

Mon massage Essentiel

6 avril 2016 by [ByeByeJohnny](#)



Lorsque mon amoureux revient du boulot avec dans les mains une enveloppe blanche sans inscription en me disant : « c'est pour toi ». Je crois d'abord à des places de concert, puis à

des pass pour une expo, mais une fois l'enveloppe ouverte mon attente est récompensée au centuple : un bon pour s'envoler entre les mains d'une masseuse dans le nouvel espace bien être « *l'Essentiel Paris* ».

Je suis aux anges. J'adore les modelages et soins en tous genres. Ma joie éclate et je l'embrasse fougueusement pour le remercier. Je me penche sur le bon et la brochure, l'adresse indique le 8 ème dans Paris, les photos sont magnifiques. Ma hâte me pousse à envoyer un email dans la foulée pour prendre RDV. On me répond rapidement et on convient d'une date. Je suis impatiente.

Un lieu sublime

Le jour j arrive et je m'apprête à vivre une véritable expérience. Il est vendredi midi, rue de la Boétie, une charmante personne m'accueille. Plus tard, j'apprendrai que c'est Alexia la masseuse qui va me prodiguer le soin. Elle me dirige vers la salle d'attente : une pièce haussmannienne avec une cheminée et de jolies moulures.

Tout est blanc, épuré, calme, un véritable cocon.

Le lieu est tellement apaisant que le soin est déjà en train de commencer. Alexia me propose un thé et me demande de remplir un petit formulaire afin de faire connaissance.

Je prends le temps d'observer chaque détail de la pièce, le choix de matières . Le bois est omniprésent, c'est magnifique. Alexia vient me chercher et me dirige vers une immense porte noire capitonnée donnant sur l'espace où le soin va se dérouler. Je ne peux m'empêcher de sourire, la pièce est encore plus jolie que la précédente, je sais déjà que je vais passer un bon moment.

Je me déshabille, enfile une culotte jetable « so sexy » et m'allonge sur le ventre. Le soin débute La musique de fond me met en condition, et les mains d'Alexia font le reste. Ça y est, je ferme les yeux...





Après une heure de bonheur, je reviens à moi tout doucement, je me sens bien, tellement détendue. Une vraie guimauve. Ce massage « *anti-stress* » porte très bien son nom.

Je m'habille lentement et me dirige vers la salle d'attente où m'attend un verre d'eau.

Dans l'entrée, je croise une charmante dame qui me demande si tout s'est bien passé ?

Comment murmurer le contraire ?

« Oui, oui très bien merci ».

La rencontre inattendue

Elle vient s'installer avec moi et me pose des questions sur les bienfaits ressentis du soin.

Je suis encore toute ramolo. On commence à papoter et elle me raconte son incroyable histoire, celle de son associée Elisabeth Nado et de sa fille Charlotte.

Ces 3 drôles de dames ont créé *L'Essentiel*. Sophie, m'explique son parcours, son ancien boulot dans l'édition, sa passion pour la poésie contemporaine américaine, puis son *burn-out*. Elle rencontre alors Elisabeth (que je ne verrai pas ce jour là mais qui apparemment à une personnalité bien atypique). C'était il y a 3 ans.

Elisabeth est à l'origine de *'EssentielL*. Issue d'une famille de masseurs de génération en génération c'est une véritable passionnée qui se perfectionne dans l'esthétisme et le maquillage. Sa double casquette l'amène dans les suites de palaces parisiens et sa clientèle haut de gamme ne jure que par ses soins. Tu m'étonnes ! En 2011, elle fonde l'école Excellence Touch'training, où elle transmet sa technique et son expertise (18 années de pratique).

Sophie m'explique le concept de l'essentiel : c'est avant tout un **centre de bien-être complet** (1 nutritionniste, 1 naturopathe, 4 «coachs sportifs, 1 sophrologue, 1 «coach de vie» et 4 masseuses) qui a pour volonté d'accompagner sur du long terme.

Pas de dépendance, non, mais un suivi dans le quotidien plus ou moins long et adapté aux besoins.





Le temps, si précieux

Sophie, c'est « *Jiminy Cricket* », la bonne conscience, celle qui t'accompagne dans la vie de tous les jours et vient jusque dans ta cuisine pour te donner des conseils bienveillants sur tes habitudes alimentaires. Une « **coach de vie** » en quelque sorte, qui ne te fait pas la morale mais te soutient dans chaque étape de ton programme, de ta « cure ».

Sa fille Charlotte nous rejoint et m'explique aussi de quelle manière elle a décidé de rejoindre la « *team* ». À l'époque, lorsque Elisabeth rencontre Sophie, sa fille est étudiante en école de commerce. Elisabeth a besoin d'un business plan chiffré, Charlotte y voit un exercice et l'opportunité d'aider l'amie de sa mère. Bingo ! « **L'Essentiel** » est lancé !

Nous discutons toutes les 3 pendant 2 heures. Un moment rare, comme suspendu où nous parlons de tout de rien, une vraie discussion de filles !

Il est temps de partir, « *Bye Bye* Sophie, Charlotte et les mains délicates d'Alexia. Je reviendrai, je le promets ! »

Le plaisir est tellement partagé que le chemin jusqu'au métro est occulté. Mais le charme est rompu quand, rattrapé par la réalité de ce monde où tout va trop vite, on me bouscule à la sortie du wagon. *Le temps.....* Si précieux à chacun, « *essentiel* » même, et qui pour moi a été généreusement offert aujourd'hui...

L'Essentiel Paris

116 rue de la Boétie 75008 Paris

01 42 08 16 01

www.lessentiel-paris.com