

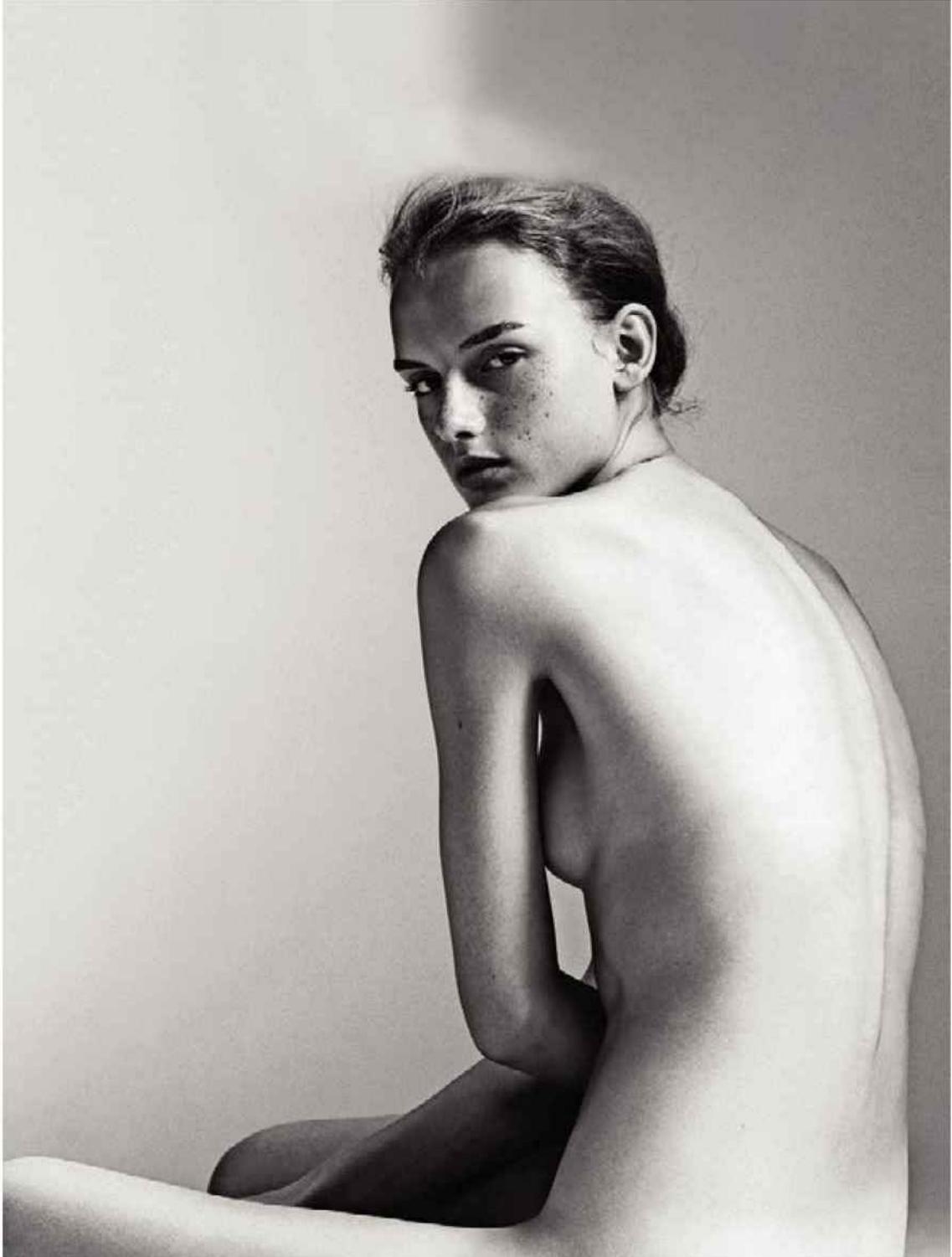


L'Epoque

La tendance dans les SPAS et instituts : des rituels à la scénographie ultra-orchestrée qui remettent la MAIN et l'art du TOUCHER au cœur de l'expérience beauté. Et si c'était ça, le cadeau de Noël idéal ?

La beauté du GESTE

En 2002, dans son best-seller *The Wellness Revolution*, l'économiste américain Paul Zane Pilzer pariait que le bien-être serait le marché du XXI^e siècle. Quand on observe le boom que connaît ce secteur ces dernières années, on se dit que l'homme avait vu juste. Rien qu'en France, on recensait, en 2012, 9 000 instituts et spas, dont 400 intégrés à des hôtels, pour un chiffre d'affaires de 2 milliards d'euros par an. Le récent rachat de Carita et Decléor par le géant L'Oréal, deux marques d'« instituts » historiques, n'a rien d'anodin : le groupe ne cache pas son ambition de devenir leader sur ce segment à fort potentiel, alors que les ventes de produits dans les parfumeries ou les salons de coiffure ont tendance à se tasser. « Actuellement, c'est le marché des spas d'hôtel qui tire la croissance, souligne Christian Mas, président de Sothys, une marque présente dans les instituts de beauté depuis soixante-dix ans. Les indépendants sont de plus en plus nombreux à ouvrir des espaces bien-être pour répondre à une demande grandissante de la clientèle, et les chaînes hôtelières commencent à s'engager dans cette voie, ouvrant de nouvelles perspectives. »



BENJAMIN LEHINOK POUR L'EXPRESS STYLES



S'offrir un MASSAGE n'est plus signe d'oisiveté mais, au contraire, une DÉMARCHE hautement valorisée, tout comme FAIRE DU SPORT ou soigner son alimentation

Du petit hôtel de bord de mer qui ouvre sa cabine de massage shiatsu au palace parisien – le Ritz a choisi Chanel pour sa réouverture, Dior a rénové son espace grand luxe au Plaza Athénée –, nul ne peut ignorer le phénomène. Partout des spas des villes, des spas des champs, sans oublier les cabinets indépendants (acupuncteurs, masseurs, etc.) et l'immense réseau d'instituts franchisés et de thalassos. Malgré la crise et les budgets serrés, les femmes (et de plus en plus d'hommes aussi), bercés par les discours sur la *slow life* et le *better-aging*, sont prêts à investir du temps et de l'argent pour se faire du bien au corps et à l'esprit. Aller se faire masser n'est plus signe d'oisiveté mais, au contraire, une démarche hautement valorisée, tout comme pratiquer un sport ou soigner son alimentation. S'offrir un rituel en cabine au bénéfice durable est devenu le parfait complément des cosmétiques de consommation courante. Moins de matérialisme, plus de sensations et surtout plus de sens : le mantra du moment ?

« J'ai côtoyé Jacques Courtin, fondateur de Clarins, pendant vingt-cinq ans, et je l'ai toujours entendu parler du pouvoir de la main, confie Dominique Rist, directrice formation et développement soins spa pour la marque. Dans un rituel en cabine, le geste est primordial : quelle partie de la main on va utiliser, la vitesse choisie, le poids, la pression, tout est parfaitement calculé pour un bénéfice précis au niveau des tissus, du système circulatoire, de la lymphe... Rien n'est laissé au hasard. » Aujourd'hui, avec l'apport de l'ostéopathie, du reiki, des médecines traditionnelles chinoise, indienne, ou encore du *deep tissue massage*, cet art du toucher revient au



1. **Démaquillage en douceur.**
Baume Cleanser, crème démaquillante, EVE LOM au Bon Marché, 75 € les 100 ml.
2. **Rituel du coucher.**
Abeille royale, crème nuit fermeté, correction des rides et galbe, GUERLAIN, 148 € les 50 ml.
3. **Modelage maison.**
Le Lift, masque de massage tonifiant, CHANEL, 75 € le pot de 50 g.

cœur du métier. Fini le temps des rituels visage et corps très superficiels, des papouilles délicates ou des machines un peu futuristes voire parfois carrément gadgets. « Si le geste professionnel et l'art du massage constituent un enseignement à part entière dans les écoles d'esthétique, ils ont peut-être, pendant quelque temps, été négligés au profit de protocoles où l'on privilégiait la technicité des produits ainsi que les accessoires high-tech », souligne Dominique Rist. Et Régine Ferrère, présidente de la Confédération nationale de l'esthétique-parfumerie, d'ajouter : « La formation est la priorité absolue. Selon une étude récente, les métiers de l'esthétique pourraient accueillir 47 000 emplois supplémentaires, soit une progression de 1,9 % par an d'ici à 2022. » Mettre ses mains au service de la beauté et du bien-être des autres, une nouvelle filière d'avenir ?

Mais à quoi reconnaît-on la qualité d'une main, justement ? Chantal Lehmann le résume en une phrase : « Il faut mettre son cœur dans ses mains, tout simplement. » A 41 ans, elle s'est formée aux quatre coins du monde et propose dans ses deux centres, à Paris et à Boulogne-Billancourt, des massages et soins holistiques uniques en leur genre, conçus pour remettre le corps d'aplomb et équilibrer le mental. En parallèle, cette main exceptionnelle a imaginé de nombreux protocoles de massages pour des marques comme Sisley ou, plus récemment, à l'occasion de la réouverture de l'Institut Guerlain sur les Champs-Élysées. « La technique est importante mais elle doit s'effacer au profit de l'intention, de l'attention à l'autre. » Une vision également partagée par Elisabeth Nado, fondatrice de Home Spa, service de massage à domicile : « Pendant un soin, je dois m'approprier le corps, la peau de l'autre et, finalement, le geste ne devient plus qu'un vecteur de communication silencieuse entre deux personnes. Dans mes massages, je donne mais je reçois aussi beaucoup car l'énergie circule, elle est presque palpable. On choisit clairement ce métier pour faire du bien aux autres : impossible de fidéliser et d'offrir de bons résultats si l'on n'est pas dans le don de soi. »

Et c'est peut-être cela, au fond, que nous cherchons tous aujourd'hui quand nous passons la porte d'un spa ou d'un



Beauté



4. Onde sensuelle.
J'Adore, Huile divine,
DIOR, 81,50 €
les 200 ml.

5. Elixir apaisant.
Huile « Relax »,
CLARINS, 52 €
les 100 ml.

6. Du baume au corps.
Aroma Nutrition,
huile sèche satinante,
DECLÉOR, 42 € les 100 ml.

institut : pas uniquement un enchaînement de gestes mécaniques, sans âme, mais une réelle connexion. « Je suis persuadée que le toucher est un sens beaucoup trop négligé, alors qu'il est une des clefs du bien-être et, je dirais même, de la santé. Aujourd'hui, la médecine occidentale reconnaît qu'après une opération ou une chimiothérapie, par exemple, les thérapies manuelles sont très importantes pour apprendre à se réapproprier son corps », ajoute Elisabeth Nado.

S'éveiller à l'art du toucher pour, au fond, se remettre à l'écoute de son corps, et donc de soi-même. « Selon moi, recevoir un soin du visage ou du corps s'inscrit dans une démarche de développement personnel. De toutes les thérapies et méthodes que j'ai pu apprendre au cours des années, le fil rouge est la pleine conscience, explique Chantal Lehmann. Pour celui qui donne comme pour celui qui reçoit. Avant de démarrer un soin, je préviens de cette nécessité absolue : être présent à soi. C'est le grand sujet du moment : si les gens offrent et s'offrent autant de massages, c'est parce qu'ils veulent de l'humain, du service, vivre des expériences qui ont du résultat mais qui, avant tout, les rappellent à eux-mêmes. Et, évidemment, il faut y trouver un apaisement durable, on en a tous besoin vu la brutalité du monde dans lequel on vit. »

S'en remettre à des mains expertes, aussi, c'est apprendre non seulement à lâcher prise et à écouter son corps,

mais aussi à redécouvrir la lenteur et la douceur. « Je suis toujours surprise par la façon dont les femmes touchent leur peau, avec rudesse, dans une certaine urgence, constate Dominique Rist. Les tissus sont frottés, tirillés, malmenés. Or, la peau est un capteur sophistiqué, très sensible, qui reflète l'équilibre intérieur. Retrouver la beauté et la douceur du geste, dans l'intimité d'une cabine d'institut ou de spa, c'est aussi prendre de bonnes habitudes à appliquer au quotidien. »

Au-delà de la perfection et de la profondeur du geste, si les soins et massages en cabine rencontrent un tel succès c'est parce qu'ils proposent, aussi, une véritable immersion sensorielle. Une parenthèse d'une heure, peut-être plus, parfois moins, un voyage immobile qui permet de s'échapper du quotidien. « Chaque étape d'un protocole est soigneusement pensée pour éveiller tous les sens et apporter un maximum de plaisir, précise Armelle Souraud, directrice de la communication scientifique Chanel. On recherche l'alchimie et l'harmonie parfaite entre les gestes, la sonorisation, les jeux de lumière, les couleurs, le type de linge choisi, les boissons que l'on va proposer à la cliente avant et après le soin... Mais aussi les mots : dans notre spa du Ritz, nous avons mis l'accent sur la personnalisation et l'écoute. Chaque rituel commence par une conversation avec l'experte pour identifier les problématiques beauté de la cliente, mais aussi évoquer son mode de vie, son état émotionnel. »

Adieu les quelques cases cochées à la va-vite sur un formulaire dans la salle d'attente, place à un véritable temps d'échange, là encore, entre le donneur et le receveur. Une vraie souplesse, une modularité et un sens du sur-mesure propres aux spas luxueux, comme celui de Chanel, mais qui infuse, petit à petit, la façon de travailler dans tous les spas et instituts. Une nouvelle exigence qui délivre, au fond, le même message que le pouvoir de la main : pour se sentir bien dans notre peau, notre corps, notre tête, prenons le temps de l'écoute. Et ça vaut aussi quand vous êtes chez vous, chaque matin, devant le miroir, et non plus confortablement allongée sur une table de massage.

■ CHARLÈNE FAVRY

À TESTER
Bonnes adresses

D'une main douce et sûre, l'équipe d'Elisabeth Nado, qui se déplace à domicile, débusque les tensions. Home Spa, à partir de 200 € la séance de 1 heure, 06-60-21-16-01.

Parmi les rituels proposés par Chantal Lehmann dans son nouvel espace parisien, citons HoliFitness, un modelage du visage planant, 250 € la séance de 1 h 30, 6, rue du Mont-Thabor, Paris (1^{er}), 01-78-76-90-02.

Entièrement sur mesure, chaque soin se compose selon les envies et besoins du moment. L'Institut Guerlain, 68, avenue des Champs-Élysées, Paris (VIII^e), 01-45-62-11-21.

La réflexologue Gwenn Libouban a installé son savoir-faire dans la toute nouvelle Ferme du vent de Jane et Olivier Roellinger, près de Cancale. La Ferme du vent, lieu-dit Langavant, Saint-Méloir-des-Ondes (Ille-et-Vilaine), 02-99-89-64-76.