

# LE MASSAGE KOBIDO, LE LIFTING VISAGE SANS INJECTION

PAR ASTRID BARBÉ

**Le massage Kobido® tout droit débarqué du Japon, utilise des techniques ancestrales pour sublimer la peau du visage. Lifting naturel, sans chirurgie, il stimule également la circulation énergétique. Pour tout savoir sur ce soin anti-âge.**

## Sommaire

- La naissance du massage Kobido
- Kobido : le massage du visage pour un lifting naturel
- Comment se déroule un massage Kobido ?
- Massage Kobido : pour qui et à quel prix ?

Ko-bi-do. Trois syllabes à première vue insignifiantes mais qui en disent long, en réalité. Ko veut dire « ancien » en japonais, bi « beauté » et do « voie ». Autrement dit, le **massage Kobido®** emprunte une voie ancienne de la beauté. Il fait appel à des techniques ancestrales permettant de rendre à la peau du visage sa beauté intérieure et extérieure.

## La naissance du massage Kobido

Ce type de massage est très ancien, il est né au XV<sup>e</sup> siècle au Japon, au sud du mont Fuji. On raconte que deux des meilleurs maîtres de l'Anma (ou Amma), une technique de massage japonais qui signifie « calmer avec les mains », se sont affrontés dans une compétition de **massage facial**. Il s'agissait de satisfaire l'impératrice qui réclamait un soin particulier. Après plusieurs mois de lutte, aucun vainqueur ne fut désigné. Les deux maîtres, au lieu de continuer l'affrontement, ont préféré unir leurs forces pour créer la Maison Kobido. A la base réservé à la famille impériale et aux geishas, le **massage Kobido®** s'est étendu au reste de la population.

« On dit qu'il était aussi très utilisé chez les guerriers japonais car cela les détendait et leur permettait de se recentrer sur eux-mêmes, explique Aline Faucheur, diplômée de six écoles de massage et auteure du livre *Kobido, le lifting naturel japonais*. Le massage, et plus particulièrement le massage Kobido®, est un art traditionnel pour les Japonais, au même titre que la cérémonie du thé ».

Les multiples techniques permettant la réalisation de ce massage sont transmises de maître à élève depuis 26 générations. Aujourd'hui, le massage Kobido® authentique est enseigné par le Dr Shogo Mochizuki. Seuls quelques élus sont appelés à recevoir cet apprentissage très exigeant, dont cinq en France.

Cependant, il existe bien d'autres praticiens qui dispensent un massage Kobido® version française, s'inspirant des techniques ancestrales qui font sa renommée.

## Kobido : le massage du visage pour un lifting naturel

Obtenir un **effet liftant** naturellement, un réveil du visage, pour réduire les rides, voilà tout l'intérêt du massage Kobido®. Pour celles qui ne veulent/peuvent pas avoir recourt aux injections, cette alternative peut être la solution.

En effet, grâce au massage Kobido®, les muscles peauciers, attachés par leurs extrémités à l'os et à la peau, vont se détendre. « Telle l'eau sur une éponge, les mains du masseur vont permettre de nourrir les muscles du visage en profondeur. Comment ? En réactivant la circulation du sang, de l'eau et de la lymphe. Ils seront repulpés », détaille Aline Faucheur. Et qui dit muscles gonflés à bloc dit moins de rides !

Ce **lifting naturel**, massage généreux en gestes, se fait *crescendo*. « Au fur et à mesure que le visage se détend, on va travailler plus en profondeur, poursuit la praticienne. La spécificité du Kobido® réside dans son rythme très saccadé. On alterne la douceur, l'intensité, la profondeur, la légèreté ».

Percussions, battages et pincements se succèdent sur le visage pendant 20 à 50 minutes. « Plusieurs de mes clientes me disent qu'elles ont l'impression d'avoir des petites danseuses sur la peau ». C'est peu dire quand on voit à quel point les professionnels se dépensent pour effectuer ce type de massage. Les doigts, les mains, les avant-bras voire même les épaules sont sollicités pour faire un massage Kobido® digne de ce nom.

### Comment se déroule un massage Kobido ?

Au cours d'une séance de massage Kobido® tel qu'il est enseigné par le Dr Shogo Mochizuki, une serviette humide et chaude est appliquée sur le visage afin de dilater les pores de la peau. Celle-ci est ensuite exfoliée, ce qui permet de décupler les bénéfices de la **crème hydratante** appliquée pendant le soin.

Pour les autres méthodes de Kobido®, « il y a différentes façons de faire, explique Aline Faucheur. Il faut toujours nettoyer le visage de la cliente. Personnellement, j'utilise de la poudre de riz pour exfolier la peau. Ensuite j'applique un fluide de massage puis une crème de jour ».

Ensuite, la praticienne commence le massage. « Cette étape est la plus importante. On n'est pas dans un rituel de soin classique du visage avec gommage et masque, ici, on masse. C'est véritablement le massage qui va lifter l'épiderme ».

Pour que la technique du Kobido® fasse effet et qu'il y ait un résultat visible sur la peau, il faut **se faire masser** au moins 20 minutes. Dans l'institut d'Aline Faucheur, le massage pur dure 50 minutes, et il faut compter encore 15 minutes de **nettoyage de la peau**, pose du fluide et de la crème et 10 minutes pour l'accueil et la tisane.

*Ce massage est indissociable d'un auto-massage du visage à faire chez soi*

« Mais ce massage est indissociable d'un auto-massage du visage à faire chez soi, martèle la praticienne. Pour reprendre l'image de l'éponge, après avoir été mouillée, gonflée et rebondie, l'éponge se dessèche à nouveau. D'où ce besoin de régularité si vous voulez que les effets perdurent. C'est comme le sport ».

En plus du massage Kobido® réalisé par un professionnel, « il faut donc prendre l'habitude de s'auto-masser tous les jours, au moins une minute, lorsque l'on met sa **crème de jour** ou de nuit », conseille Aline Faucheur. Il ne s'agira pas ici de reproduire un massage Kobido®,

trop éprouvant et réservé aux experts, mais juste d'entretenir la masse musculaire du visage en adoptant quelques gestes simples.

Par exemple, pour structurer l'ovale du visage, il faut effectuer des petits battages. Pour les rides au niveau de la commissure des lèvres, il faut bien étirer la peau jusqu'aux oreilles.

### **Massage Kobido : pour qui et à quel prix ?**

« Je reçois des clients âgés de 40 ans et plus. Mais de plus en plus, des personnes d'une trentaine d'années viennent me voir en prévention, afin de ne pas laisser les ridules s'installer », confie Aline Faucheur.

Autrement dit, avant 30 ans, ce n'est pas la peine de faire un massage Kobido®, l'auto-massage est suffisant. En revanche, la trentaine en poche, il est possible de venir profiter de ce type de **soin visage**.

Concrètement, Aline Faucheur conseille de venir trois fois au cours du premier mois (environ tous les 10 jours) afin que la mémoire du corps, et plus particulièrement celle du visage, s'active et emmagasine les informations. Ensuite, un massage Kobido® une fois par mois, à vie, permet d'entretenir durablement la peau et de diminuer les effets du **vieillissement cutané**.

Une séance d'une heure 15 dans l'institut d'Aline Faucheur (au 17 Place des Vosges, Paris IV<sup>e</sup>) vous coûtera 150€. Il faut savoir que les prix varient entre 50 et 150 € en fonction des praticiens et de la durée du massage.

>>> Un grand merci à Aline Faucheur pour sa disponibilité et son éclairage professionnel. Aline Faucheur est l'auteure du livre *Kobido®, le lifting naturel japonais*, Éditions Hachette Bien-Être.