



## *L'histoire du massage bien être Liftant Japonais*

Le massage liftant japonais, souvent appelé "Kobido", est une technique ancienne de massage du visage qui trouve ses origines au Japon. Ce massage est réputé pour ses bienfaits anti-âge, visant à revitaliser la peau, à améliorer sa texture et à réduire les signes du vieillissement.

### **Origines et Histoire**

Le Liftant Japonais est né au Japon au XVe siècle, sous la période Muromachi (1336-1573). La légende raconte qu'il a été créé à la suite d'une rencontre entre deux maîtres du massage Anma, une technique traditionnelle japonaise de massage. Ces deux maîtres ont décidé de créer une nouvelle technique, plus douce et plus raffinée, qui deviendrait par la suite le Liftant Japonais. La technique fut d'abord réservée aux impératrices et aux femmes de la haute société japonaise, en raison de ses effets bénéfiques sur la beauté et la jeunesse de la peau.

Le terme "Kobido" signifie littéralement "ancienne voie de la beauté" en japonais, et reflète l'objectif de cette technique qui est de prolonger la jeunesse et la beauté du visage.

### **Techniques et Bienfaits**

Le massage Liftant Japonais combine des techniques de pétrissage, de tapotement, de drainage lymphatique et de pressions douces. Il est caractérisé par une série de mouvements rythmiques et rapides, qui stimulent la circulation sanguine et lymphatique, favorisant ainsi la production de collagène et d'élastine, deux éléments essentiels pour la fermeté et l'élasticité de la peau.

Les bienfaits du Liftant Japonais incluent :

- **Réduction des rides et ridules** : en stimulant la circulation, le massage aide à diminuer l'apparence des rides.
- **Amélioration du teint** : en favorisant la circulation sanguine, il donne un éclat naturel à la peau.
- **Lissage des traits** : les techniques de drainage lymphatique réduisent les poches et les cernes, offrant un visage reposé.
- **Relaxation profonde** : en plus de ses effets esthétiques, le Liftant Japonais procure une sensation de relaxation intense.

### **Évolution Moderne**

Aujourd'hui, le Liftant Japonais est pratiqué dans le monde entier, et s'est modernisé tout en restant fidèle à ses racines. De nombreux praticiens combinent désormais le Liftant Japonais avec d'autres techniques de soins du visage, en utilisant des huiles et des crèmes adaptées pour maximiser les bienfaits du massage.

Ce massage est souvent intégré dans des soins de spa et est apprécié pour sa capacité à offrir non seulement des résultats esthétiques, mais aussi une profonde sensation de bien-être.