poignée de main même s'il n'y a pas accord, car les gens s'entendent pour entamer ou poursuivre les négociations.

Si le contexte est important, la différence des genres en fait partie. Je ne peux m'empêcher de dire que les hommes et les femmes (en général) ne se serrent pas la main de la même façon. Penser à tous ces hommes qui détestent serrer la main d'un autre homme qui présente

une main molle. Chez les jeunes garçons, au moment de la puberté, le toucher diminue avec l'augmentation de la sexualité. Pour beaucoup d'hommes, le toucher et la sexualité sont synonymes ou confondus. Pour certains hommes, toucher un autre homme est un signe d'homosexualité (Benjamin et Sohnen-Moe, 2005, p. 109). Il est primordial de prendre note que la différence des genres est une question complexe qui dépasse de loin la simple question du statut de l'homme et de la femme (Hall, 2011, p. 345).

Il en va aussi de la différence culturelle. On ne serre pas la main de la même façon si nous sommes un occidental ou si nous sommes un africain. Les gens qui vivent près de l'équateur seraient plus favorables à adopter des comportements chaleureux qui impliquent le toucher (Andersen, 2011, p. 364). Il ne faudrait pas cependant réduire les différences de cultures à des clichés. La prudence s'impose.

### Avant le toucher

Lorsque deux personnes se rencontrent, le désir du toucher s'installe à partir du moment où chacun sent la présence de l'autre. L'autre m'atteint, je suis regardé et j'existe pour quelqu'un d'autre. Le toucher, qu'il soit sous forme de poignée de main, d'étreinte ou de baiser, vient sceller la rencontre : il la rend officielle. C'est un acte de reconnaissance qui traduit visiblement le sentiment d'être touché. Nous reconnaissons que nous sommes là l'un et l'autre. Le toucher vient amplifier cette présence qui s'installe entre nous. Ceci laisse sous-entendre qu'il y a quelque chose qui préexiste au toucher : une qualité d'attention à ce qui est en train de se donner. Le philosophe italien Galimberti (1998) écrit : « La rencontre n'est pas la possession d'un corps, elle est l'accueil d'un don; les gestes ne saisissent pas, ils effleurent, les regards ne possèdent pas, ils accueillent la gratuité d'un don que 'gracieusement' dans la plénitude de sa subjectivité, l'autre m'accorde » (p. 133). On verra que le toucher fait aussi exister quelque chose qui n'existait pas auparavant.

### Du toucher à la caresse

L'un des principaux motifs de l'éthique est de prendre soin. Par exemple, nous devons prendre soin de notre corps, c'est-à-dire le protéger, le soigner, le nourrir et le faire grandir. À cet égard, suite aux travaux de Harlow (1959) sur les singes nouveau-nés, Boris Cyrulnik (1993) nous le rappelle dans plusieurs de ses écrits; un bébé qui n'est pas touché meurt ou quelque chose meurt en lui. Mais on ne touche pas n'importe comment. Lorsqu'on touche, on peut aussi bien frapper que caresser. En fait, dans le toucher sommeille la caresse. Dans cette optique Levinas (1974) souligne que : « La caresse sommeille en tout contact » (p. 122). Pour cette raison, nous mettrons côte à côte le toucher et la caresse. Donc le toucher, entendu comme une caresse, apporte un soin à notre corps; le soigne, le nourrit et le fait grandir, de même que le sujet. Nous verrons aussi que la caresse hors limite devient un dur coup à porter.

Kant l'a affirmé, l'être humain a le devoir de porter une attention durable à l'animal et à l'Homme en lui-même. De son côté, Nietzsche a bien montré que le corps marque l'altérité de la conscience et qu'il s'agit de libérer cet autre au cœur de la conscience afin de surmonter tout dualisme mortifère. Pour Nietzsche, c'est le corps qui pense, qui donne à la conscience des pensées et des sentiments. Par conséquent, prendre soin du corps, rendre l'expérience corporelle agréable en raison du toucher et de la caresse, fait en sorte que nous aurons des pensées et des sentiments agréables. Un corps tendu ou stressé génère des pensées et des sentiments tendus.

Des études ont démontré qu'il y a toute une biochimie du toucher et de la caresse. Avec le toucher et la caresse, on assiste à une augmentation de certaines hormones comme l'endorphine (qui diminue la douleur) et l'ocytocine (qui ralentit le rythme cardiaque et la pression artérielle). Il en va de notre santé. Les recherches empiriques démontrent que le massage thérapeutique procure des effets comportementaux, physiologiques et biochimiques tels que la diminution du rythme cardiaque, de la pression artérielle et du niveau de cortisol. On observe aussi une augmentation de la sérotonine ce

qui a pour effet de soulager la douleur. On remarque également une diminution de la dépression et une augmentation de l'attention (Field, 2011, 465). Les enfants qui reçoivent un toucher, dans les journées qui suivent la naissance, développent une meilleure orientation dans le monde social et une meilleure capacité d'adaptation dans la société, et cela tout au long de leur existence (Feldman, 2011, p. 399-400).

Quant à la maladie, elle se caractérise d'un point de vue phénoménologique par une expérience de rétrécissement du monde. *A contrario*, le toucher et la caresse favorisent un élargissement du monde. Je cite Levinas (1986) qui le dit mieux que moi. « La caresse du consolateur qui effleure dans la douleur ne promet pas la fin de la souffrance... elle a trait à l'instant même de la douleur qui alors n'est plus condamné à lui-même, qui entraîné 'ailleurs' par le mouvement de la caresse, se libère de l'étau du 'soi-même', se trouve de 'l'air frais', une dimension et un avenir » (p. 156). En fait, le toucher et la caresse nous amènent ailleurs. Plus loin que là où nous sommes présentement. Ils nous amènent dans un au-delà. Dans une réalité que l'on pourrait qualifier de métaphysique ou de mystérieuse ou encore de rêveuse. Levinas (2007) dit la chose suivante : « La caresse est un mode d'être du sujet, où le sujet dans le contact d'un autre va au-delà de ce contact » (p. 82).

Lorsque nous sommes dans ces états de bien-être, ne dit-on pas que nous n'avons jamais été autant soi-même. Nous sommes à notre meilleur lorsqu'on sent qu'il y a quelque chose de plus que soi, quelque chose qui nous déborde et qui nous enveloppe. Avec la caresse, quelque chose m'envahit dans lequel je me perds et m'abandonne. Je perds mon moi, j'abandonne mon moi pour accueillir mon Je, une présence transcendantale; ce quelque chose qui me déborde de toute part. La caresse fait voir autrement, quelque chose auquel on ne s'attend pas. Car la caresse, même si elle fait apparaître quelque chose, ce quelque chose n'est pas un fait, comme par exemple le plaisir ou une émotion. La caresse m'amène ailleurs. Elle agit comme une métaphore, comme une révélation. Cette phénoménologie du toucher et de la caresse débouche sur une herméneutique du soi.

Dans le *Cantique des cantiques* (2,13), le bien-aimé dit à sa bien-aimée (en hébreu) : « *leghi lakh* » qui signifie « va vers toi-même » (Balmory, 2003, p. 53). D'ailleurs le mot séduction signifie : ce qui conduit (*ducere*) à soi (*sui*). Celui qui caresse conduit l'autre vers lui-même, vers une position de sujet, une position de transcendance, une posture de vie. Le charme c'est la magie de l'autre : l'autre qui fait apparaître quelque chose de moi dont j'ignorais l'existence. Augustin en bon lecteur du *Cantique des cantiques*, s'exprime ainsi : *amo, volo ut sis*. Que je traduis de la manière suivante : je t'aime, je veux que tu sois ce que tu es.

### La rencontre de l'autre

Il s'agit dès lors de distinguer le sujet de l'individu et de son corps dans la mesure où le sujet ne se réduit pas à l'individu ni à son corps. Au contraire, le sujet implique une transcendance de l'individu, du Moi singulier dans un corps. La caresse contient l'idée d'intersubjectivité, un échange, un dialogue autour de quelque chose de commun, quelque chose qui nous unit et qui nous nourrit. Cela implique que la caresse permet le passage d'une position à une autre, du Moi singulier à celle de sujet. La caresse induit un mouvement de l'être : du corps au soi par la médiation de la caresse qui montre que le soi est pure affectivité. Le corps, d'objet de soin, se transforme en corps de rêve, c'est-à-dire un corps qui donne accès à une belle réalité, au bien-être entendu comme l'être bien. À cet égard, Platon dans le dialogue *Le Banquet* parle de corps érotique où la beauté des corps ouvre sur un au-delà, quelque chose qui dépasse et déborde l'être humain, et qui le porte au-devant de lui-même. On comprend bien qu'un corps de rêve n'a rien à voir avec un corps fantasmé.

L'attention au corps, à travers la caresse, loin de réduire le corps à un simple objet, le montre dans sa splendeur. Le corps caressé devient un corps qui fait signe. Quelque chose en lui se montre, se dévoile : son énigme. Il est devenu un corps resplendissant. Quelque chose d'intime se montre, quelque chose qui ne se montre pas au grand public, mais seulement à ceux engagés dans la caresse. Ce quelque chose est le

sentiment de l'existence ou le sentiment de la vie intérieure. Ou encore le sentiment de l'unité retrouvée. La caresse devient un moment de fécondité. Elle élargit et intensifie le sentiment d'existence. Elle est donatrice de sentiments. Elle est un moment de jubilation. Le corps est mis en mouvement, vers ce qui le dépasse, même si ce qui le dépasse est immanent à sa propre existence. Le corps retrouve sa vie intentionnelle. Du corps silencieux, celui qu'on oublie parce qu'il tourne rondement sans accroc, et du corps fonctionnel qui nous permet de faire ce que l'on veut, nous passons au corps existentiel, celui qui nous fait vivre quelque chose d'inouï.

### Éthique de la conversation

On dit que la mort est difficile à nommer. Que dire du toucher! Si on touche, c'est que la parole ne suffit pas toujours. C'est aussi parce qu'on désire une preuve de la véracité de ce que l'on vit. C'est une façon de vérifier et de valider une présence, quelque chose d'ineffable. Comme Thomas, nous avons besoin de toucher pour se convaincre qu'il en est bien ainsi.

La caresse, entendue comme contact entre deux corps, fait apparaître un monde, un sentiment d'existence. Cette expérience a ceci de particulier qu'elle nous déborde, de sorte qu'elle n'est jamais réductible à son expression. Il y a toujours plus à dire et à dire autrement. Ce surplus de sens fait qu'on n'en finit jamais de raconter ce que la caresse nous fait vivre. On pourrait dire qu'une bonne caresse ouvre à la parole. En même temps, on touche et caresse justement pour dire quelque chose que la parole ne réussit pas à dire. En ce sens, caresser c'est investiguer le réel, c'est fouiller ce qui échappe à la raison. Levinas (2007) l'exprime ainsi : « La caresse ne sait pas ce qu'elle cherche [...] Elle est comme un jeu avec quelque chose qui se dérobe [...] Toujours inaccessible, toujours à venir » (82).

Ceci montre qu'il y a une non-coïncidence, une aspiration et une attente. Ce qui implique qu'il y a de la patience dans la caresse :

attendre pour se rendre plus attentif à ce qui se passe entre nous et en nous. Pour cette raison, la caresse se déploie difficilement dans la précipitation. Ça prend du temps. Il faut prendre son temps. C'est le temps qui donne au toucher son humanité. Hors du temps, le toucher pourrait se transformer facilement en violence. Prendre son temps pour toucher, c'est agir avec douceur. Et qui dit douceur, dit précaution. Cela signifie toucher tranquillement. Pour Jacques Derrida (2000), « [la] caresse ne s'acharne pas. Elle est tendre en ce qu'elle ne s'acharne pas à prendre » (p. 111).

Ce que la caresse tente de faire apparaître ne peut pas être saisi ni manipulé. Lorsque quelque chose survient, à la suite d'une caresse, c'est quelque chose qui tombe sur nous et qui s'empare de nous. À la limite, on peut se demander si nous pouvons consentir à quelque chose qui nous surprend, qui entre dans notre vie, qui se fait intrusif. La caresse devient une intrusion.

Mon corps, lorsqu'il se fait masser, n'a plus de secret. Il est nu et mis à nu. Je ne peux plus me cacher. Je n'ai plus de secret. La caresse met à nu. Ce qui est mis à nu demande à être protégé. C'est pourquoi ce qui se montre avec la caresse, se montre avec une certaine pudeur. Une certaine réserve. Ce qui apparaît se tient caché. Comme si mon corps désirait préserver son mystère. Cette façon d'exister ou de se cacher est pour Levinas (2007) la pudeur et le féminin (p. 79). Cet autre qui se montre à travers la caresse ne nous appartient pas. « L'autre en tant qu'autre n'est pas ici un objet qui devient nôtre ou qui devient nous; il se retire au contraire dans son mystère » (p. 78).

L'éthique montre que le toucher et la caresse forment un dialogue. La caresse fait en sorte que je porte mon attention sur autrui et que j'y fais attention, c'est-à-dire que je le touche avec douceur. La caresse fait aussi en sorte que je porte mon attention sur ce que je suis en train de vivre. C'est un exercice d'éveil. Le corps n'est pas fait pour être seulement vu ou pour être possédé par celui qui le regarde. Il est là pour être compris.

Le même geste, le toucher ou la caresse, s'il n'est pas habité et régulé par une subjectivité, se transforme en geste mécanique et technique. Pour faire sens, il doit être habité par un sujet. C'est le sujet qui permet le passage de corps-objet à un corps vécu, le passage d'un corps fermé sur soi à un corps ouvert sur le monde. C'est la raison du toucher et de la caresse qui fait la différence. C'est le sens du toucher et de la caresse qui régule le toucher et la caresse. Cela signifie que le toucher et la caresse trouvent leur limite dans leur raison d'être : toucher pour soigner, pour séduire, pour exprimer, pour protéger. C'est lorsqu'il y a une confusion que les choses se compliquent. S'instaure alors la manipulation. On laisse croire à la guérison ou au soin, mais secrètement on vise la jouissance. Travailler sur cette limite, c'est travailler sur soi. Celle-ci n'est pas le résultat final, mais le début de quelque chose. La limite se présente comme une ligne de démarcation qui rend possible non pas la fusion, mais le rapprochement. Elle permet de reconnaître l'autre comme autre, de laisser être l'autre dans son être. Le non-respect des limites a un impact sur le soi, sur l'identité.

Dans un contexte de relation d'aide, plusieurs personnes préfèrent garder leur distance, autant le soigné que le soignant. D'autres se sentent complètement confortables de tout partager. C'est même un moment important qui leur permet justement de vivre une expérience d'intimité qui, autrement, n'a pas sa place dans la vie quotidienne de chacun. Enfin, il y a d'autres personnes qui se tiennent à mi-chemin entre la distance et la proximité. Il est essentiel de se rappeler que cet enjeu de la limite est propre à chacun, de sorte qu'il n'y a pas de distance meilleure qu'une autre. La bonne distance est tributaire du contexte des personnes qui y vivent et des personnes elles-mêmes. Mieux, chaque personne posera des limites différentes selon le contexte. De plus, chaque personne pourra adopter différents styles de limites. Pour certains, cela présente toujours une difficulté, car ils sont pris avec un seul style de distanciation, peu importe le contexte. Bref, cela exige une grande flexibilité pour s'ajuster à chaque nouveau contexte ou trouver un juste équilibre toujours en processus de changement. Tout est question de degré. Ce faisant, la ligne est mince

entre le sentiment de confort et d'inconfort, entre l'acceptable et l'inacceptable. Alors, où tracer cette ligne imaginaire?

Il existe un élément de réponse. Si le soignant et le soigné ne peuvent pas discuter ouvertement de ce qui se passe entre eux parce que cela ne serait pas discutable, nous avons là un indice du caractère déraisonnable des gestes posés. Cela s'applique aussi s'il y a violation des limites. Advenant une erreur, le fait d'en parler démontre que le soignant a du respect pour le soigné.

Le toucher devient humain parce qu'il est parlé et fait parler. Hannah Arendt (1974) dit la chose suivante qui se transpose très bien à notre propos : « le monde n'est pas humain pour avoir été fait par des hommes, et il ne devient pas humain parce que la voix humaine y résonne, mais seulement lorsqu'il est devenu objet de dialogue » (p. 34). Paul Ricœur (1983, p. 85) reprendra cette pensée. Pour lui, le temps devient humain lorsqu'il est mis en récit. On peut en dire de même avec le toucher et la caresse. Les limites émergent et se forment à travers une relation de réciprocité, car parler, paradoxalement, c'est aussi tenir à distance. En fait, la bonne distance ne préexiste pas aux individus qui entrent en relation. Elle s'établit selon l'interaction entre les individus. La bonne distance devient une question de sensibilité qui se développe dans l'expérience de la rencontre (Gadamer, 1990, p. 35). Cette position se tient aux antipodes d'une attitude qui consiste à tenir à distance le corps de l'autre en se le représentant comme un objet. Comme quoi, lorsque nous sommes avec autrui, nous ne sommes pas seulement à côté de l'autre (Merleau-Ponty, 1945, p. 104).

Concrètement, étant donné que la détermination de cette limite ne relève pas de la généralité mais de la singularité, cela signifie : 1) une qualité de présence; 2) être de bonne intention; 3) être prudent et réceptif; 4) maintenir un dialogue continu, c'est-à-dire une réciprocité pour ne pas dire une solidarité; 5) et enfin obtenir un consentement au fait qu'on ne sait pas ce qui va émerger de la rencontre. Cela démontre que l'application de règles éthiques, si on les applique sans l'introduction du sujet, produit le même effet d'aliénation. Trop

souvent, on se sert de l'éthique pour faire sans l'autre. Sans avoir besoin de parler.

### Art du toucher ou toucher avec tact

L'art du toucher se compare très bien avec le domaine de l'art. L'art est en quelque sorte une activité qui consiste à transformer la matière (son pour la musique, mot pour la littérature, couleur et ligne pour la peinture, espace pour l'architecture, corps pour la danse) pour lui donner forme d'où sortiront des idées. Une œuvre d'art qui n'éveille pas en nous des idées demeure une œuvre morte. Il en va de même avec le toucher. Le toucher réduit à sa seule dimension de contact ouvre sur rien. Il faut donc qu'il y ait dans le toucher quelque chose qui nous captive. Ce n'est pas tant la sensation d'être touché que la manière que nous avons de comprendre ce toucher. En ce sens, le toucher ne s'adresse pas seulement à nos sens, mais à notre intelligence. Dans le toucher se rencontre une visée qui souvent demeure en retrait. À nous de découvrir cette visée qu'on peut découvrir seulement dans l'acte de toucher et d'être touché. Bref, un toucher qui nous amènerait nulle part, qui nous ferait pas sentir un au-delà n'a pas d'attrait. Ce que Plin l'ancien (2013) dit de l'art s'applique aussi au toucher. Parlant de Timanthes il affirme : « Seules les œuvres de cet artiste donnent à comprendre plus que ce qui est peint » (p. 1610). Il faut donc entendre quelque chose de plus que la sensation d'être touché ou de toucher. Autrement dit, un toucher réussi nous fait penser ou passer à autre chose. Il y a quelque chose qui traverse le toucher qui conduit des sens à la pensée. Comme les premiers peuples qui frottaient deux pièces de bois pour allumer un feu, on peut dire qu'on touche ou qu'on se laisse toucher pour que se crée une étincelle qui illumine ce que nous ignorions jusqu'à présent. En ce sens, le toucher nous fait deviner des choses inapparentes. C'est pourquoi, le toucher devient une pratique d'éveil.

Toutefois, nous ne pouvons pas produire à souhait ce qui déborde le toucher. Ce n'est pas quelque chose que nous pouvons brusquer. On ne touche pas pour imposer quelque chose. Pour cette raison, rien ne

sert de frapper ou de donner des coups. Levinas (2007) le répète : « Mais ce qui est caressé n'est pas touché à proprement parler » (82). Seulement effleuré. C'est une question d'attention, de vigilance, d'éveil. Dès lors, s'impose une prescription : tenir à distance pour éviter toute confusion entre l'être et le savoir. Cela demande de la délicatesse, de la douceur : ce qu'on appelle du tact. Toucher avec tact, implique la mesure. Ni trop peu ni trop. Ce faisant, on redonne une dignité au corps. Agir avec tact c'est agir avec discernement, c'est faire coexister des perspectives différentes avec délicatesse. En ce sens, comme mentionné ci-haut, le toucher et la caresse doivent être vus comme un dialogue. En cela, on touche et on caresse pour écouter. On caresse en se mettant sur un mode de pure réceptivité. C'est la réponse de l'autre qui guide le geste. De là, il est permis de dire que le toucher et la caresse ne sont pas un faire, mais une écoute.

La pensée de Gadamer (1996) peut être utile pour préciser la nature du tact. Gadamer, à la suite de Helmholtz, s'est intéressé au tact afin de mieux comprendre la spécificité des sciences humaines. Si pour Helmholtz, le tact se présente comme une intuition artistique ou comme un « insight purement psychologique », pour Gadamer il s'agit d'un mode d'être qui remplace la nécessité d'un contrôle méthodologique dans les sciences humaines. « Nous entendons par tact la sensibilité déterminée à des situations dont nous n'avons aucune connaissance dérivée de principes généraux, de même que la capacité de les sentir, elles et le comportement à y tenir » p. 32). Pour ce même auteur, le tact aide le soignant, lorsqu'il touche, à maintenir une distance, à ne pas heurter en évitant ce qui pourrait choquer : « une proximité trop grande par rapport à la personne et les blessures que l'on infligerait à son intimité » (p. 33). Le tact exige du discernement et de la lenteur. Descartes l'avait d'ailleurs bien compris. Nos erreurs proviennent de notre précipitation à juger. Cela veut dire prendre son temps et être attentif à ce qui se passe entre nous, entre le soignant et le soigné. C'est l'attention entre nous qui guide le geste délicat. Il faut donc être attentif à l'interaction. L'apprentissage de cette bonne distance ne s'acquiert pas à se faisant une représentation exacte de la réalité. Autrement dit, la bonne distance n'est pas un objet théorique ou un contenu qui résiderait dans l'esprit. Ce n'est pas



davantage une question de simple technique qu'on pourrait déployer à la lumière de la connaissance théorique. La bonne distance s'apprend en touchant. C'est une connaissance propre à la *phronesis*.

La sensibilité, le goût et la délicatesse s'éduquent par la pratique, la fréquentation et l'habitude. Certes, la détermination de la bonne distance possède ses propres limites en raison de l'humeur variable chez tout être humain et de la diversité des mœurs et des opinions selon les cultures. Que la bonne distance soit relative n'interdit pas de chercher une norme du toucher. Savoir sentir, c'est faire l'expérience d'un savoir sans contenu prédéterminé à l'avance et qui s'acquiert avec le temps. Cela suppose de la répétition et des tâtonnements. La norme émerge de l'interaction. Hume, en tant qu'empiriste, disait que la norme se fonde sur l'expérience, c'est-à-dire que c'est avec le temps qu'une norme émerge.

### Vivre avec l'indécidable

La caresse est un geste et un temps de croisement; comme une tête de Janus. Un croisement entre deux subjectivités, entre deux corps, entre une vision clinique et une vision subjective, entre un corps-objet et un corps-sujet, entre l'ici-bas et le là-haut, entre le sensible et l'intelligible, entre le physique et le spirituel, entre le corps et l'esprit. Si on reprend une distinction latine, on peut dire que le sens (*significato*) touche les sens (*sensus*). Ce croisement montre que l'un ne va pas sans l'autre. Un corps sans sujet est un poids mort et un sujet sans corps c'est comme un cardiogramme à plat. Husserl dit que le corps c'est ce dont on dispose de façon immédiate. Il s'agit par la suite d'en faire une expérience de sens. Il ne peut y avoir de croisement si on privilégie une réalité plus qu'une autre, s'il y a un excès. C'est une question d'équilibre, de juste mesure. « Deux langages peuvent ainsi cohabiter, s'articuler dans l'hôpital : le regard clinique et la caresse éthique qui instaure un mode nouveau de relation à l'autre, recherchant ce qui n'est pas conceptualisable, ce qui est étranger à la pathologie mais concourt au bien-être » (Ellenberg, 2004, p. 62). La tête de Janus montre que deux horizons différents peuvent dialoguer entre eux.

Notre réflexion sur le toucher et la caresse dévoile que l'éthique dans la relation d'aide, et la relation d'être, est une question de doigté. On touche pour aider l'autre à accéder à soi, pour que celui-ci puisse toucher les meilleures parties de lui-même. La manière dont on touche notre corps reflète notre rapport à l'existence. Et la caresse laisse présager que l'existence est faite de mystères dont on doit prendre soin en se mettant à son écoute. La caresse devient l'expression d'un souci, d'un désir de prendre soin. La caresse n'est pas un faire, une conquête ou une façon de prendre. Elle est une atmosphère. C'est quelque chose qui s'installe entre-nous de manière imprévisible comme une surprise. C'est un entre-deux dans lequel nous plongeons et acceptons de vivre. La caresse est l'achèvement d'une rencontre, la reconnaissance qu'il y a quelque chose entre nous et qu'on veut y toucher pour mieux la dévoiler et la partager. La caresse est un mode de présence à partir duquel se découvre la réciprocité d'une présence authentique.

Je disais que la maladie se caractérise par un rétrécissement du monde. De son côté, la caresse agit comme un élargissement de l'ouverture au monde. En ce sens, le toucher et la caresse sont signes de vie. Le toucher et la caresse sont ce qui lient deux êtres. Ils servent de pont entre deux réalités. Chez Platon, c'est la rencontre de l'intelligible et du sensible. La peinture de Michel-Ange peinte au plafond de la Chapelle Sixtine en est une illustration. Cette rencontre, nous la retrouvons dans cette œuvre d'art; Hegel dirait dans toutes les œuvres d'art.

Dans la mythologie grecque, le foudre est un outil de forgeron qui peut tuer ou donner la vie. C'est Zeus qui le maîtrise et qui le rend redoutable. Nous nous en rapprochons avec chaque coup de foudre. Comme le foudre chez Zeus, le coup de foudre dans l'amour peut nous être nuisible ou bénéfique. Il en va de même avec le toucher et la caresse. Ils ne sont pas des phénomènes unilatéraux. Ils sont remplis d'ambivalence et d'ambiguïté. Pour cette raison, ils exigent du discernement. Ou encore de la prudence.

## Conclusion

Après notre parcours, il n'est pas certain que les choses soient plus claires. En fait, maintenir l'ambiguïté est garant d'une relation qui repose sur la parole, sur la quête de compréhension de ce qui se passe entre nous lorsqu'on touche et se laisse toucher. Éliminer l'ambiguïté en établissant des protocoles éthiques, plutôt techniques, risquerait de nous entraîner vers un art de la relation qui se réduirait à un art de la défensive, vers un appauvrissement tel qu'on retrouve dans le monde du malade et dans le monde hospitalier. Le pire scénario serait de favoriser une technicisation de la relation d'aide pour se protéger et pour faire l'économie du discernement propre au jugement éthique. Ce faisant nous reproduirions l'approche biomédicale qui pense le corps comme un objet sans profondeur, un objet qui se réduit à une surface qui occupe un espace. J'endorsse la pensée de Florence Vinit (2007) lorsqu'elle affirme qu'un « toucher coupé de la compréhension de ce qui se joue à travers lui comme rencontre humaine [...] glisserait à terme vers une objectivation radicale pouvant mener aux pires actes de barbarie » (p. 161).

Il convient de redonner au toucher son caractère chaotique. Cela signifie qu'il n'y a pas de Vérité du toucher. Il y a seulement des gens qui touchent et ont des opinions divergentes sur le toucher. De sorte qu'ici la clarté n'est pas souhaitable. Toute tentative de réduire l'ambiguïté signifierait la fin d'une pensée méditante (Heidegger, 1966), soit la fin de la vie. Bref, on ne peut pas avoir d'idée fixe sur le toucher, mais seulement une démarche de recherche. Par conséquent, il n'y a pas de place pour un expert en éthique sinon pour accompagner les soignants à mieux dégager les limites de leur engagement et de leur geste.

Le fait de toucher ne dit rien en lui-même. Il a besoin d'une attention phénoménologique pour trouver un sens. Toucher c'est mettre de l'attention, « c'est remettre du sens dans l'intolérable de la maladie, la mort ou la solitude » (Vinit, 2007, p. 177). Nous sommes bien loin d'une compréhension de l'éthique qui serait comprise comme un renforcement de comportements attendus. Malheureusement,

l'attention est devenue une denrée rare. « C'est l'attention qui fait désormais l'objet de la principale rareté » (Laham, 2006, p. XI). Pourtant le premier conseil d'un sage consiste souvent à nous rappeler à l'ordre en nous enjoignant de faire attention. Et le souci d'une qualité d'attention relève de l'éthique du *care*. Il existe donc une réciprocité entre le soin et l'attention comme il existe une réciprocité entre le toucher et le fait d'être touché. C'est dans la réciprocité que les choses commencent à prendre forme et à se mettre en place, qu'elles commencent à parler et à faire sens. Dans la réciprocité, il devient possible de dire « je viens de mettre le doigt sur quelque chose » ou « je touche à quelque chose » qui ordinairement se montre plutôt invisible et fuyant.

## Bibliographie

- Andersen, P. A. (2011). *Tactile Traditions: Cultural Differences and Similarities in Haptic Communication*. Dans M. J. Hertenstein & S. J. Weiss (Eds), *The Handbook of Touch: Neuroscience, Behavioral, and Health Perspectives*. New York: Springer.
- Arendt, H. (1974). *Vies politiques*. Paris : Gallimard, coll. "Tel".
- Aristote (1959). *De l'âme*. Paris : Vrin.
- Balmory, M. (2003). Les traductions : résistance des écrits, insistance du désir. Dans J.-C. Eslin & C. Cornu (Dir.), *La Bible. 2000 ans de lectures*. Paris : Desclée de Brouwer.
- Benjamin, B.E., Sohnen-Moe, C. (2005). *The Ethics of Touch*. Tuscon, Ar.: Sohnen Moe Associates.
- Cyrylnik, B. (1993). *Nourritures affectives*. Paris : Odile Jacob.
- Derrida, J. (2000). *Le toucher, Jean-Luc Nancy*. Paris : Galilée.
- Ellenberg, E. (2004). Communication et fin de vie : revue bibliographique et approche éthique de la caresse, *Revue Internationale de soins palliatifs*, 19(2).

- Feldman, R. (2011). Maternal Touch and The Developing Infant. Dans M. J. Hertenstein & S. J. Weiss (Eds), *The Handbook of Touch: Neuroscience, Behavioral, and Health Perspectives*. New York: Springer.
- Field, T. (2011). Massage Therapy: A Review of Recent Research. Dans M. J. Hertenstein & S. J. Weiss (Eds), *The Handbook of Touch: Neuroscience, Behavioral, and Health Perspectives*. New York: Springer.
- Galimberti, U., (1998). *Les raisons du corps*. Paris : Grasset.
- Hall, J. (2011). Gender and Status Patterns in Social Touch. Dans M. J. Hertenstein & S. J. Weiss (Eds), *The Handbook of Touch: Neuroscience, Behavioral, and Health Perspectives*. New York: Springer.
- Harlow, H.F. (1959). Love in infant Monkeys. *Scientific American*, 2(9), p. 68-74.
- Heidegger, M. (1966). *Questions III*. Paris : Gallimard.
- Heidegger, M. (1958). *Essais et conférences*. Paris : Gallimard.
- Hertenstein, M. (2011). The Communicative Functions of Touch in Adulthood. Dans M. J. Hertenstein & S. J. Weiss (Eds), *The Handbook of Touch: Neuroscience, Behavioral, and Health Perspectives*. New York: Springer.
- Laham, R. (2006). *The Economics of Attention : Style and Substance in the Age of Information*. Chicago, IL: The University of Chicago Press.
- Lakoff, G., Johnson, M. (1980). *Metaphors we live by*. Chicago, IL: The University of Chicago Press.
- Levinas, E. (1974). *Autrement qu'être ou au-delà de l'essence*. Paris : Livre de poche.
- Levinas, E. (1986). *De l'existence à l'existant*. Paris : Vrin.
- Levinas, E. (2007). *Le temps et l'autre*. Paris : Presses Universitaires de France.
- Merleau-Ponty, M. (1945). *Phénoménologie de la perception*. Paris : Gallimard.
- Minkowski, E. (1999). *Vers une cosmologie*. Paris : Payot & Rivages.

- Platon. (1950). Phédon. Dans *Œuvres complètes*. Paris : Gallimard, coll. « La Pléiade ».
- Pline l'Ancien. (2013). *Histoire naturelle*. Paris : Gallimard, coll. « La Pléiade ».
- Ricœur, P. (1983). *Temps et récit I*. Paris : Éditions du Seuil.
- Ricœur, P. 1986). *Du texte à l'action. Essais d'herméneutique*, II. Paris : Éditions du Seuil.
- Stack, D.M., Jean, A.D.L. (2011). Communicating Through Touch: Touching During Parent-Infant Interactions. Dans M. J. Hertenstein & S. J. Weiss (Eds), *The Handbook of Touch: Neuroscience, Behavioral, and Health Perspectives*. New York: Springer.
- Vinit, F. (2007). *Le toucher thérapeutique. Du soin à la communication*. Paris : Belin.

### Notice biographique

Jacques Quintin, professeur agrégé, a fait ses études doctorales en philosophie à l'Université Laval après des études de philosophie à l'Université de Montréal. Depuis 2006, il enseigne l'éthique clinique à la faculté de médecine et des sciences de la santé de l'Université de Sherbrooke. Il s'intéresse aux questions du bien-agir en vue du bien-être et de l'accomplissement de soi en regard d'une réflexion sur la vie humaine dans des contextes de relation d'aide. Il a publié aux éditions Liber, *Herméneutique et psychiatrie. Pouvoirs et limites du dialogue* (2005). Également en 2013, *Éthique et toxicomanie. Les conduites addictives au cœur de la condition humaine*. En 2015, il a fondé l'Association francophone internationale d'éthique de la relation d'aide et de la santé mentale.

Courriel : [jacques.quintin@usherbrooke.ca](mailto:jacques.quintin@usherbrooke.ca)