

Le Drainage Lymphatique Manuel

Par Marcel Boyade

Nous connaissons les vertus relaxantes du massage et sommes de plus en plus nombreux à nous offrir cette parenthèse de bien-être. Certains massages délassent le corps et l'esprit, d'autres techniques agissent bien plus en profondeur. C'est le cas pour les massages ayurvédiques mais également pour le Drainage Lymphatique Manuel qui apporte une relaxation intense et une action bienfaisante sur l'équilibre du système nerveux autonome. Nous avons rencontré Marcel Boyade, un masseur kinésithérapeute réputé qui rend au drainage lymphatique manuel ses lettres de noblesses.

Nous avons tous lu un jour ce terme, un peu long et mystérieux, écrit sur le menu des massages pratiqués en cabinet esthétique. Très connue et parfois galvaudée, nous n'avons pourtant qu'une vague idée de ce que recouvre cette appellation et sa connotation médicale. Qu'est-ce au juste que le Drainage Lymphatique Manuel ou DLM ? Pour le savoir nous nous sommes adressés à un professionnel dont la réputation, de bouche à oreille, a attiré dans son cabinet quelques célébrités. Souriant, Marcel Boyade vous accueille avec gentillesse et douceur. On sent l'écoute absolue et le savoir-faire du praticien entièrement dévoué à son art. Car ne vous y trompez pas, ce massage est bel et bien un art qui vous permet de retrouver légèreté, tonus et énergie.

Le massage commence par six respirations abdominales qu'il accompagne de lents mouvements sur votre ventre. Ensuite... vous n'avez plus envie que cela s'arrête. Des pieds vers la tête, son toucher est un don divin, une sensation que seules de nombreuses années de pratique permettent d'acquérir. A la fin du massage, mon estomac émettra un long gargouillis sonore, bruit

incongru qui semble réjouir Marcel puisqu'il atteste de la bonne libération de la Citerne de Pecquet qui dégorge ses toxines dans le pancréas. Le premier effet est bien entendu extraordinairement relaxant, comme tous les massages, lorsqu'il est prodigué avec la bonne intention.

L'intention, chez Marcel Boyade, est de vous faire le plus grand bien possible, on le sent entièrement concentré sur votre corps, les yeux quasi fermés, à l'écoute des mouvements imperceptibles qui feront circuler la lymphe dans les vaisseaux. « Je n'oublierai jamais quand le Professeur Leduc, qui nous a formés, a lancé un caillou dans une mare devant l'hôpital d'Uzès. Il nous a dit : *Voilà ce que c'est le drainage lymphatique, les ondes se propagent comme le caillou jusqu'au bord de la mare, le massage lymphatique c'est ça. Si vous êtes bon praticien vous allez propager l'onde lymphatique dans tout le corps, cela agit par résonance. C'est un art très subtil mais c'est ainsi que fonctionne un bon drainage,* » me raconte Marcel Boyade.

