

# FORMATION KOBIDO SKULT

par Barbara Sand

Le Kobido (dont la traduction littérale est "*voie ancestrale de la beauté*") est un massage facial japonais dont les techniques sont les plus efficaces au monde en matière de lifting naturel et de bien-être. Son histoire remonte officiellement en **1472**. Il est issu du **Anma** et comporte **48 techniques** originales dont chacune entraîne plus de **1000 variantes**.

Les manœuvres sont constituées de pressions, de lissages, pétrissages et stimulation des **Tsubos** qui sont les points d'acupuncture reliés aux méridiens. Associé aux techniques de pressions sur les points spécifiques reliés aux organes internes, il devient un soin énergétique d'une grande efficacité. Plus qu'un simple massage superficiel, c'est un art qui permet de stimuler les organes directement reliés à notre peau, mais aussi à notre système nerveux, nos muscles, nos nerfs, nos fascias, notre énergie vitale et nos cellules.

Au Japon, la beauté du visage exprime le reflet d'une santé éblouissante et prendre soin de sa beauté est, avant tout, prendre soin de sa santé à titre préventif. Le Kobido répond à une philosophie du bien-être, le but, entre autres, est de rééquilibrer les énergies yin et yang. Assainir et hydrater sa peau est un acte d'hygiène et de santé et il s'associe à un moment privilégié qui devient un rituel, une véritable rencontre entre le corps et l'esprit.

L'art du Kobido est né au XV<sup>e</sup> siècle de l'affrontement de deux grands maîtres de l'**Anma** (forme la plus ancienne du massage en Asie de l'Est, littéralement "*guérir par le toucher*"). Afin de satisfaire l'impératrice et les nobles qui exigeaient la perfection pour leur peau (le maquillage étant considéré vulgaire et réservé aux courtisanes de basse extraction), les deux grands maîtres finirent par s'associer pour créer le **Kioku-te**, qui deviendra plus tard le Kobido.

C'est le docteur **Shogo Mochizuki** qui en est le 26<sup>e</sup> maître actuellement et j'ai eu la chance de recevoir ses enseignements. Ma perception de cet art m'a conduit à chercher l'équilibre énergétique de la personne dans son entièreté et je l'ai adapté en pratiquant de manière à travailler les polarités énergétiques. J'y ai associé le Face sculpt qui consiste à étirer les muscles profonds du bas du visage afin d'éliminer les tensions de la mâchoire et du cou.

Nous allons étudier au cours de cette formation les **48 techniques du Kobido** ainsi que les **points d'acupression** visant au rééquilibrage organique et émotionnel de vos patient(e)s. Cette association holistique est un concept nouveau en occident, mais existe depuis des millénaires en Asie où l'on trouve ses origines en Chine antique puis au Japon où il a été raffiné jusqu'à nos jours.

La formation dure **trois jours** et elle est réservée aux professionnelles de l'esthétique et du bien-être.