



Photo : Praewpailyn.

*C'est le soin idéal
lorsque l'on est
en souffrance
émotionnelle*

LES SOINS DÉTOX

J'ai testé le soin détox d'Altearah Bio

Altearah Bio vient de sortir un soin détox. J'ai voulu essayer afin de voir comment une marque aussi sensorielle pouvait proposer de la détox esthétique sans tomber dans l'ascétisme. J'ai appelé le centre bien-être de David Dumas à Paris pour me renseigner. Il me décrit brièvement le soin et me convainc de le découvrir. Il me précise qu'il est un homme esthéticien, c'est lui qui va me faire le massage, ça ne me dérange pas. J'accepte.

Sur place

J'ai découvert ce petit havre de paix : un centre de bien-être et de beauté dans la cour arborée d'un immeuble parisien. J'entre, tout est blanc, seules touches de couleurs : les produits Altéarah sur les étagères. Il m'accueille avec une infusion ciblée sur les chakras. Au-delà d'une ouverture qui, à mon avis, ne dépend pas d'un sachet de thé, le breuvage chaud est délicieux. Il s'installe en face de moi et me décrit le soin qui va suivre. Tant mieux qu'il le fasse maintenant, je vais pouvoir vraiment décrocher tout à l'heure.

Le soin lui-même

Le descriptif correspond en tout point à mon expérience. Je m'assieds sur le bord de la table, en petite tenue et enveloppée d'un paréo blanc. David me vaporise le parfum de soin blanc, la pureté, dans les mains que je respire profondément. Puis, je m'allonge sur le ventre afin de recevoir le massage. Le lit est chaud. Il est recouvert d'une grosse couverture chauffante à infrarouge car la détox se fait par une sudation importante. Le soin va s'appuyer sur la couleur blanche qui correspond à la pureté, donc à la détoxification. Le blanc est la couleur qui permet de mettre émotionnellement les choses à plat.

- Gommage au sel rose de l'Himalaya additionné d'huile et d'huiles essentielles de tea tree. C'est celui qui est le plus proche du pH de la peau humaine. Ce sel est absorbé plus facilement par le corps pour la détox. Dans la stratégie de soin Altearah, le violet est le complémentaire du blanc. Le gommage est posé sur le corps avec des lissages. Suit un travail d'acupression et d'ouverture

des polarités pour stimuler les organes. Une fois le gommage réalisé recto-verso, la couverture chauffante est repliée sur moi. La chaleur monte vraiment. Je me détends et transpire abondamment, je me sens comme dans une chrysalide.

- Pendant la pause, l'esthéticien me fait un massage des pieds. Ce n'est pas une réflexologie mais une série d'effleurages assez légers qui me mettent dans un état second avec une stimulation de points d'énergie. Le travail se fait avec un concentré de «Soin Blanc», la concentration d'huiles essentielles est maximum. Sur les orteils, il utilise le «Concentré Indigo» car les orteils correspondent aux deux chakras supérieurs.

- Massage crânien avec le « Concentré Indigo».
- L'esthéticien ouvre la couverture. Le sel s'est éliminé avec la sudation intense. Il me propose une douche ou bien de le retirer à la serviette. Je choisis la seconde solution avec des serviettes humides et bien chaudes. C'est impeccable et très agréable.

- Il brumise tout le corps avec la «Brume Clarté Indigo». Cela me rafraichit et éveille ma sensation d'être présente.

- Puis, c'est l'étape du massage avec l'«Huile Indigo». Le massage est léger, avec des étirements en divergence et beaucoup de manœuvres de polarisation.

- Le massage est terminé. Je ressens comme des bulles de pureté et d'énergie en moi et autour de moi.

C'est un soin qui peut se pratiquer en cure de trois soins ou se faire systématiquement aux changements de saison. C'est un soin idéal dans une phase de perte de poids ou bien lorsqu'on est en souffrance émotionnelle.

DURÉE ET PRIX

Soin Détox Altearah Bio. 90 minutes, 130 €.

Centre David Dumas, 269 rue du Faubourg Saint Antoine, 75011 Paris. ♡