

Le Clematis : un massage corps et âme

par **Françoise PERIER**

Lorsqu'elle présente sa méthode, Nicole Lavigne met d'emblée le doigt sur toute la complexité de l'exercice du toucher en abordant les types de problèmes auxquels les esthéticiennes peuvent se trouver confrontées tant sur le plan technique que

DES SOINS PERSONNALISÉS

Une méthode certes et des rituels mais pas un rituel immuable car l'esthéticienne se met instinctivement à l'écoute de sa cliente et va pratiquer le massage selon sa demande inconsciente ou formulée. Qu'il soit relaxant ou énergétisant, ce massage sera votre massage. L'art du «ici et maintenant», c'est tout à fait dans la mouvance Clematis, qui se définit cependant comme une école d'inspiration totalement occidentale.

LA TECHNIQUE NE FAIT PAS TOUT

Cette méthode s'adresse aux esthéticiennes qui veulent aller plus loin et acquérir une formation certifiante. C'est aussi une réponse pour celles qui veulent aller au delà des techniques manuelles et sont bien conscientes qu'il faut déborder de son domaine d'expertise. Avec la vogue et la vague new age, on assiste à trop de formations à la va-vite en un week-end, de techniques qui demandent des années d'apprentissage. Il faut oser dire la vérité et cesser de rêver, pour fournir le meilleur de soi, il faut beaucoup travailler mais s'investir en vaut la peine, si cela mène sur le chemin de la transformation et du mieux-être.

En abordant les effets psychologiques du massage et en aidant l'esthéticienne à s'interroger sur ses propres attitudes face à certaines situations, c'est bien une

sur le plan relationnel. Sa méthode, qui a été longuement élaborée après des années de travaux de recherche et de pratique, permet d'acquérir maîtrise de soi et efficacité.

Massage californien, shiatsu, connaissance des chakras, de la polarité et du magnétisme, dans le domaine du toucher, Nicole Lavigne affiche un parcours sans faute. Elle découvrira ensuite, le massage sensitif, puis le massage péristaltique.

Formée à la PNL (Programmation Neuro Linguistique), formatrice et psychothérapeute corporel, elle a déposé la marque Clematis et a créé un centre de formation.

école du savoir-masser que vous propose Nicole. En effet, dans beaucoup de formations, on insiste particulièrement sur les techniques manuelles, et souvent peu, voire pas du tout, sur l'impact psychologique de l'acte lui-même, et c'est là que la formation de psychothérapeute et l'approche de Nicole s'avèrent intéressantes.

Pourquoi une esthéticienne doit-elle effectuer un travail sur elle, si elle est appelée à pratiquer des massages ?

La réponse est claire, le mieux-être ne peut se transmettre que si vous êtes vous-même bien. Il faut d'abord travailler sur votre propre corps avant de travailler sur autrui. Il faut savoir placer votre corps pour apprendre à relâcher vos propres tensions pour pouvoir transmettre de la détente, il faut apprendre à gérer votre souffle et respirer en synchronicité afin de mieux être en communion avec votre cliente. C'est donc une approche tout en finesse qui est proposée. Approche corporelle et approche énergétique ou subtile sont tout aussi importantes. C'est un

véritable accompagnement psychologique à partir du toucher. C'est aussi l'exploration des liens du corps et de l'esprit.

A partir d'un savoir-faire, on propose un savoir-être : savoir être celui ou celle qui avec ses mains écoute, avec son corps masse.

La démarche pédagogique est importante, autant de pratique que de théorie, autant de corporel que de «psy».

Dans la plupart des formations classiques, on insiste sur la façon de pratiquer et de soulager le corps, mais on gomme souvent les autres aspects. Or, il faut savoir apprendre à vous protéger et ne pas vous laisser envahir par les problèmes de vos clientes, par respect pour vous mais aussi dans un souci d'efficacité.

L'approche Clematis est intéressante à plus d'un titre, tout d'abord parce que grâce à elle on ne se fatigue pas.

Le massage par essence est régénérant car le corps est toujours en mouvement et la praticienne (au sens premier

Le Clematis : un massage corps et âme

du terme : personne qui exerce son art et en connaît les procédés pratiques), masse avec son corps. En détendant les autres, elle se détend elle-même.

LE MASSAGE : UNE ÉCOLE DU LACHER-PRISE

C'est là que le rôle de l'esthéticienne est particulièrement important, dans une société où les diverses formes de stress sont de plus en plus présentes et où le stress est en passe de devenir la MALADIE N° 1. Il y a certes un bel avenir pour toutes celles qui se formeront sérieusement dans ce domaine. En effet, où la cliente peut-elle lâcher prise de façon la plus naturelle et la plus authentique possible, si ce n'est dans le plus simple appareil sur une table de massage ? Plus de contraintes, pas de public, pas de rôle social à jouer, simplement la masseuse et la massée, un face à face et un moment important. La masseuse travaille avec ce qu'elle est. Finis les soins où l'on parle de la pluie et du beau temps ou bien où l'on commente les derniers événements mondains, on vient pour bien autre chose ; le changement se fait en douceur mais en profondeur. Ce n'est plus de simple détente musculaire qu'il s'agit mais bien de relaxation, de sérénité, d'harmonie. Un massage autrement.

La vogue des massages est plus qu'un phénomène de mode, c'est devenu un fait sociologique et cela correspond à un besoin réel d'une société de plus en plus soumise à des stress en tous genres...

LA MÉTHODE : DU PHYSIQUE AU SPIRITUEL

Dans l'acte de toucher, la masseuse donne, la massée reçoit, il s'agit d'un dialogue d'inconscient à inconscient. En effet, la personne massée vit des choses

dont elle n'a pas forcément conscience, la masseuse capte des informations qu'elle va traduire et dont elle va se servir pour adapter son massage à la demande : il s'agit là de soins véritablement «pointus» et personnalisés. De même qu'«on ne se baigne jamais deux fois dans la même rivière», on ne fait jamais deux fois le même massage.

Il y a le travail sur les tissus mais un travail à un niveau beaucoup plus profond. La cliente est considérée dans son ensemble et c'est tout le corps qui s'adresse à la totalité de la personne. Il s'agit d'une démarche totalement holistique où l'esthéticienne effectue son massage en un mouvement qui ne doit rien à la volonté mais est le résultat d'une curieuse alchimie masseuse-massée. Ce massage s'effectue en silence ou en musique selon l'accord de la cliente, le silence peut être parlant, la musique introduit une présence «tierce». Tout dépend du niveau de conscience que l'on souhaite renvoyer.

BÉNÉFICES

Apprendre à ne pas se fatiguer, pas de perte d'énergie, Nicole affirme que l'on peut pratiquer ce massage 6 ou 7 heures d'affilée. La vie, c'est le mouvement, le massage ne doit pas être statique, et parce que ce massage s'effectue dans le mouvement, on travaille donc beaucoup sur la respiration et on évacue naturellement mais c'est avant tout le mouvement qui permet cette fluidité.

ESTHÉTICIENNE ET PSY

C'est un atout d'avoir abordé les aspects «psy» du massage, même si le massage s'effectue dans le cadre précis d'un institut, car à partir du moment où l'on touche le corps, et dès qu'on a retiré les couches de tensions, on se trouve en prise directe avec l'affect et l'émotionnel, autrement dit quand la couche «symbolique» est retirée, comment gérer le facteur humain ? C'est ce à quoi sont confrontées régulièrement les esthéticiennes. La formation insiste bien sur cet aspect qui est si important, parce que le toucher n'est pas innocent puisqu'il engage les deux parties.

Si dans le mode massage, on peut opter pour deux types de registres : registre relaxation ou registre thérapie (réservé aux kinésithérapeutes), quel que soit cependant le registre, le système de fonctionnement est le même.

Au cours des formations qui se font souvent en pleine nature, Nicole Lavigne vous expliquera comment un travail sur soi peut changer une pratique. La formation alterne séquences de massage, thérapie de groupe mais inclut aussi la méditation.

Le travail de placement du corps vous aidera à acquérir aussi une attitude corporelle intérieure. En effet, il est important de savoir gérer l'énergie de vie afin de la transmettre à tout le corps.

Elle répondra aux questions importantes liées à la pratique du massage : «Est-ce que je masse mécaniquement ou est-ce que j'accompagne un être humain ?»,

«Comment gérer la demande masculine et problématique liée à la sexualité ?».

Elle vous apprendra à savoir gérer votre massage : Quoi dire ? Quoi faire ? Avoir le répondant dans certaines situations.

Et là, vous découvrirez que comme on ne peut proposer que ce que l'on est, on a tout intérêt à avoir effectué un travail sur soi.

UN MASSAGE À VALEUR AJOUTÉE

La vie c'est le mouvement, un massage ne doit pas être statique.

Si une cliente a une attitude étiquée, il faut lui faire retrouver le mouvement, c'est cela qu'elle viendra chercher. En effet, les clientes viennent dans une demande inconsciente, l'esthéticienne sera la formatrice. A vous de développer votre intuition, ce n'est que comme cela que vous pourrez fidéliser une clientèle. Une cliente que l'on comprend est une cliente acquise.

Et si comme le pense la créatrice du massage Clematis, le XXIème siècle sera le siècle du corps, la profession a de beaux jours devant elle ! ■

CLEMATIS

Nicole Lavigne

30, rue Truffaut - 75017 Paris

Tél. : 01 40 54 85 32