

# *Les mémoires du corps par Anne-Joséphine BATA*



## **Peux-tu nous dire quelques mots sur toi ?**

J'ai ouvert mon cabinet de kinésiologie et de gestion du stress il y a 10 ans, et suis installée, depuis 4 ans, au centre d'affaires du zénith, dans un cabinet pluridisciplinaire.

A l'issue de mes études universitaires (je suis titulaire d'une maîtrise de Langues Etrangères Appliquées, option Commerce et Affaires), j'ai exercé plusieurs postes dans l'import-export, jusqu'à réaliser que ce qui me plaisait avant tout, était les échanges avec les différents collaborateurs, plus que l'aspect commercial par lui-même. Et un événement dans mon parcours professionnel m'a permis de « trouver ma voie » ! Je me suis donc initialement formée au Reiki Usui et à la kinésiologie, puis à différentes techniques énergétiques, et enfin à des massages de bien-être, dont le Kobido.

## **Comment as-tu découvert le Kobido ?**

L'une de mes amies s'était formée au Kobido il y a quelques années, et m'en vantait régulièrement les bienfaits, tant au niveau physique (ou plutôt visuel !), qu'au niveau de la détente. Cela m'a beaucoup intriguée, et par chance, j'ai pu me former par l'intermédiaire d'un institut de formation de la région.

## **Qu'est-ce qui t'a amenée à le pratiquer ?**

Avant d'apprendre le Kobido, je pratiquais déjà certains massages énergétiques, tels que massage shiatsu et massage étrique (massage mis au point

par Céline Brûlé). L'originalité de ce massage, se pratiquant essentiellement sur le visage et le cou, et comportant des points d'acupression, m'a attirée.

## **Peux-tu nous le présenter ?**

Le massage Kobido est un massage japonais, du visage et du cou. Il est considéré au Japon comme un « lifting manuel », car grâce aux différentes manœuvres de lissage, percussions, digitopression, il permet de prévenir les rides, lisse les traits, chasse les marques de stress et de fatigue, repulpe la peau et améliore l'éclat du teint. Tout cela représente l'aspect visuel que j'évoquais plus haut. Toutefois, un autre bienfait de ce massage est la détente profonde qu'il procure, et le calme mental qu'il installe. En effet, tout comme au niveau des pieds ou des mains, le corps entier est en corrélation avec le visage, riche en terminaisons nerveuses.

Plusieurs personnes m'ont fait remarquer que, contre toute attente, elles se sentaient beaucoup plus détendues après un Kobido qu'après un massage corps !

## **Que fais-tu en parallèle ?**

Comme je l'ai évoqué, je pratique la kinésiologie, le Reiki Usui, que j'enseigne ; également différents massages de bien-être : réflexologies plantaire, palmaire et faciale, massage shiatsu, massage étrique (massage énergétique relaxant ayant pour but de libérer de blocages émotionnels, et d'harmoniser les circuits vitaux/méridiens). Je suis également formée au chamanisme, à la déprogrammation des mémoires cellulaires et à la lithothérapie. Et à la communication animale !

## **Comment articules-tu le Kobido et tes autres pratiques ?**

Ce massage convient parfaitement aux personnes qui ont un mental très actif, puisqu'il permet de « débrancher le cerveau ». Donc je le recommande aux personnes qui sont trop dans le mental, qui ont de la difficulté à se détendre.

## **As-tu des projets à venir ?**

J'ai l'intention de continuer à me spécialiser en communication animale !