

1. Introduction thématique



1.1 Nos mains sont un outil extraordinaire

« C'est un mot ordinaire, un mot quotidien, un mot très proche car c'est une partie de notre corps, un peu de nous-mêmes, mais dans lequel nous mettons beaucoup de nous-mêmes. Elles sont deux, mais on en parle aussi bien au singulier qu'au pluriel ; et si l'une est en général plus habile, plus adroite, plus honorée que l'autre, grâce à leur complémentarité et à l'équilibre entre les deux, nous percevons quelque idée de l'harmonie. »

Dominique Hernandez ¹

Un mot quotidien... de nombreuses expressions françaises contiennent le mot main, telles que : « Aux innocents les mains pleines », « Avoir la main... heureuse, lourde, légère, sûre... », « Avoir une main de fer dans un gant de velours », « Avoir un poil dans la main », « Demander la main de quelqu'un... »



Un mot qui désigne **un outil précieux** et qui offre de multiples possibilités. D'ailleurs, le mot « main » vient d'un mot latin « manus » qui indique le pouvoir, la possession. Comme dit Charles Darwin : « L'homme n'aurait jamais atteint sa place prépondérante dans le monde sans l'usage de ses mains »². Avec la main, l'humain a la capacité de prendre et de manipuler et ainsi il peut explorer le monde, se nourrir, construire, agir, éduquer. Avec ses mains, l'humain peut toucher et ainsi appréhender le chaud, le froid, mais il peut aussi caresser et être touché. Bien sûr, avec les mains, on peut aussi frapper, cogner, briser, casser. La main permet également de s'exprimer, elle complète le langage, voire le remplace lorsque ce dernier n'est pas possible.

Une partie de notre corps... une partie complexe qui comporte cinq doigts complètement articulés, un pouce qui est opposé aux autres, ce qui permet de bien prendre des objets. La main comporte de nombreux os et articulations qui lui donnent agilité et mobilité. D'ailleurs, la main se compose de 27 os et de nombreux muscles. Pourtant les doigts ne possèdent pas de muscles, juste des tendons et des ligaments. Bien sûr, la main fait parfois souffrir, il y a le syndrome du canal carpien, l'arthrite et l'arthrose. Et parfois la main vient à manquer, suite à des maladies, accidents ou malformations. Pour pallier ce handicap, certaines personnes utilisent les pieds, les coudes qui deviennent ainsi de merveilleux outils. Et actuellement les progrès et les recherches de la médecine nous permettent d'imaginer qu'il soit possible de remplacer les mains par une prothèse reliée au cerveau.



Un peu de nous-mêmes. La main est comme une carte d'identité. D'ailleurs, au bout des doigts nous trouvons une empreinte qui est personnelle à chacun. Nos mains parlent aussi de nos vies, il y a des mains de travailleurs, des mains de personnes âgées, des mains de bébés... Les mains n'ont pas beaucoup changé de forme depuis que l'être humain existe, mais nos mains changent avec le temps et les activités. Auparavant, on portait des gants, pas seulement pour se protéger du froid ou des activités dangereuses, mais tout simplement pour que les mains restent les plus préservées possible. D'ailleurs,

¹ <http://biblique.blogspirit.com/archive/2007/03/12/cheir-la-main.html>

² Charles Darwin, "La Filiation de l'Homme et la sélection liée au sexe", trad. sous la direction de P. Tort, coord. par M. Prum. Cité par <https://fr.m.wikipedia.org/wiki/Main>

on reconnaissait parfois un rôle social aux mains. Une femme de la bourgeoisie n'avait pas les mêmes mains qu'une femme paysanne, par exemple.

Nous mettons beaucoup de nous-mêmes nos mains. Observez les quand vous êtes tranquilles, quand vous parlez, quand vous écoutez... et vous découvrirez qu'avec vos mains vous tortillez vos cheveux, vous tapotez sur la table, vous fermez le poing... Nos mains disent et parlent de nos émotions, de nous. Bien sûr, un geste seul ne veut rien dire. Il ne s'agit pas de faire une liste de gestes à décoder, comme si « se gratter la joue » voudrait dire pour tous « être anxieux ». Mais nos mains disent quelque chose de nous et montrent parfois la fatigue, le stress, le calme, la joie. Elles sont parfois en contradiction avec nos paroles, ou en parfaite harmonie.



Elles sont deux : main gauche et main droite. Elles ne sont pas égales, nos mains. D'ailleurs, ne dit-on pas "gauche" pour désigner quelqu'un de maladroit, ce mot même désigne la droite comme habile. La majorité des gens ont une main dominante, une main plus agile. Mais parfois, certains utilisent les deux à part égale, ce sont les ambidextres. Pour la plupart, c'est la droite qui domine ; mais pour d'autres, c'est la gauche. Auparavant, ceux qui étaient gauchers étaient brimés, ils devaient devenir droitiers. Car la main gauche était montrée du doigt !

Nos mains possèdent cinq doigts... amusons-nous à observer le nom de ces doigts³ :



Le pouce pourrait provenir de la même racine que les verbes palper, toucher, sentir. Le pouce a donné naissance à une unité de mesure.

L'index vient du latin « celui qui montre, indique, dénonce » et ce mot désigne aussi une table des matières.

Le majeur est un nom assez récent, le mot vient du Moyen-Age et signifie « grand ». On utilise d'ailleurs ce mot majeur pour désigner quelque chose d'important.

L'annulaire vient du latin et dérive comme on le sait du mot anneau, ce qui souligne l'importance des bagues de mariage, de familles, des évêques.

L'auriculaire : ce mot est introduit par Rabelais, il provient du mot oreille. Mais on le désigne également sous « petit doigt ».

La main est riche de symboles dans beaucoup de religions. Il y a la main de Fatima, fille du prophète Mahomet, un talisman contre le mal, les mains de Shiva, déesse hindoue. La main a d'ailleurs donné le nombre d'or, très présent en Egypte ancienne. Ce chiffre est la proportion entre les os de l'index jusqu'au poignet. Et dans la Bible ...

3 Ce qui suit est inspiré d'un article de Martin Francoeur, <https://l-express.ca/les-doigts-et-leur-etymologie/>

1.2. Les mains dans la Bible

« Je t'ai gravé sur la paume de ma main », dit Dieu au prophète E-Isaïe .⁴

Symboliquement, les mains de Dieu ont fait les cieux et la terre : « Voici ce que déclare le Seigneur : « Les cieux sont mon trône et la terre mon marchepied. Quel genre de maison voudriez-vous me bâtir ? Et en quel genre de lieu voulez-vous que je me repose ? Tout ce que vous voyez, je l'ai fait de mes mains, et tout cela existe, vous dis-je. »⁵ Dans les Psaumes, celui qui prie rend grâce pour les œuvres que Dieu a faites de ses mains (Psaume 8,3 ; 19,1 ; 95,5). De même, l'être humain est façonné par les mains de Dieu : « Pourtant, SEIGNEUR, tu es notre Père. Nous sommes l'argile, et tu es le potier. Tes mains nous ont tous formés. »⁶

C'est d'ailleurs pour cela que Dieu tient tout dans sa main, non seulement « les profondeurs de la terre »⁷, mais « l'âme de tout ce qui vit »⁸, quand « Tu ouvres ta main et tu donnes à tous les êtres vivants ce qu'ils désirent. »⁹. La main de Dieu est signe de son pouvoir : « La richesse et la gloire viennent de toi et c'est toi qui domines tout. Dans ta main sont la puissance et la force ; dans ta main, le pouvoir de tout élever et de tout affermir. »¹⁰ Qui dit pouvoir dit aussi justice et punition (Deutéronome 32,41 ; Jérémie 15,6 ; Ezéchiel 6,14).

Parler ainsi des mains de Dieu, c'est dire combien Dieu est proche de nous et que le monde créé ainsi que toutes les créatures qui y vivent sont en lien avec cette Présence. Il ne s'agit pas de visualiser un Dieu tel un être humain, mais bien de nous permettre d'entrer dans cette confiance que chacun et chacune a de l'importance à ses yeux, au point que nous sommes "gravés dans la paume de sa main".

C'est pourquoi, nous pouvons dire tel le psalmiste : « Je remets mon souffle dans tes mains », comme aussi Jésus qui dit sur la croix : « Père, entre tes mains, je remets ma vie »¹¹ à l'image de cette prière intitulée « **J'ai tout remis entre tes mains** »

J'ai tout remis entre tes mains :

*Ce qui m'accable et qui me peine,
Ce qui m'angoisse et qui me gêne,
Et le souci du lendemain.*

J'ai tout remis entre tes mains.

*J'ai tout remis entre tes mains :
Le lourd fardeau traîné naguère,
Ce que je pleure, ce que j'espère,
Et le pourquoi de mon destin.*

J'ai tout remis entre tes mains.

*J'ai tout remis entre tes mains :
Que ce soit la joie, la tristesse,
La pauvreté ou la richesse,
Et tout ce qu'à ce jour j'ai craint.*

J'ai tout remis entre tes mains.

*J'ai tout remis entre tes mains :
Que ce soit la mort ou la vie,
La santé ou la maladie,
Le commencement ou la fin.*

J'ai tout remis entre tes mains. »¹²



4 E-Isaïe 49,16

5 E-I saïe 66,1-2

6 E-I saïe 64,8

7 Psaume 95,4

8 Job 12,10

9 Psaume 145,16

10 1 Chroniques 29,12

11 Psaume 31,6 – Luc 22,46

12 <https://oratoiredulouvre.fr/spiritualite/prier/j-ai-tout-remis-entre-tes-mains> ; parfois attribuée à Marie Henrioud



« Des gens amènent des enfants à Jésus pour qu'il les touche. Mais les disciples leur font des reproches. En voyant cela, Jésus se met en colère et il dit à ses disciples : « Laissez les enfants venir à moi. Ne les empêchez pas. En effet, le Royaume de Dieu appartient à ceux qui sont comme les enfants. Je vous le dis, c'est la vérité : si quelqu'un ne reçoit pas le Royaume de Dieu comme un enfant, cette personne ne pourra jamais y entrer. » Ensuite, Jésus embrasse les enfants et il les bénit en posant les mains sur leur tête. » Marc 10, 10-16

Dans le Nouveau Testament, Jésus utilise ses mains tel un être humain non seulement pour accueillir, guérir (Matthieu 8,3 ; 8,15 ; Marc 1,41) et bénir ; sa main permet également de désigner, d'indiquer (Matthieu 14,31) mais aussi de chasser les marchands du temple. Dans les Evangiles, on demandait souvent à Jésus d'imposer les mains. Imposer les mains, c'est partager son pouvoir, c'est l'offrir pour faire du bien. (Luc 13,13)

« Dans les Evangiles synoptiques, Jésus s'approche jusqu'à toucher des malades, et même des lépreux, et même un cercueil, et des petits enfants. Sa main montre alors un monde nouveau, le Royaume devenu proche. Sa main parle d'une réalité nouvelle qui vient et s'installe aussi dans les corps qui deviennent à leur tour témoignages d'une bonne nouvelle toujours bonne et toujours nouvelle. Ce toucher, comme tout geste de compassion, signifie l'acceptation de la condition humaine avec toutes ses limites. Le langage des gestes de Jésus de Nazareth traduit ce que promet la Parole de Dieu, mais également, il effectue pleinement cette Parole. »¹³

On ne peut parler des mains dans les Evangiles sans dire que c'est entre les mains des gens que Jésus a été livré (Marc 14,46). De la même manière, le geste de Ponce Pilate lors du procès de Jésus est devenu une expression commune : « Pilate voit qu'il n'arrive à rien, et l'agitation est de plus en plus grande. Alors il prend de l'eau et il se lave les mains devant la foule en disant : « Je ne suis pas responsable de la mort de cet homme. C'est votre affaire ! »¹⁴ Ce que l'on fait de ses mains est notre affaire, comme le dit Jésus en Matthieu 18,8 et Luc 9,62.

Que nos mains soient à l'image des mains de Jésus, des mains d'espérance:

« Toi, notre Dieu,
Tu nous as donné des mains pour serrer d'autres mains,
Et non pour les fermer en poings violents.
Les mains ouvertes comme une offrande,
Comme une prière de demande et de merci.
Les mains qui bénissent, les mains ridées, abîmées,
Qui reçoivent le pain de vie.

Toi, Jésus, avec tes mains, tu as relevé le pauvre, l'exclu...
Tu n'as pas jeté la pierre, tu as partagé le pain,
Tu as porté ta croix. Toi, Jésus, avec tes mains,
Tu as fait passer Thomas du doute à la foi.
Tes mains de ressuscité nous invitent à espérer,
A nous prendre en main,
A ne pas baisser les bras devant la mort et l'isolement.

Toi notre Dieu, apprends-nous à mieux partager,
Parce que nos mains
Sont telles que nous les utilisons,
Elles sont le prolongement du cœur,
Elles disent notre façon d'aimer,
Elles deviennent ainsi tes mains,
Celles qui donnent la Vie. »¹⁵



13 Dominique Hernandez, <http://biblique.blogspirit.com/archive/2007/03/12/cheir-la-main.html>

14 Matthieu 27, 24

15 Livre de Prières, Société Luthérienne, Editions Olivétan, page 110.

1.3. Les mains des enfants



De la menotte qui s'agite dans le berceau à la main du petit enfant qui apprend à saisir les objets puis à apprivoiser le monde, que de belles étapes dans la vie des petits ! Qu'elles sont jolies ces petites mains prêtes à découvrir ce qui les entoure et ceux qui sont là pour l'accueillir.

Déjà, recevoir dans ses bras le bébé tout neuf des bras de la sage-femme puis l'entourer de nos mains, lui prendre la main, effleurer sa joue, sa tête, ses mains qui rapidement se ferment autour d'un de nos doigts...

Les mains des parents qui rassurent, réconfortent, nourrissent aussi. Elles prennent soin. Dans le bain, par une caresse pour aider à s'endormir, par une pression douce mais rassurante. Vite arrivent les comptines, la première étant souvent : « Ainsi font font font les petites marionnettes », prélude à toute une série de jeux avec les mains.

Bien avant de marcher, le petit utilise ses mains ou du moins apprend à les utiliser. Il les découvre du regard d'abord, presque étonné, puis il se les approprie. Il les bouge, les met dans sa bouche, découvre petit à petit tout ce qu'on peut faire avec ses 10 doigts. Et le champ des possibles est quasi infini : toucher, caresser, taper, prendre, lancer, construire, donner la main, on pourrait énumérer longuement toutes les actions où il utilise ses mains. Pour les jeux entre autres. Si au début, la découverte des mains est plutôt auto-centrée, assez vite les jeux deviennent l'occasion d'entrer en contact, en relation avec les autres (en famille, les contacts sont très vite un des liens privilégiés. Et si l'origine de l'expression « Jeux de mains, jeux de vilains » désigne les coups entre gens du peuple ou des paysans qui après une dispute en « venaient aux mains », (« vilains », en opposition aux nobles qui réglaient leurs différends par des duels), les jeux avec les mains offrent aux enfants, aux familles l'occasion de partager de bons moments, le plus souvent joyeux et créatifs.



Dans la vie courante, il existe de nombreux gestes sous forme de codes sociaux et propres à la culture de continents ou des pays : les mains communiquent ! On croise les doigts pour porter bonheur, on montre du doigt quand on veut accuser, on gesticule et agite ses mains quand on est énervé. Les expressions sur les mains sont nombreuses et signifient l'importance de cette partie de notre corps.



En plus des gestes courants avec les mains, il y a bien sûr la précieuse langue des signes ou le code (qui souligne la lecture labiale)¹⁶. N'oublions pas le braille où les mains avec les doigts lisent le texte ! Un texte du coup qui prend corps, qui parle au corps directement. Il existe des parties de la Bible en braille¹⁷.

Les enfants découvrent vite les comptines avec les mains, les doigts¹⁸, puis ils « organisent » et partagent ces jeux. En grandissant, ils inventent de nouveaux modes de communication avec les mains, sortes de rituels, variables à l'infini ou presque : les checks. Ils sont signes de ralliement dans un groupe, de signe de reconnaissance, d'amitié.

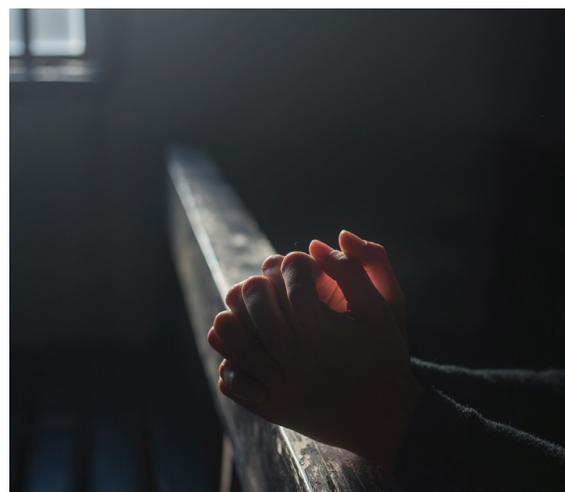
16 Vous pourrez découvrir dans cette vidéo quelques signes faciles à apprendre aux petits, <https://www.youtube.com/watch?v=WwwPTuyIPsY>

17 Vous en trouvez dans certaines bibliothèques, dont le CIDOC, <https://www.cidoc.ch>

18 Vous en trouverez un grand nombre sur youtube comme par exemple : <https://www.youtube.com/watch?v=94piD5wxR0c> et https://www.youtube.com/watch?v=B_rG1q302LY

Quelques idées à faire dans vos groupes

- 1) Vous pouvez demander dans vos groupes d'enfants d'inventer un signe de la main ou une série de gestes pour se retrouver au début de chaque rencontre. Cela peut être par famille ou par groupe d'éveil suivant le nombre d'enfants et parents et l'âge. On peut privilégier des gestes simples pour les petits et une suite de checks pour les moyens.
- 2) Vous pouvez inviter les enfants à observer les mains : regarder ses mains, lever les doigts un par un, les refermer, en lever 2 puis 3 ou deux par deux. Constaté les différences de longueur, la place spéciale du pouce, bloquer ou immobiliser le pouce ou un/2 autres doigts et voir ce qui se passe (pour boire un verre d'eau ou juste avec une activité toute simple).
- 3) Vous pouvez aussi jouer aux devinettes-mimes : demander aux enfants ce que signifie tel ou tel geste (ou quel geste ils connaissent : poser les doigts sur la bouche pour faire chut et demander le silence par exemple, croiser les doigts pour porter chance). Une main plus habile que l'autre souvent : demander aux enfants de faire une forme avec leur main habituelle puis demander de changer.
- 4) Une autre piste avec des photos-langage : poser devant eux quelques photos de mains (qui donnent, qui frappent, qui prient etc.) et demander de choisir celle qui les touche ou leur parle.



Le toucher

C'est un des sens et il a cette particularité qu'il met en contact physique avec l'autre de façon très incarnée. On peut écouter de la musique ou jouer ensemble, on peut voir un coucher de soleil ensemble mais si on se tient la main, on est reliés à plusieurs niveaux.

Les tout-petits n'apprécient pas toujours d'ailleurs qu'on leur prenne la main... Il faut être attentifs à ne pas forcer le contact. La main de papa/maman reste le refuge pour certains qui ne sont pas prêts à se lancer dans des contacts proches avec des nouvelles personnes. Il est important de prendre le temps et de respecter ce temps d'apprivoisement. Et si on organise une farandole ou une ronde, tenons compte des enfants qui n'aiment pas ça (on peut leur faire tenir un bout de corde pour une autre façon d'être reliés).

Si le toucher est doux et tendre, il rassure, apaise et transmet de l'amour. Si les mains deviennent « dures » elles peuvent forcer, taper, griffer, empoigner. Elles sont l'expression de notre état d'âme et sont capables du meilleur comme du pire. Elles sont capables de bercer le petit enfant, d'attraper une hache pour couper du bois, préparer à manger mais peuvent aussi détruire et frapper.

Chez les petits, la découverte des matières et jeux passe inévitablement par les mains : pâte à modeler, matériaux divers, construction de château de sable, découverte de ce qui pique aussi, qui brûle, qui fait mal. La plupart des enfants aiment dessiner ou malaxer de la pâte à modeler. La sensation est toujours une découverte, peu importe parfois le résultat ! Et le fait de créer quelque chose puis de le détruire et recommencer, est un passage important et fondateur. De plus, les bricolages « faits main » sont toujours source de joie pour celui qui les reçoit et une grande fierté pour qui les a faits.



Dans ce sens, les métiers des parents peuvent être un point de départ pour des discussions avec les enfants (dès 4 ans plutôt).

Pour terminer cette réflexion, n'oublions pas les mains qui se posent sur un piano, une guitare. Parmi les enfants, il y a peut-être des jeunes musiciens en herbe ou des petits qui ont un instrument à la maison et qui ont déjà expérimenté la joie de faire un son avec ses doigts. L'image d'un orchestre ou chacun avec ses mains contribue à une symphonie magnifique est un bel exemple de communion et de collaboration !