

ui, difficile de le nier, avec les années, le corps et le visage se modifient. On a beau s'indigner tous les matins, s'oindre de moult crèmes et transpirer tant et plus, baskets aux pieds, c'est dans l'ordre des choses, et la philosophie chinoise n'y voit rien à redire. Sa médecine traditionnelle non plus. Alors, d'entrée, en arrivant dans son cabinet lausannois, Sylvie Wyler me prévient: «L'acupuncture ne va pas contre la nature, contre le mouvement de la vie et de ses transformations. Avec les aiguilles, le praticien cherche surtout à mobiliser les ressources et l'énergie du patient, à la faire circuler de manière fluide et

harmonieuse. Cette action procure un sentiment de détente globale qui va se refléter sur le visage.» Le visage, comme miroir de notre bienêtre intérieur.

"Dans la médecine chinoise, poursuit l'acupunctrice, l'éclat du regard et du teint, la qualité de la peau, sa tonicité, la fermeté des tissus donnent beaucoup d'indications sur l'état des organes intérieurs. Quand on travaille sur le visage, on a un effet plus global sur le corps, et inversement."

Agir pour que les gens se sentent mieux, diminuer leur anxiété et leur état de stress, voilà pourquoi Sylvie Wyler s'est tournée, il y a

25 ans. vers l'acupuncture, après une formation d'assistante médicale. Trois ans d'études à Montréal pour réaliser un vieux rêve: «Faire plus pour les gens, grâce aux aspects philosophique, relationnel et technique de l'acupuncture. C'est une médecine holistique qui tient compte de la personne dans sa globalité, physique et psychique, mais aussi de son environnement.» D'ailleurs, la consultation, chez Sylvie Wyler, débute toujours par une anamnèse, une dizaine de questions. Forcément, la cinquantaine passée, nous discutons hormones, mais aussi situations familiales et profession«L'opération ne s'avère, finalement, pas particulièrement douloureuse. Au pire, ressent-on un petit picotement à certains endroits», explique la iournaliste



nelles, cadre et hygiène de vie. Et puis, il y a aussi l'observation de la praticienne. «Le timbre de la voix, le teint, l'harmonie générale d'une personne m'apportent des indications sur ses problématiques. Je regarde, j'écoute, j'établis une relation de confiance, mais, à un moment donné, j'ai une action, je pose des aiguilles. C'est un geste qui demande de la part du praticien une grande présence et une grande bienveillance», souligne-t-elle.

La praticienne s'est exercée à l'acupuncture du visage, il y a de nombreuses années, d'abord pour satisfaire son entourage, des amies, séduites par l'effet bonne



mine de ce genre de soin. «Sur une personne jeune, le travail des aiguilles a un effet préventif très intéressant. Mais, à partir de 50 ans, je parle plutôt de maintien, de repousser l'affaissement du visage, de le repulper.» Evidemment, je me sens concernée.

LES YEUX FERMÉS

Passé le temps de la discussion, Sylvie m'invite à la suivre dans une autre pièce et à m'allonger. Elle palpe d'abord mes pouls, «ils me renseignent sur l'état des organes internes», puis, à l'aide d'un petit rouleau, détend et stimule la peau du visage avant de la désinfecter et de poser la première aiguille. A ce moment-là, les yeux fermés, je ne peux m'empêcher d'avouer à l'acupunctrice ma phobie des aiguilles. Sylvie garde toujours une main bienveillante sur ma tête et poursuit la séance. Elle pose une trentaine d'aiguilles, de petite taille, en or. «Ce métal est très réputé pour son action tonifiante», souligne-t-elle. Elles sont plantées à des endroits précis, connus de la spécialiste pour stimuler au mieux la musculature du visage. L'opération ne s'avère, finalement, pas particulièrement douloureuse. Au pire, ressent-on un «Avec les aiguilles, le praticien cherche à mobiliser les ressources et l'énergie du patient » Sylvie Wyler, acupunctrice

petit picotement à certains endroits. Deux fois, après quinze minutes, Sylvie Wyler vient tourner les aiguilles, pour accroître leur efficacité, stimuler davantage l'énergie. Là encore, malgré un peu d'appréhension, je ne ressens presque rien, une petite gêne parfois, «c'est bon signe, m'assure la professionnelle, cela signifie que l'énergie est activée». Après 30 minutes, les aiguilles sont retirées, sans peine et sans trace aucune. La séance aura duré moins d'une heure.

SANS ROUGEUR

Alors, l'acupuncture serait-elle une alternative à des interventions plus invasives, comme les injections de Botox ou d'acide hyaluronique? «C'est différent, répond Sylvie Wyler. Ces produits sont injectés à des endroits bien précis, alors que l'acupuncture, elle, a un effet tonifiant global sur la peau et la musculature du visage. C'est une pratique qui peut très bien être complémentaire. Ce qui est sûr, c'est que, avec les aiguilles, on n'ajoute rien, on n'enlève rien. La personne termine la séance sans rougeur, ni cicatrice, sans mauvaise surprise non plus.» Je confirme. Mais difficile de parler de résultat miracle dès la première séance, plutôt d'un sentiment général de détente, voire d'apaisement. «L'acupuncture a un effet cumulatif. Plus on en fait, plus ça «marche». Plus on stimule l'énergie, plus elle est présente. C'est une façon douce et intelligente de prendre soin de soi, sur le plan esthétique, mais aussi plus globalement. Et, pour cela, il n'y a pas d'âge», résume Sylvie Wyler. AUDREY SOMMER

EN PRATIOUE

Une séance dure entre 45 minutes et une heure. Son coût? Cent vingt francs, plus 50 francs la première fois pour les aiguilles en or, qui peuvent être emportées ou laissées sur place. Sylvie Wyler préconise trois à cinq séances pour commencer le traitement, chacune espacée d'une semaine à dix jours. Puis, de faire un «rappel» après un mois et de recommencer une séance à chaque changement de saison.

Il n'y a pas d'âge pour commencer ces soins et les hommes, aussi, peuvent bénéficier des bienfaits de l'acupuncture du visage. Son efficacité serait moindre sur les peaux desséchées par le soleil, les visages émaciés. «L'acupuncture est plus efficace sur les visages plutôt pleins et sur des personnes ayant une bonne hygiène de vie, comme pour tous les traitements», précise Sylvie Wyler.





