

Sur l'île de Landaa Giraavaru, aux Maldives, le spa du Four Seasons accueille un centre ayurvédique.



L'ayurveda est-il haut de gamme ?

Si vous pensiez avoir tout vu en matière de science ancestrale hindoue, lisez ce qui suit.
Sous votre tapis de yoga se cache la prochaine mode à suivre : l'ayurveda de luxe.

Par Alice d'Orgeval

LE 21 JUIN DERNIER, les pays des Nations unies célébraient pour la première fois dans un élan commun la Journée internationale du yoga. De la tour Eiffel à Broadway, ce fut du jamais-vu : foules en débardeurs et leggings, déploiements d'asanas, égéries et marketing au top. Et ce n'est qu'un début. Car, derrière ce phénomène de « yoga superstar », une autre « mode » tout aussi séduisante se prépare : celle de l'ayurveda, médecine vieille de cinq mille ans, capable de répondre à tous les maux de notre époque. Stress, dépression, surmenage... L'engouement des Occidentaux pour cette philosophie multimillénaire n'est plus à démontrer. Allemands, Anglais, Suisses, Américains et Français se pressent depuis toujours dans les centres traditionnels du Kerala ou de Rishikesh, berceau de l'ayurveda rebaptisé « Rishikash », en quête de nouveaux remèdes miracles. Sauf que, depuis une petite décennie, l'attraction prend une autre ampleur. *Ayurveda* signifie « art d'une longue vie ». Une formule magique qui tombe à point nommé dans la grande vogue du retour sur soi. La réponse de l'industrie du luxe ne s'est pas fait attendre. En dix ans, l'ayurveda a non seulement dépassé les frontières de l'Inde mais a aussi conquis le secteur du bien-être. Dans les resorts spécialisés de Sainte-Lucie, de

Bali ou des Maldives, il est désormais possible de se faire soigner dans les règles de l'art. Et on ne parle pas de massage à l'huile chaude pour touristes pressés. L'hôtellerie de luxe, toujours en avance sur les tendances, s'est armée en conséquence. De véritables centres médicalisés ont ainsi ouvert dans leurs enclaves dorées, capables d'assurer l'entière gamme de traitements traditionnels, du bain de lait aux plantes médicinales jusqu'à la sacro-sainte cure de panchakarma d'une durée de quatorze jours minimum qui permet de débarrasser son corps de toutes les saletés et impuretés. Ajoutez un lagon turquoise, une villa de rêve et un service impeccable, le tour est joué. Ou presque.

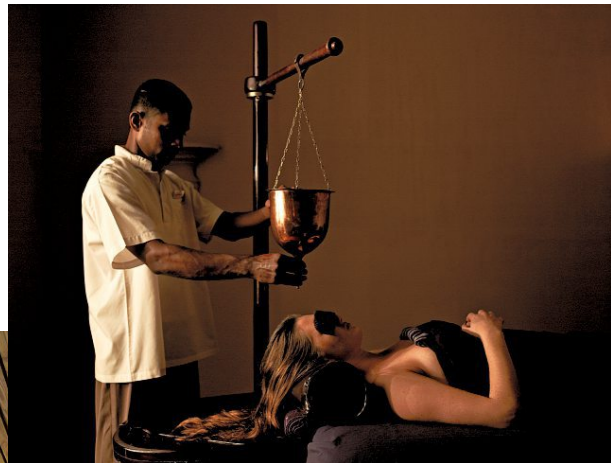
CHEZ FOUR SEASONS, le prix d'un panchakarma, cette Rolls de la détox, commence à partir de 19000 dollars par personne les quatorze jours de cure (compter 5500 euros dans un hôtel spécialisé du Kerala) Pour cette modique somme, un jet vient vous chercher à l'aéroport de Mahé, la capitale des Maldives, direction l'île de Landaa Giraavaru où une cohorte de spécialistes en kurta blanc vous attend. Là, vous ferez la connaissance du docteur Shylesh, l'éminent expert en ayurveda qui codirige le centre depuis quatre ans mais

qui, en dépit de tous ses diplômes, n'aurait guère le droit d'exercer en France sous son titre de médecin puisque l'ayurveda n'est pas reconnu chez nous. Le décalage horaire a du bon. Pendant les deux semaines de traitement, vous serez évidemment l'objet de toutes les attentions : un « bungalow » avec piscine privée à 1100 dollars la nuit (inclus dans le package), flopée de consultations et soins, support médical 24 heures sur 24, menus diététiques sur mesure, cours privés de yoga, cours de cuisine et de préparation d'infusions, plongées, sorties en catamaran et snorkeling... *What else ?*

Au-delà du tarif exorbitant qui peut s'expliquer par des prestations hôtelières équivalentes à celles d'un excellent palace parisien, cette démesure met bien sûr le doigt sur le principal paradoxe de ces nouveaux centres : le luxe est-il soluble dans une médecine prônant plutôt l'ascèse ? Ou bien est-ce un oxymore ? « *Nous visons un marché très spécifique, celui d'une clientèle haute contribution très attentive à son bien-être et à la recherche d'un service de haute volée* », répond-on chez Four Seasons. Tous les thérapeutes vous le diront : l'ayurveda est une médecine entièrement sur mesure, et donc possiblement compatible avec l'approche *bespoke* de l'hôtellerie de luxe.



Séance de méditation au SwaSwara (CGH), près de Gokarna, en Inde.



Soins à l'Amangalla, au Sri Lanka.



Le Vana, en Inde, sanctuaire de luxe dédié au bien-être et à la méditation.

Tous les thérapeutes vous le diront : l'ayurveda est une médecine entièrement sur mesure.

CARNET PRATIQUE

Four Seasons : aux Maldives, le top du luxe depuis 2006 (17 821 euros les 14 jours par personne tout compris sauf les vols). www.fourseasons.com

Vana Retreats : près de Rishikesh, la dernière génération qui promeut une haute expertise (également des soins tibétains) dans la sobriété (compter 5 550 euros les 14 jours par personne). www.vanaretreats.com

Ananda in the Himalaya : au pied des montagnes en Inde, l'une des premières destinations spa au monde (compter 700 euros les 14 jours). www.anandaspa.com

CGH : la petite enseigne indienne et pointue possède 18 hôtels. Son flagship le Kalari Kovilakum suit à la lettre la tradition (compter 7 793 euros par personne les 3 semaines). www.cghearth.com

Peninsula : la marque vient de lancer sa collection de soins ayurvédiques Sattva, disponible à Paris d'ici à janvier (entre 1 et 2 heures pour massage, détox, gommage, à partir de 157 euros). www.peninsula.com

Aman Resorts : à Galle, au Sri Lanka, le groupe développe des soins et des cures ayurvédiques sur 7 ou 14 jours. www.aman.com

POUR ÉVELINE MATHELET, la présidente de l'association Ayurveda France qui réunit une centaine de praticiens, il en va d'abord du bon sens : « Débuter l'ayurveda par une cure à l'autre bout du monde où le climat est chaud, avec plus de dix heures de vol et un décalage horaire, n'est certainement pas la meilleure chose à faire pour se soigner. C'est comme si vous partiez gravir l'Everest alors que vous n'avez jamais fait de montagne. » Mais c'est aussi, selon elle, une question de déontologie. En d'autres termes, imaginez un service d'urologie qui recevrait ses patients dans une villa de vacances avec piscine, room service et Mister Friday. « Le texte fondateur de l'ayurveda, un gros manuel écrit en sanscrit, cite les qualités du médecin, des opérateurs du centre, de l'équipe soignante, explique Éveline Mathelet. Parmi les qualités requises, il y a la sincérité. Le gain d'argent ne doit pas être l'une des motivations, cela relève de la conscience de chacun. » Que dire enfin de la force de frappe marketing de ces enseignes ? « Il est certain que leur notoriété est un atout sur ce marché, car il existe en Inde du Sud des centres médicaux de très bonne qualité mais qui n'ont pas pignon sur rue », affirme de son côté Yannick Barde, spécialiste de l'Inde chez le tour-opérateur Asia. Luxe et ayurveda sont-ils donc vraiment compatibles pour l'éternité ? Certains resorts, tel Vana, hôtelier familial indépendant qui a ouvert ses portes il y a deux ans au nord de Delhi, ont déjà résolu l'antagonisme en proposant un luxe doux et sans excès. Dans sa brochure de présentation, Vana met l'accent sur le calme de l'environnement, entre montagnes et forêt, sur les codes épurés de son architecture contemporaine et sur la qualification de ses équipes de thérapeutes formées dans les meilleures écoles. « Savoir prendre soin de sa santé est le luxe le plus élémentaire, explique l'un des responsables. Et si l'on considère le mot "luxe" dans son sens conventionnel, avoir des thérapeutes qualifiés pour appliquer des huiles, un gommage ou du lait, sur le corps, c'est merveilleux. Enfin, pour que l'expérience soit agréable, l'hygiène doit être parfaite et la décoration confortable et bien agencée. » Au nom de la propagation d'une médecine millénaire qui promet longévité et éternelle jeunesse, qui dit mieux ? ▲