

Les pudiques peuvent se laisser aller: dans les arrière-salles des cafés, le massage se reçoit habillé.

# Bien-être Masse-moi n'importe où

Plus besoin d'aller chez le kiné ou dans un institut de beauté. Désormais, on se fait masser dans les bars, les restos ou le métro.



**D**ix-huit heures au Tamla Café. Un jeune maître et son vieux chien sourd au comptoir. Une maman et ses deux fillettes attablées. Quelques jeunes habitués devant bières et cocktails. Une cliente s'éclipse par un couloir au fond de la salle. Et revient un quart d'heure plus tard, sourire béat aux lèvres. Puis une autre. En chemin, le long du corridor, les décibels de l'electro s'étouffent, les effluves d'huile essentielle de lavandin remplacent les relents de cigarette. Lumière douce et rosée, tapis de paille au sol, canapés recouverts de draps orangés, bougies: le salon de massage de Bertrand et Anouk. Une jeune femme s'enfonce dans les coussins d'un sofa. Pupilles embuées et rivées au plafond, bras ballants. Les symptômes ne trompent pas, elle vient de se faire masser. Une autre, assise sur un tabouret, est entre les mains de Bertrand. Depuis quatre mois, il pétrit, presse et caresse le corps des Parisiens stressés qui échouent ici après leur travail ou des noctambules qui préparent leur nuit à venir. «Je peux vous dresser une cartographie des maux parisiens, des trapèzes aux cervicales», assure Bertrand Lisbonis. Un bras en l'air, puis derrière le dos, l'échine courbée, puis penchée en arrière...

«**Tenter l'expérience.**» «Nous voulons démocratiser le massage, explique-t-il encore. Au départ, nos clients étaient avant-gardistes et assez peu nombreux, mais, progressivement, arrive un public qui ne s'est

jamais fait masser. Des femmes, surtout, la trentaine, qui arrivent, à force de persuasion, à décider leur copain à tenter l'expérience...» Imperméable rouge vif sur le dos, sacs et paquets plein les bras, Marine, 28 ans, travaille dans l'audiovisuel: «Alors qu'il faut prendre rendez-vous pour le moindre coiffeur, j'apprécie l'idée de pouvoir débarquer ici pour qu'on s'occupe de moi, même pas longtemps. Je redécouvre mes sens, mon corps revit.»

Le massage sort des cabinets de kiné et des instituts de beauté pour débarquer entre deux tables dans un restaurant, à côté de la machine à café des entreprises (lire ci-dessous) ou derrière les tourniquets métropolitains. En janvier, lors de l'opération de la RATP «Faites le plein de sérénité», 1500 personnes se sont fait malaxer en cinq jours dans quatre stations franciliennes.

«L'intérêt de ces expériences naît du paradoxe de se faire toucher en public, de l'ambiguïté de cette relation à deux, de cette intimité qui tombe tout de suite à plat», juge Bertrand Lisbonis. Le «massage minute», se reçoit assis, souvent sur une chaise de massage (sorte de prie-dieu incliné et confortable), et habillé. «Au lieu d'être un obstacle, la couche de vêtements lève toutes les barrières de la pudeur», explique Bertrand. On quitte alors le palper-rouler musculaire des kinés pour des méthodes souvent inspirées du shiatsu japonais (lire ci-contre). Hier stand obligé des raves



Patrice Andreau masse dans la rue, comme cela se pratique en Californie ou en Suède.

transe, le massage est désormais proposé par les Galeries Lafayette, à l'aéroport de Nice et sur certains vols long-courriers...

«**Déssexualisé.**» «Alors qu'au Japon il accompagnait les arts martiaux, alors qu'en Afrique noire on masse les tout-petits conformément à la tradition familiale, en Occident le masseur était souvent aveugle et le massé, caché sous des draps...», regrette Françoise Bizouard, présidente de l'Association des masseurs-kinésithérapeutes salariés. En Californie ou en Suède, les masseurs installent leur chaise dans la rue ou dans les supermarchés, mais, en France, «on est encore très en retard dans le toucher, comme effrayés de découvrir nos propres sensations», juge Thierry Blain, responsable de l'École du dos de Paris. La notion d'être détendu fait peur...»

Progressivement, pourtant, le rapport au corps est déculpabilisé, déssexualisé, au profit d'une vision plus hédoniste et individuelle. «Le corps se choisit et devient cette machine qu'on n'arrive jamais à régler de façon parfaite, vingt-quatre heures sur vingt-quatre, analyse Philippe Stévenin, directeur de l'Institut des cadres de santé et professeur en sciences de l'éducation à l'université Aix-I. Le massage entre dans la croyance en un corps qu'on va pouvoir restaurer...» Comme faire du jogging ou

manger bio. Sans compter le plaisir, dans les bars ou les start-up, de rompre avec les traditionnelles règles de bienséance, de décroquer les sphères publiques et privées en pronant sans complexes le contact physique...

Au Ritz Health Club à Paris, hommes d'affaires et femmes mises en plus crapahutent en tong et peignoir de la salle Corfou à la salle Thèbes, d'une Vénus en stuc à une colonnade de plâtre, entre un soin de réflexologie plantaire (massage des pieds, 600 F les 50 minutes, soit 91,47 euros) et un massage suédois (250 F les 25 minutes, soit 38,11 euros). Dans chaque pièce, des tons ocres et rosés, une musique d'ambiance zen et une masseuse qui parle à mi-voix. Depuis cinq ans, une salle de shiatsu la joue ambiance futon au sol et lumière tamisée.

«En Occident, le masseur était souvent aveugle et le massé, couché sous des draps...» Françoise Bizouard, présidente de l'Association des masseurs-kinésithérapeutes salariés

Et le Ritz compte bien ouvrir ses larges portes aux méthodes indiennes. Le massage a ce petit goût d'exotisme déjà à la mode dans la nourriture ou la décoration. Les instituts de thalassothérapie comme les bars n'en finissent plus d'inventer de nouvelles techniques: le shiatsu se fait vieux,

## L'entreprise appuie sur la détente

Rires gras. «Ah ouais, on va masser la petite secrétaire!» Le massage en entreprise, ça ne va pas toujours de soi. A l'origine, seules les start-up l'incluaient dans leur pack «table de ping-pong-Baby-foot». Grandes entreprises (Air France, France Télécom), cabinets d'avocats et même PME, plus rares, lèvent doucement leurs inhibitions face au malaxage entre deux business plans à boucler. Même si le massage est plus courant pour les cadres stressés que pour les OS.

Les agences de communication en font des animations dans leurs soirées, certaines boîtes offrent des «bons pour un massage» à leurs meilleurs clients... «La reprise de l'emploi a suscité un turnover important. Les entreprises ont compris qu'elles devaient chouchouter leurs salariés...», explique Clémence Tourelle, cofondatrice de Superzen.com, créée voilà un an, qui met en contact entreprises et masseurs. L'entreprise s'attache ses salariés pour pas cher (Superzen fait payer 1500 F, soit 228,67 euros, les douze massages de 15 minutes) et fait mine de veiller à leurs forme et moral comme elle le ferait pour des lutteurs gréco-romains. «D'ailleurs, on ne dit plus diriger mais coacher», note Clémence Tourelle.

«Le massage ne doit pas masquer le plus important: l'amélioration des conditions de travail, note-t-on au cabinet d'études ergonomiques Technologia, agréé par le ministère de l'Emploi. Il est souvent une réponse inadaptée à l'intensification des tâches...» S.F.