

Lila Rhiyourhi



VOS CHEVEUX, MIROIRS DE VOTRE ÂME

Découvrez les pouvoirs sacrés
de vos cheveux et révélez
votre intuition

Par l'auteure du best-seller *Secrets de guérisseuse*

LEDUC 
ÉSO

LILA RHIYOURHI

VOS CHEVEUX, MIROIRS DE VOTRE ÂME

LEDUC 
ÉSO

De la même auteure, aux éditions Leduc.s

[Nettoyez votre énergie](#), 2019.

[Vous aussi vous êtes médium](#), 2019.

[Secrets de guérisseuse](#), 2020.

[Protection et purification énergétiques](#), 2020.

Lila Rhiyourhi est magnétiseuse, guérisseuse, spirite et médium. Sa réputation internationale lui vient de sa pratique professionnelle du magnétisme spirite et des résultats exceptionnels obtenus depuis plus de 20 ans. Elle est déjà l'auteure de plusieurs livres dont *Secrets de guérisseuse*. Retrouvez-la sur son site rhiyourhi-lila.com

Site web : <https://rhiyourhi-lila.com/>

Cette œuvre est protégée par le droit d'auteur et strictement réservée à l'usage privé du client. Toute reproduction ou diffusion au profit de tiers, à titre gratuit ou onéreux, de tout ou partie de cette œuvre est strictement interdite et constitue une contrefaçon prévue par les articles L 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle. L'éditeur se réserve le droit de poursuivre toute atteinte à ses droits de propriété intellectuelle devant les juridictions civiles ou pénales.

Copyright © 2021, Dr Libby

Titre original : Rushing Woman's Syndrome

Conseil éditorial : Katharina Loix van Hooff

Relecture : Anne-Lise Martin

Maquette : Patrick Leleux PAO

© 2021 Leduc.s Éditions (ISBN : 979-10-285-1948-3) édition numérique de l'édition imprimée © 2021 Leduc.s Éditions (ISBN : 979-10-285-1988-9).

[Rendez-vous en fin d'ouvrage](#) pour en savoir plus sur les éditions Leduc.s

LEDUC 
ÉSO

INTRODUCTION

Ne ressentez-vous pas une sensation de mieux-être lorsque vous sortez de chez le coiffeur ? En réalité, cet effet (que vous avez probablement déjà ressenti au moins une fois) est bien réel et documenté. La plupart des femmes se sentent nettement mieux en sortant de chez le coiffeur, de meilleure humeur et mieux dans leur peau. Toutes les dimensions positives de l'humour s'améliorent et les émotions négatives diminuent après une séance de soins capillaires¹.

Les femmes ne sont d'ailleurs pas les seules concernées : une étude a montré que les hommes y sont également sensibles². Nos cheveux seraient-ils pourvoyeurs de bien-être ? Aux États-Unis, l'expression « *a good hair day* » est utilisée pour qualifier une journée top, une journée parfaite. Littéralement, on pourrait la traduire par « avoir les cheveux en veine ».

Nul doute que nos cheveux et notre état intérieur sont intimement reliés. Et si le lien était encore plus profond ? Avez-vous remarqué que chaque confession dispose également de sa propre coiffure ? Si la tonsure des moines chrétiens n'a pas grand-chose en commun avec les tresses amérindiennes ni avec les longs cheveux des yogis relevés au-dessus du crâne, la coiffure semble en tout cas bien exprimer une relation de l'individu au sacré.

Depuis toute petite, j'ai toujours adoré coiffer et couper les cheveux. Plus tard, avec l'aide des anges, des maîtres ascensionnés et des guides avec lesquels je suis constamment en contact, j'ai découvert à quel point nos cheveux constituent une voie d'accès privilégiée à notre santé mentale, émotionnelle, et à notre pouvoir de réalisation personnel.

Ainsi, en tant que guérisseuse et médium spirite, cette nature spirituelle du cheveu ne m'a jamais échappé. Je l'ai observée et vérifiée systématiquement lors de mes soins. Je dirais même que la chevelure constitue un précieux vecteur de diagnostic et de guérison. Nos cheveux disent tellement de nous, de nos souffrances, de nos émotions et de notre santé. Ils gardent tout en mémoire. Ils sont les gardiens de nos secrets. Aussi me suffit-il de toucher les cheveux d'une personne pour faire une lecture de ses énergies physiques, psychiques et spirituelles.

Mais je n'en suis pas restée là. J'avais déjà observé que mes coupes de cheveux se transformaient en véritables soins énergétiques. Savoir où et comment couper les cheveux permet de rééquilibrer le corps physique, de transmettre des prières de guérison afin de nous libérer, de nous alléger et de nous délivrer de certains maux. Il s'ensuit un surplus de vitalité systématique. Lorsque la magie des ciseaux agit, l'âme agit.

J'ai donc décidé de suivre des cours et d'apprendre les essentiels du métier de coiffeur pour que mes coupes spirites soient aussi des coupes esthétiques et professionnelles. Dans ce livre, je ne vous parlerai pas des coupes vibratoires qui se pratiquent avec les rasoirs. Pour ce qui me concerne, les ciseaux sont le prolongement de mes prières et protocoles de soins.

J'ai choisi de partager avec vous ce savoir spirite sur le cheveu, véritable porte d'entrée sur le monde subtil. À travers lui circulent votre intuition et vos pouvoirs sacrés. Il est temps aujourd'hui de se les réapproprier pleinement en apportant un soin spirite à vos cheveux. Votre puissance de vie et de réalisation en sera transformée.

Vous le verrez dans les prochaines pages, les cheveux font partie de tous les rituels qui accompagnent l'être humain dans chacune des étapes marquantes de sa vie : naissance, sacrement, passage à l'adolescence, mariage, décès, car ils nous aident à obtenir une protection spirite et à accomplir l'œuvre du Ciel sur la Terre. Autrement dit, à réaliser notre divine mission sur Terre. Je vous propose de réintroduire du sacré dans la relation à vos cheveux pour vous affranchir de vos peurs, de vos limitations, et vous reconnecter à votre source énergétique.

Dans cet ouvrage, je vous invite à vivre un voyage intime avec vos cheveux, à dénouer certains blocages et à mieux en prendre soin. Je vous donne aussi des conseils, des pratiques et des protocoles pour pouvoir mieux vous protéger, vous purifier et rester en bonne santé.

1. A. Picot-Lemasson, G. Decocq, F. Aghassian, J.-L. Leveque, « *Influence of Hairdressing on the Psychological Mood of Women* », in *International Journal of Cosmetic Science*, vol. 23, décembre 2001.

2. T. Roper, J. Barry, « *Is Having a Haircut Good for Your Mental Health?* », in *New Male Studies*, vol. 5, 2016.

PREMIÈRE PARTIE

LES SECRETS DE VOS CHEVEUX

Nous avons tous un rapport très intime avec nos cheveux, qui en dit long sur nous-mêmes. En tant que médium et guérisseuse spirite, je vois à quel point le cheveu dévoile tout de nous : de notre santé physique et psychique, de nos traumatismes et de nos rêves. Il recèle tous nos secrets, même les plus enfouis. Si j'ai la faculté d'appréhender tout cela grâce à ma perception du monde invisible, la science parvient aujourd'hui aux mêmes résultats en faisant « parler » les cheveux. C'est ainsi que l'on peut identifier une personne grâce à une seule mèche de ses cheveux, déterminer si elle consomme du tabac, de l'alcool ou des médicaments et savoir quel a été son régime alimentaire. L'analyse capillaire est plus précise que l'analyse sanguine pour évaluer les besoins minéraux d'une personne ou son niveau d'intoxication aux métaux lourds. On peut même y lire l'existence d'une maladie telle que la schizophrénie grâce à la présence d'un marqueur biologique d'hydrogène sulfuré. Si le cheveu parvient à ce point à livrer ce qui est parfois inaccessible à notre conscience, c'est non seulement parce qu'il est notre mémoire vivante, mais aussi grâce à sa nature spirite et son rapport énergétique étroit à notre essence divine et sacrée.

CHAPITRE 1

LES CHEVEUX, RÉVÉLATEURS DE VOTRE ÉTAT INTÉRIEUR

« S'arracher les cheveux », « se faire des cheveux blancs »... Les expressions françaises ne manquent pas pour traduire le lien ténu qui existe entre nos cheveux et notre état intérieur. De fait, sur le plan biologique, le cheveu dépend entièrement de la qualité du sang qui le nourrit ; ce sang qui est directement influencé par nos états d'âme, notre alimentation, nos souffrances ou nos joies. En rendant perceptible extérieurement ce qui est invisible à nos yeux (la qualité de notre sang), le cheveu a cette faculté exceptionnelle d'être le miroir de notre état physique, psychique et spirituel.

UN REFLET DE LA SANTÉ PHYSIQUE

Vous avez peut-être remarqué que les périodes où vous perdez vos cheveux sont celles pendant lesquelles vous êtes fatigué, affaibli, déprimé ou malade. Vous avez raison. Le cheveu est le miroir absolu de notre vitalité. Il ne ment pas. La raison majeure se situe sur le plan vibratoire.

Le cheveu est nourri par le méridien du rein. C'est celui qui est spécifiquement en charge de distribuer l'énergie vitale. Il est responsable de la moelle épinière et préside à la santé des os, des dents et des cheveux, érigés au même niveau.

LE MÉRIDIAN DISTRIBUTEUR D'ÉNERGIE

Tout comme notre corps physique est constitué d'une puissante ramification de réseaux sanguins afin de parvenir à irriguer chaque cellule, il existe également un réseau de canaux spécifiques en charge de la distribution de l'énergie subtile à l'ensemble de l'organisme. Les méridiens,

au nombre de 12, sont les canaux principaux. On les appelle « maîtres vaisseaux énergétiques », car ce sont eux qui desservent tous les organes, chacun ayant une fonction spécifique. Lorsque la circulation de cette énergie est perturbée, des pathologies peuvent se développer. C'est pour cela qu'en médecine traditionnelle chinoise, on fait appel à l'acupuncture, qui cherche à rétablir l'équilibre en agissant sur des points spécifiques répartis le long des méridiens.

Une partie de sa force lui vient de votre acquis de naissance et de votre héritage génétique ; l'autre partie est puisée dans l'alimentation, mais aussi dans l'air. En effet, en étroite coopération avec le méridien du poumon, une bonne hygiène respiratoire le renforce également.

Les cheveux sont totalement tributaires du fonctionnement du maître vaisseau du rein. Aussi, des cheveux cassants, ternes ou clairsemés évoquent-ils une faiblesse de ce méridien. À l'inverse, s'il est vigoureux, les cheveux sont brillants et forts. Vous comprenez alors pourquoi vos cheveux sont de bons indicateurs de votre état de santé général et de votre santé osseuse. Ils sont reliés à votre essence vitale profonde.

La qualité de votre circulation sanguine en est une autre manifestation. Le cheveu ne reçoit les nutriments indispensables à sa croissance et à sa survie que lorsque ces derniers atteignent la papille dermique. Cette cellule, chef d'orchestre de la pousse capillaire, est irriguée par de très nombreux petits vaisseaux sanguins. Le cheveu est donc extrêmement sensible à la vascularisation, au point, là encore, de devenir le témoin de la qualité de nos veines et de nos artères coronaires. En étudiant près de 40 000 patients dans le monde, des chercheurs ont pu mettre en évidence un lien entre les pertes de cheveux sur le sommet du crâne et le risque de maladie cardiaque³.

Cette relation étroite entre cheveu et vitalité, les Anciens l'avaient bien perçue. En témoignent les nombreux mythes antiques qui traduisent le pouvoir des cheveux. Aussi la chevelure devient-elle dépositaire d'une force surhumaine, parfois même garante de l'immortalité. Ainsi en est-il de la légende grecque du roi Nisos, dont une mèche de cheveux pourpre assurait la vie éternelle et la conservation du royaume. Il mourra cependant après que sa fille lui aura coupé cette précieuse mèche de cheveux afin de

l'offrir à son amoureux, le rival Minos. Durant toute l'Antiquité, rois, dieux et déesses sont représentés avec des chevelures longues et vigoureuses, signe de royauté et de puissance vitale.

UN BAROMÈTRE DE L'ÉTAT PSYCHIQUE ET ÉMOTIONNEL

Le cheveu est sans conteste le premier indicateur de notre état de stress. Dès que nous sommes en proie au stress et aux émotions douloureuses, des flots de molécules chimiques désorganisent l'activité des cellules, et des énergies négatives perturbent la bonne circulation de l'énergie vitale. Notre organisme doit alors se concentrer en priorité sur le maintien de l'équilibre intérieur et déployer les ressources suffisantes pour faire face. Aussi, lorsque le stress s'installe, l'énergie vitale ne peut plus aussi bien atteindre le cheveu, qui devient terne, cassant et chute plus facilement.

Il subit directement l'effet du cortisol et des toxines générées par le stress. Cela entraîne une contraction des vaisseaux sanguins qui l'irriguent. Les cheveux deviennent plus fins et donc plus fragiles. Leur cycle de vie s'en trouve même raccourci : la chute survient plus tôt. Celles et ceux qui sont sensibles au stress ou à l'anxiété se souviennent sûrement d'avoir été confrontés au moins une fois dans leur vie à une perte plus ou moins importante de cheveux.

Enfin, le stress accélère l'apparition des cheveux blancs, donnant ainsi toute sa légitimité à l'expression « se faire des cheveux blancs ». Des chercheurs de l'université de Harvard en ont récemment percé le mécanisme : il est dû à l'action de l'adrénaline, autre substance induite par le stress, qui affecte durablement les cellules-souches, productrices des pigments capillaires.

Ainsi, nos cheveux sont l'ultime terminaison nerveuse de notre être tout entier. Ils nous montrent sans fard de quelle manière nous réagissons à l'adversité. On peut y lire notre aptitude à la résilience. Savons-nous accepter ce qui survient et nous adapter ? Avons-nous tendance à nous opposer aux événements de la vie et à camper sur le refus (et donc la colère), ou à nous laisser gagner par la peur ou l'abattement ?

Même des cheveux habituellement équilibrés, mais qui se mettent à graisser subitement, traduisent aussi une volonté inconsciente de nous protéger en faisant en sorte que ce qui nous dérange glisse littéralement sur nous.

Plus fin, plus épais, le cheveu change d'aspect au fil de la vie, au gré de nos humeurs. Sous l'effet d'un choc émotionnel, il n'est pas rare que s'ensuive un changement dans la nature du cheveu, ainsi qu'une perte de cheveux significative. Véritable boîte noire de nos traumatismes, les cheveux sont particulièrement sensibles aux émotions de peur : du simple tracassé à l'inquiétude en passant par la panique. Sans surprise, c'est la famille d'émotions qui est en lien direct avec le méridien du rein. Il reste des traces de cette sagesse populaire dans les expressions telles que « avoir les cheveux qui se dressent sur la tête ». Ce phénomène physiologique d'horripilation est un réflexe instinctif animal déclenché par la peur et le stress. Chez nos ancêtres, il était destiné à impressionner les adversaires. C'est ainsi que tous nos poils se hérissent, cheveux inclus.

Aussi, les angoisses les plus profondes de l'être humain, comme la peur de perdre quelque chose qui a une grande valeur pour nous (un être cher, un travail, un engagement ou autre), la peur de la solitude et de la mort, associées aux deuils et aux séparations, sont celles qui affectent le plus les pertes de cheveux.

LES ZONES DE CHUTE ONT AUSSI DU SENS

La médecine traditionnelle chinoise propose, selon la cartographie de la chute sur le crâne, une identification de l'objet perdu, qu'il l'ait été de façon réelle, imaginaire ou symbolique. Les chutes au-dessus de la nuque seraient par exemple plus en lien avec l'affectif, alors que celles sur le front seraient davantage en rapport avec la peur de la mort. Si les effets secondaires d'une chimiothérapie conduisent à la chute des cheveux, là encore, c'est la peur induite par la maladie qui provoque la frisure fréquemment observée sur les premiers cheveux qui repoussent une fois le traitement achevé. Le bulbe s'est en effet rétracté sous l'effet de l'émotion et il lui faudra un peu de temps pour recouvrer sa forme antérieure.

Finalement, c'est bien pour se libérer d'une dépression ou d'un passé contraignant que l'on change radicalement de coupe de cheveux et que l'on

cherche ainsi à restaurer un amour de soi et de la vie satisfaisant.

UN TÉMOIN DES MAUX DE L'ÂME

La légende raconte que la nuit précédant son exécution, les cheveux de la reine Marie-Antoinette ont blanchi d'un coup. Un phénomène qui aurait pu rester cantonné au registre du mythe s'il n'avait concerné d'autres célébrités. Ainsi en a-t-il également été du philosophe et humaniste anglais Thomas More, dont la chevelure connut le même sort la veille de sa décapitation, en 1535. D'autres cas similaires ont été rapportés chez des personnes ayant survécu à des bombardements. La médecine fut contrainte de reconnaître l'existence de ce syndrome. Baptisé « canitie subite », il reflète l'intensité de la terreur ressentie. Étant devenu incapable de nous protéger du monde extérieur, notre système immunitaire fait une brutale réaction de rejet du système pigmentaire des follicules pileux, rendant le phénomène immédiatement visible.

Si nous avons vu que les peurs existentielles façonnent le cheveu, il porte aussi les stigmates des principales blessures de l'âme que sont le rejet, l'abandon, la dévalorisation de soi, le refus d'incarnation ou encore le fait d'avoir laissé dans les mains d'autres personnes son pouvoir sur sa vie.

À la ménopause, par exemple, la prise de conscience de cette fin de la fertilité s'accompagne d'un changement dans la nature du cheveu d'autant plus fort que la femme a peur d'être dévalorisée, de perdre son identité et sa féminité, ce qui peut entraîner des chutes importantes de cheveux. Autre exemple : une séparation mal vécue peut être la cause d'une pelade⁴, tant chez la femme que chez l'homme, percevant que sa féminité ou sa masculinité est attaquée.

Ainsi, les maladies du cheveu trouvent toutes leurs origines dans nos désordres intérieurs et les maux de notre âme. En cela, ils nous aident aussi d'une certaine façon. Pour les résoudre, nous sommes contraints de replonger en nous-mêmes et de nous remettre à l'écoute de notre divine présence. Ils nous enjoignent de ne pas mettre de côté la dimension spirite de notre Être de lumière et d'amour et à l'incarner pleinement.

Nos pertes de cheveux nous ramènent généralement aux questions spirites centrales : quelle place est-ce que j'accorde au divin en moi ? Suis-je relié à ma partie spirite ? Ai-je accepté ma divine mission sur Terre et suis-je en train d'y contribuer ?

Cela signifie que rien n'est définitivement perdu et qu'il est possible d'inverser une courbe de chute ou même de refaire pousser des cheveux dès lors que l'Être se réaligne sur sa joie de vivre et reconquiert son pouvoir sur sa vie. En faisant des recherches sur la cicatrisation, des chercheurs ont découvert que certains lymphocytes du système immunitaire avaient l'incroyable capacité de réactiver les cellules-souches de follicules, donc de régénérer des cheveux. Comme quoi, lorsque le système immunitaire – marqueur de l'amour de soi – obéit à l'amour véritable, tout redevient possible...

Alors, en fonction de l'état de mes cheveux, je peux me poser les questions suivantes :

- Est-ce que je me sens à ma place dans ma vie ?
- Qu'est-ce que je souhaite vivre réellement ?
- Qu'est-ce qui compte vraiment pour moi ?
- Ai-je l'impression que les autres dirigent ma vie ?

3. T. Yamada, K. Hara, H. Umematsu, T. Kadowaki, « *Male Pattern Baldness and Its Association with Coronary Heart Disease* », in *British Medical Journal*, avril 2013.

4. La pelade est une affection de la peau le plus souvent caractérisée par une perte de cheveux en plaques.

CHAPITRE 2

LA NATURE SPIRITE DES CHEVEUX

Le cheveu ne sert pas qu'à assurer l'isolation thermique du crâne, même si cela est bien utile. Il ne sert pas non plus qu'à la séduction, même si, dans ma culture, on dit que la moitié de la beauté d'une femme réside dans ses cheveux. Il remplit une fonction physique de protection, une fonction sociale et culturelle d'identification, d'appartenance ou de contestation ; une fonction sexuelle, une fonction psychique en lien avec la confiance et l'estime de soi, mais aussi et avant tout une fonction spirituelle.

UNE PORTE D'ACCÈS AU MONDE INVISIBLE

Vos cheveux sont de véritables capteurs d'informations subtiles. Ils sont implantés sur le crâne, à proximité immédiate du chakra coronal, dont la fonction est de vous ouvrir à votre dimension spirite, de vous relier au divin et à la connaissance suprême. Vos cheveux sont comme des antennes reliées à la sagesse cosmique et aux autres plans de conscience de l'Univers. Aussi certaines sagesse ancestrales les percevaient-elles comme de véritables excroissances de l'esprit.

Plus largement, vos cheveux perçoivent et emmagasinent toutes les vibrations en provenance du ciel, mais aussi celles de vos pensées, de vos émotions et de votre environnement. Ils peuvent amplifier votre intuition et votre aptitude à percevoir le monde énergétique invisible et à capter des messages en provenance des spirites, c'est-à-dire votre médiumnité.

VOS CHEVEUX SONT DES ANTENNES : VÉRIFIEZ-LES !

Rien de tel qu'une expérience pour se rendre compte de la sensibilité de

ses cheveux aux énergies et aux champs magnétiques. Munissez-vous d'une règle en plastique et d'une couverture ou d'un pull en laine. Frottez énergiquement la règle sur la laine. Sans attendre, approchez la règle de vos cheveux.

La sensation n'est pas très agréable, car les cheveux sont attirés par les charges positives de la règle et ces dernières se « chargent » dans vos cheveux. Il ne vous reste plus qu'à marcher pieds nus sur la terre, à faire un exercice d'ancrage ou à boire de l'eau en conscience en lui demandant de vous débarrasser de ces charges positives.

Voilà comment vos cheveux se chargent aussi facilement. Dans le cas de l'électricité, vous le voyez concrètement, mais au quotidien, vos cheveux absorbent également les charges de votre environnement. Aussi je vous recommande vivement, si vous avez des cheveux longs, de les attacher lorsque vous vous rendez dans des endroits très chargés comme les transports en commun, les hôpitaux, les centres commerciaux, etc., car, vous l'avez compris, toutes les tensions s'accumulent très vite dans vos cheveux.

Le témoignage de l'épouse d'un psychologue (restée anonyme) raconte que pendant la guerre du Vietnam, l'armée américaine se mit à rechercher dans ses rangs des « pisteurs » : des hommes capables de se faufiler dans le camp ennemi et de communiquer de façon cryptée. L'armée eut alors l'idée d'aller chercher du côté des réserves indiennes et trouva effectivement des hommes aux perceptions extrasensorielles. Entraînés, ils furent ensuite envoyés sur le terrain, où ils échouèrent largement... Cherchant à comprendre les raisons de cet échec, l'armée écouta finalement ce qu'ils avaient à en dire : les coupes rases militaires de leurs cheveux les avaient privés de leurs capteurs sensibles. Les cheveux coupés, ils ne parvenaient plus à entendre leur intuition. Voulant vérifier cette hypothèse, des tests comparant les performances avec ou sans cheveux longs auraient conclu sur le rôle essentiel de la couverture capillaire dans la communication subtile. Si la preuve formelle de cette histoire n'est pas attestée, le peuple amérindien autochtone lui accorde beaucoup de crédit.

Il arrive que certains films de fiction distillent des informations de nature spirite. Les auteurs, ayant puisé leur inspiration dans le monde invisible, permettent ainsi à chacun de se familiariser avec certaines notions. On en trouve un bon exemple dans le film *Avatar*⁵ de James Cameron. Il y décrit

un peuple d'extraterrestres, les Na'vis, détenteurs d'une longue tresse de cheveux qui se révèle être un parfait moyen de communication avec les autres espèces, les plantes et des habitants d'autres planètes. Leurs cheveux leur assurent une connexion permanente entre eux et avec toutes les créatures de leur monde.



PETIT EXERCICE

S'il vous arrive de demander à vos anges, à vos guides, aux bons esprits qui aident l'humanité (ceux que j'appelle les « spirites »), de l'aide, des signes ou une information pour prendre des décisions, faites le test cheveux attachés puis refaites-le cheveux détachés. S'ils sont trop courts, vous pouvez faire le même test la tête couverte ou non par un foulard. Vous remarquerez probablement que vous percevez plus de choses lorsque vos cheveux sont détachés ou que votre tête est découverte.

Pour votre demande, je vous conseille de formuler une seule question précise, par exemple : « Est-ce bon pour moi d'accepter ce nouveau travail [donner le nom du poste/entreprise] ? Mes anges, envoyez-moi aujourd'hui, avant 18 heures, ici et maintenant, un conseil ou un signe que ma conscience puisse percevoir. Merci. »

Soyez alors attentif à vos visions, pensées ou aux messages que vous entendez à la radio, aux personnes que vous croisez dans la rue ou à tout autre élément qui vous fera « tilt ».

Quand on vous caresse les cheveux, vous pouvez le ressentir dans toute votre colonne vertébrale, véritable tube par lequel la lumière divine et cosmique descend dans tous vos corps. En y regardant de plus près, votre colonne vertébrale et la colonne de kératine que constitue votre cheveu présentent énormément de ressemblances : la forme (deux grands tuyaux), les racines sacrées, la structure, la fonction, la direction (elles s'élèvent vers le ciel), la présence de moelle de même origine (méridien du rein). Ainsi, vos cheveux vous aident à ancrer l'énergie spirite dans votre corps physique et, en même temps, à y réintroduire la paix, l'harmonie, l'ordre, la santé ou l'amour.

Cette nature spirite du cheveu se retrouve dans toutes les grandes mythologies, car elle constitue la trame même de l'Univers. Ainsi, dans la religion hindoue, le dieu Shiva, conscience pure et infinie, est représenté avec une immense chevelure attestant de son pouvoir. Le Gange, le fleuve le plus sacré de l'Inde, s'écoule de sa chevelure mais, plus encore, ses cheveux s'identifient aux directions de l'espace et à la trame énergétique de l'Univers. Cela signifie que ses cheveux, qui recouvrent le monde, représentent le maillage de l'ensemble des dimensions vibratoires de notre univers et de tout ce qui le compose.

Cette structure en cheveux et filaments de l'Univers a été observée par une équipe de chercheurs japonais et décrite dans une publication de 2019 sous la forme de fibres lumineuses d'hydrogène longues et fines, le long desquelles s'écoule l'énergie⁶.

LE LIEN COSMIQUE

Connaissez-vous la chevelure de Bérénice ? Si vous observez le ciel à la nuit tombée, vous l'apercevrez en portant votre regard à l'est du Lion et vous y remarquerez en son centre le pôle Nord de notre galaxie. Cet amas d'étoiles fait référence à la reine Bérénice II, qui fut à la tête de l'Égypte en 230 avant J.-C. Celle-ci avait promis à la déesse Aphrodite de sacrifier sa sublime chevelure tressée si son mari Ptolémée revenait vivant de sa guerre contre les Syriens. Ce qu'elle fit promptement à son retour, mais le trophée disparut du temple d'Aphrodite. Et malgré des recherches minutieuses, il ne réapparut pas. Pour les apaiser, l'astronome Conon de Samos leur annonça que l'offrande avait tellement plu aux dieux qu'elle avait été placée dans les cieux en lieu et place de la constellation désormais baptisée « Chevelure de Bérénice ».

LE CHEVEU, VECTEUR DE QUALITÉS SPIRITES

De par sa nature spirite, notre chevelure nous relie au divin, au Père céleste et à la divine Mère dans ses principes masculin et féminin respectifs. Dans les traditions anciennes, les cheveux longs sont ainsi associés à la sagesse, à la force et au secours divin. Druides et sages sont souvent représentés avec de longs cheveux. Chez les Amérindiens autochtones, hommes et femmes portent les cheveux longs. Il en est de même des yogis, qui les considèrent

comme inhérents à leur vie spirituelle. Dans le texte fondateur de l'hindouisme, la *Baghavad Gîtâ* (III-1), Krishna, incarnation du dieu de la Stabilité du monde et du temps, porte le nom de Keshava, c'est-à-dire « celui qui a les cheveux longs ».

L'histoire qui incarne le plus explicitement ce pouvoir spirite des cheveux est le récit biblique de Samson et Dalila. Mille ans avant Jésus-Christ, alors que les Hébreux vivent sous le joug des Philistins, le valeureux Samson tente de les renverser grâce à sa force prodigieuse. Une force à l'origine secrète, qu'il ne dévoilera pas même à sa compagne Dalila, conduisant par trois fois à la ridiculiser. Mais à force de le harceler, Dalila finit par faire céder Samson, qui lui avoue qu'il perdrait sa puissance s'il devait être rasé. Sans perdre une minute, Dalila fait couper les sept tresses de Samson qui, ainsi privé du secours de Dieu, est vaincu par ses ennemis. C'est bien par l'intermédiaire de sa chevelure que Samson est animé de l'esprit divin et que sa protection lui est assurée.

Mais alors, si les cheveux longs sont la marque de la spiritualité, pourquoi les bouddhistes se rasent-ils la tête ? Cette pratique est probablement un signe de détachement matériel et charnel, mais elle répond aussi à la volonté des bouddhistes de marcher dans les pas de leur tout premier chef spirituel, Siddhārtha Gautama, qui, 500 ans avant J.-C., reçut le titre de Bouddha. Ce jeune homme s'était départi de sa chevelure avec l'intention de s'affranchir de la position sociale attribuée par sa coiffure à son rang de naissance et ainsi se libérer des hiérarchies sociales. Paradoxalement, le crâne rasé est aussi devenu un marqueur d'identité chez les bouddhistes. Ce que l'on sait moins, c'est la différence de traitement qui existe, au Tibet, entre les nonnes au crâne rasé et les éminentes femmes religieuses appelées « khandroma », généralement réputées pour leurs pouvoirs de médiumnité ou de clairvoyance et dotées d'une chevelure longue et opulente. Si chaque femme au Tibet peut faire le choix de devenir nonne, devenir « khandroma » n'est pas le fait d'une décision, mais de la manifestation de pouvoirs extraordinaires de nature spirite. À leur mort, leurs cheveux peuvent demeurer des reliques vénérées à l'égal de celles des grands maîtres.

Chez les Malgaches, il demeure des croyances très vives associant cheveux et spirites. Ils pensent que leurs esprits se manifestent par l'intermédiaire de la chevelure des nourrissons. Ainsi, l'emmêlement anormal de la chevelure (appelé « maillage ») est-il la marque des spirites, qui nouent les cheveux des enfants qu'ils affectionnent particulièrement. Les Malgaches le perçoivent comme un signe d'élection divine qui prévaut aussi chez les hindous. En Inde du Sud, par exemple, la chevelure emmêlée qui apparaît dès le plus jeune âge est accueillie comme un élément miraculeux envoyé par la déesse Yellamma.

Pour revenir à la tradition malgache, aucune mère ne cherchera à ordonner la chevelure emmêlée de son enfant. Cette dernière sera coupée et offerte à l'esprit avec l'accord de ce dernier, mettant l'enfant sous sa protection. Devenu adulte, il pourra faire usage de ses pouvoirs spirites tels que la voyance. Le futur médium peut donc être repéré très peu de temps après sa naissance par la présence de maillage dans ses cheveux.

Il ne faudrait pas en déduire qu'avoir le crâne rasé n'est pas spirituel. Les prêtres égyptiens se rasaient le crâne lors de leur initiation pour marquer le processus de transformation dans lequel ils s'engageaient, à l'image de la tête chauve du nouveau-né à sa naissance. Cela leur permettait aussi de verser leurs cheveux en offrande aux dieux. Par ailleurs, ce geste signifie également leur soumission à l'autorité divine. Ou encore représenter une image du soleil resplendissant⁷, comme le propose Carl Jung, père du décodage symbolique. Ce soleil symbolise ainsi la victoire de l'esprit sur le mental, qui se manifeste par le rayonnement intérieur. Quant à la tonsure des moines de la religion chrétienne, elle conduit à créer une couronne de cheveux qui n'est pas sans rappeler la couronne du chakra coronal. Elle exprime aussi leur renoncement au pouvoir de séduction pour se consacrer à Dieu.



RITUEL SPIRITE DE PROTECTION

- Recueillez-vous dans votre cœur quelques instants. Repensez à tous ces moments où vous avez été aidé, où vous avez reçu des grâces, et emplissez votre cœur de cette reconnaissance.
- Mettez un peu de gros sel dans un bol transparent.
- Coupez une toute petite mèche de cheveu, 1 cm suffit largement. Déposez-la dans le bol.
- Imprégnez-la de votre salive en en mettant un peu entre le pouce et l'index.
- Mélangez-la au gros sel avec vos doigts en prononçant la prière suivante :

« Chers spirites, permettez-moi de toujours demeurer sous la protection de votre lumière et votre amour. Soyez mes protecteurs dans les épreuves de cette vie terrestre. Donnez-moi la force, le courage et la résignation ; inspirez-moi tout ce qui est bon, retenez-moi sur la pente du mal ; que votre douce influence pénètre mon âme ; chers spirites, que votre volonté soit faite. Ici et maintenant. »
- Gardez le bol sous votre lit pendant sept jours, puis jetez tout dans les toilettes.

5. J. Cameron, *Avatar*, 20th Century Fox, 2009.

6. H. Umehata *et al.*, « Gas Filaments of the Cosmic Web Located Around Active Galaxies in a Protocluster », in *Science*, vol. 366, n° 6 461, octobre 2019.

7. C. G. Jung, *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*, Le Livre de poche, 1996.

CHAPITRE 3

LE CHEVEU, TÉMOIN DE L'ÉVOLUTION DE L'HUMANITÉ DE LA PRÉHISTOIRE À NOS JOURS

Depuis l'Antiquité, on peut comprendre l'histoire de l'humanité en observant l'évolution de ses cheveux, de leur longueur, de leur port et de leur coiffure tant ils révèlent la place que l'on occupe et le pouvoir que l'on détient. Le cheveu est un véritable marqueur de rang social, de puissance, et un vecteur d'identité. Il devient donc naturellement un support d'émancipation et de contestation de l'ordre établi. À travers lui se façonne votre identité et s'harmonisent vos polarités yin et yang. En approfondissant un peu, vous pouvez explorer la réunion intérieure de vos pouvoirs sacrés féminins et masculins par le biais de vos cheveux.

PRENDRE LE POUVOIR PAR LES CHEVEUX !

Traditionnellement, le port du cheveu long était réservé aux rangs élevés en tant que signe ostensible de puissance. Dès que les premiers royaumes mérovingiens se forment en France, au v^e siècle, les rois et les nobles se réservent le droit exclusif de porter les cheveux longs. Ceux qui les entourent doivent respecter des longueurs qui reflètent leur position hiérarchique. Quant aux paysans et aux serfs, durant tout le Moyen Âge, ils doivent porter les cheveux courts. Chez les Francs, une façon de disqualifier un prétendant au royaume est de lui raser la tête (contre son gré évidemment). Cette pratique sera utilisée à la cour du roi par les hauts dignitaires afin de se débarrasser des rois fainéants.

Aussi une manière d'imposer sa domination sur un peuple ou sur une couche sociale de la population a longtemps été de l'astreindre à une coupe rase ou courte des cheveux. La scalpation, dont l'origine remonte à l'Antiquité, traduit toute l'intentionnalité de cet acte poussé à son paroxysme. Déjà l'historien Hérodote (480-425 av. J.-C.) faisait-il état de cette pratique de scalp par les guerriers scythes, emportant en guise de trophée le cuir chevelu de leur ennemi encore attaché à la peau du crâne. Cet usage est également attesté chez les peuples germaniques et dans certaines tribus amérindiennes, toujours dans le but de montrer que la force divine est du côté du vainqueur puisqu'il avait réussi à capturer la chevelure de son ennemi. Plus encore, pour les Iroquois par exemple, il revêt une signification spirituelle. Par le scalp, ces derniers s'emparaient de l'esprit des morts et s'appropriaient ainsi leur énergie vitale. Mais par exemple, chez le peuple Antaimoro, qui vit au sud-est de Madagascar, les guerriers avaient eux aussi pour habitude de couper les cheveux de leurs victimes et de les nouer ensuite aux leurs.

LE DÉSHONNEUR DU CRÂNE RASÉ

Dans toute l'histoire humaine, couper les cheveux ou les raser est une manière de soumettre l'autre à son autorité. Si vous voulez humilier quelqu'un, rasez-le en public. Voilà, trait pour trait, le traitement qui a été réservé aux femmes accusées de collaboration avec l'ennemi après la Seconde Guerre mondiale, les « tondues de la libération ». Quant aux bagnards, détenus des camps de concentration ou prisonniers, ils ont eu le crâne rasé aux fins de déshonneur et de punition.

Il n'est donc pas surprenant que le crâne rasé ait été imposé aux esclaves, de l'Antiquité jusqu'à la traite des Noirs. Il aurait même servi à la correspondance de Nabuchodonosor II, grand roi de Babylone, qui envoyait ses esclaves aux généraux quand leurs cheveux avaient repoussé. Ces derniers n'avaient plus qu'à les raser pour lire le message inscrit par le roi sur leur crâne.

Nos cheveux sont tellement l'expression de notre identité que l'émancipation des Noirs peut se lire dans l'histoire de leur reconquête capillaire. D'abord rasés pendant la période d'esclavage, puis contraints à

couvrir leurs cheveux, il faudra attendre 1920 pour que le fondateur du mouvement rastafari, Marcus Garvey, défenseur de la cause noire, appelle sa communauté à arborer fièrement ses cheveux naturels et à se réapproprier son identité africaine. Son slogan, « *Remove the kinks from your mind not from your hair* », que l'on peut traduire par « Retire les nœuds de ton esprit, pas de tes cheveux », illustre le rôle crucial des cheveux dans l'identité individuelle et collective.

Pourtant, pendant de longues années, les femmes noires vont continuer à se faire défriser les cheveux pour espérer accéder à de meilleures conditions de vie. Le cheveu crépu ne refait progressivement surface que dans les années 1960, porté par le mouvement antiségrégationniste. L'égérie du mouvement noir, Angela Davis, assiera sa célébrité sur sa légendaire coupe de cheveux « afro ».

LA RÉBELLION

La chevelure est naturellement devenue un moyen de contester l'ordre établi. Par le désordre, la coupe en bataille ou en pétard, la longueur, la forme ou la coupe hérissée, les cheveux trahissent au premier coup d'œil le sentiment intérieur de révolte et de rébellion. Les exemples historiques ne manquent pas, à commencer par la banane des rockers qui veulent afficher leur identité rebelle et « prolo », en réaction au diktat du confort domestique. Certains étaient même appelés les « *greasers* », du nom de la première marque de brillantine utilisée pour les cheveux. Viennent ensuite les hippies, qui revendiquent la paix et laissent pousser leurs cheveux en rébellion contre les crânes rasés de la guerre du Vietnam. Puis le mouvement punk (à la fois révolutionnaire et réactionnaire) d'une jeunesse qui n'a pas eu droit à la parole et qui n'a pour avenir que le chômage. Plus efficace qu'un uniforme, la chevelure est le témoin des conflits intérieurs et sociaux. Autre culture, autre exemple, avec les dreadlocks : le mouvement rastafari veut manifester son attachement à la Terre Mère et sensibiliser sa communauté à la nécessité de rester relié à la nature. Ils arborent en quelque sorte les cheveux de la Terre Mère. Ce qui n'est pas sans rappeler la Pachamama des Amérindiens, la Terre Mère à laquelle ils sont reliés par leurs cheveux.

DES FEMMES MAINTENUES SOUS LA COUPE DES HOMMES

Longtemps, les cheveux ont servi à maintenir l'assujettissement des femmes et, en vérité, de tous les pouvoirs féminins sacrés sous la domination des hommes. Pour incarner la féminité dans sa dimension séductrice, mais soumise, la femme devait porter des cheveux longs, qu'elle couvrait d'un foulard durant la journée et ne laissait libres que le soir venu, avant de rejoindre son mari sur sa couche. L'obligation faite aux femmes mariées de se couvrir les cheveux est, comme nous l'avons vu précédemment, une façon de les priver de leur force et de leur pouvoir réels, quelle que soit leur longueur. À tel point que l'acte de relâcher sa chevelure était alors perçu par ces messieurs comme une invitation sexuelle ou, même, réservé aux prostituées ou encore aux sorcières.

Catholiques, juifs et musulmans ont imposé le voile à leurs femmes dès la plus haute Antiquité. Pour l'historienne Maria Giuseppina Muzzarelli⁸, cela ne fait aucun doute. Ainsi en témoignent les écrits édifiants de Paul de Tarse dans sa lettre aux Corinthiens : « En effet, l'homme n'a pas été tiré de la femme, mais la femme de l'homme ; et l'homme n'a pas été créé pour la femme, mais la femme pour l'homme. C'est pourquoi la femme doit, à cause des anges, avoir sur la tête un signe de sujétion. »

Au Moyen Âge et à la Renaissance, les coiffures sophistiquées ne disent pas autre chose, mais servent à afficher ostensiblement le rang social et le pouvoir du mari.

En tant que représentants ostensibles des pouvoirs féminins sacrés (médiurnité, guérison, magie), il n'est pas surprenant que les cheveux longs, libres et détachés aient été associés aux sorcières. Et, à ce titre, les femmes qui arboraient ces cheveux-là ont été dûment persécutées. Celles qui, de surcroît, avaient les cheveux roux (de la couleur des flammes de l'enfer) ont été véritablement exterminées. On estime que plus de 20 000 femmes rousses ont été brûlées vives sous l'Inquisition.

Les luttes de pouvoir entre les hommes et les femmes, depuis la nuit des temps, se sont donc bien jouées sur le terrain capillaire.

Pour marquer les esprits, les femmes ont dû couper leurs cheveux afin de conquérir leur indépendance et leur autonomie financière, sexuelle, professionnelle et morale dans la société. Aux débuts du combat féministe,

elles se sont donc coupé les cheveux non pas en signe de soumission, mais en signe de rébellion, pour rompre avec l'image de la femme soumise et attentionnée et ainsi occuper des fonctions jusque-là réservées aux hommes. Les premières, les suffragettes britanniques, jettent à terre leurs longueurs de cheveux, dès le début du xx^e siècle, pour réclamer le droit de vote. La grande révolution survient quelques années plus tard, après la Première Guerre mondiale. Les femmes se mettent à adopter la coupe courte à la garçonne puis, massivement, des carrés courts, coupes bols..., pour affirmer l'image de femmes actives, plus indépendantes, libérées des vieux carcans, et montrer qu'elles prennent leur vie en main sans avoir peur de rien.

Bien avant elles, celle qui avait dû affirmer son autorité et diriger des armées, la célèbre Jeanne d'Arc, avait elle aussi les cheveux courts en écuelle, bruns, formant sur sa tête une sorte de calotte, 1 cm au-dessus des oreilles.

Encore récemment, pour être prise au sérieux, être entendue et écoutée par les députés, Marlène Schiappa, secrétaire d'État à l'égalité entre les femmes et les hommes, avait confié en octobre 2017 au *Journal du dimanche* être dans l'obligation de s'attacher les cheveux.

LE CHEVEU, TÉMOIN DE LA CONQUÊTE INTÉRIEURE

Aujourd'hui, pourtant, les consciences ont évolué. Le code du cheveu change. Il n'est plus nécessaire, pour une femme, d'avoir des cheveux courts pour être affirmée, comme il n'est plus nécessaire, pour un homme, d'avoir les cheveux ras à la militaire pour « avoir des couilles ». L'heure est à la réunification des pouvoirs masculins et féminins sacrés en chaque individu, homme ou femme. Il est donc naturel de voir des hommes assumer les cheveux longs et des femmes jouer avec tous les styles de cheveux. Nous sortons progressivement des normes pour accueillir les identités plurielles dans la fusion des principes féminin et masculin de manière unique en chacun de nous.

En cela, comprenez l'énergie du féminin sacré comme une force de réceptivité, de guérison, de créativité, de communication avec l'invisible et

d'amour inconditionnel. Le masculin sacré s'entend quant à lui comme une force de lumière, de rayonnement, de leadership, d'affirmation, de direction, de dynamisme et de justice.

Il n'en reste pas moins que le port du cheveu peut aider chacun de nous, à un moment donné de notre vie, à mieux intégrer l'un de ces deux aspects divins, féminin ou masculin sacré. Car on commence généralement à afficher à l'extérieur quelque chose que l'on a besoin d'intégrer en profondeur dans ses structures pour mieux se l'approprier.



REVIVEZ VOTRE CONQUÊTE PERSONNELLE SOUS UN NOUVEL ANGLE

Je vous propose d'opérer un petit retour en arrière sur votre vie pour mettre en évidence les liens entre votre état d'esprit intérieur et votre coupe de cheveux.

Vous pouvez partir du tableau ci-dessous et essayer, en vous appuyant sur d'anciennes photos, d'observer vos changements de coupes de cheveux lors des étapes charnières de votre vie. Ou bien, à l'inverse, si vous vous souvenez de la première fois où vous avez eu les cheveux courts, si vous vous rappelez les périodes de certaines coupes/colorations/frisage/défrisage, notez ce que vous avez vécu à ces moments-là.

Il est possible que vous y retrouviez des éléments d'émancipation, puisés dans cette histoire de notre humanité et de la conquête de notre souveraineté divine.

Période	Coupe de cheveux : longueur et/ou forme
Enfance avant 3 ans	
Enfance de 3 à 6-7 ans	
Grande enfance de 7 à 12 ans	
Adolescence	
Lors du départ du domicile parental	

Première rencontre amoureuse	
Premier travail	
Lors d'une période de dépression	
Après une séparation affective	
Lors d'une période de chance et de succès	
Lors d'un mariage	
Première grossesse	
Phase de deuil	
Nouveau travail	
Nouveau projet	
Ménopause	
...	
...	
...	
...	

Vos cheveux sont de vrais instruments spirites. Voyez-les comme des interfaces entre les mondes visible et invisible. Autant ils expriment les joies et les maux de votre âme, autant ils peuvent vous aider à vous connecter à un monde spirite et à manifester dans votre vie de tous les jours des qualités spirites.

Ils vous aident à mieux vous connaître et sont vos partenaires dans votre évolution. On pourrait dire que vos cheveux vous tirent vers le haut. Leur croissance est proche de celle du monde végétal. Elle débute par les racines invisibles et s'épanouit vers le ciel. Les particules de lumière, énergies subtiles en provenance du ciel, que l'on pourrait appeler les « pluies du

ciel », nourrissent vos cheveux, qui s'élèvent vers le ciel. Vos cheveux peuvent vous conduire à l'ascension spirituelle.

g. Maria Giuseppina Muzzarelli, *Histoire du voile. Des origines au voile islamique*, Bayard, 2017.

DEUXIÈME PARTIE

OBSERVER VOTRE CHEVEU POUR VOUS OBSERVER VOUS- MÊME

Dans cette partie, je vous propose de faire un état des lieux de vos cheveux. Et si vous preniez le temps de mieux les connaître pour mieux vous connaître ? En apprenant à les analyser, vous saurez mieux en prendre soin et comprendre les messages qu'ils vous offrent. Cette démarche vous demandera peu d'effort, juste celui de les observer, de les écouter et de les considérer avec amour. Et par cette simple posture, vous pourriez déjà les voir changer. Surtout, vous apprendrez à y lire des indices qui vous parlent de vous, de certains de vos blocages, parfois inconscients, et aussi de vos besoins du moment. Certains iront même plus loin et feront de la lecture intuitive. Si vous vous connectez à votre cœur, que vous fermez les yeux et que vous prenez vos cheveux dans vos mains, vous pourriez ressentir des messages, percevoir des signes, des images ou des informations qui vous inviteront à modifier des petites choses dans votre vie : vous alléger de certaines émotions, changer votre façon de vous alimenter, modifier votre coiffure. Vous pourriez même ressentir d'anciens conflits dont vous ne vous êtes pas encore totalement défait. Autant d'invitations qui vous conduiront sur votre chemin pour laisser plus de place au maître spirituel que vous êtes venu incarner dans cette vie.

CHAPITRE 1

ÉVALUER LA SANTÉ DE VOS CHEVEUX

Épaisseur, densité, porosité... Ce qui suit vous paraîtra peut-être un peu descriptif. Je vous invite à établir un bilan de santé de vos cheveux, un peu comme vous feriez un bilan sanguin, ce qui vous permettra de vous situer sur une moyenne. Cela sera utile pour réaliser, dans une seconde phase, un décryptage capillaire qui vous éclairera sur certains aspects de vous-même, peut-être passés inaperçus. Il peut être intéressant de réaliser ce bilan à quelques mois d'intervalle, afin de mesurer les effets tangibles de ce que vous aurez mis en place. Dans ma pratique de guérisseuse spirite, j'ai toujours insisté pour que les patients soient suivis régulièrement par des examens et des contrôles. Notre esprit a besoin de données mesurables objectives pour prendre conscience de certaines choses.

VOTRE CHEVEU SAIT-IL RETENIR L'EAU DONT IL A BESOIN ?

Le cheveu est naturellement perméable à l'eau. Il peut capter 10 à 40 % de son poids en eau. Quand il se gorge d'eau, son diamètre augmente, mais surtout son élasticité, ce qui explique pourquoi, une fois mouillé, le cheveu est facilement déformable. Vous appliquez vos rouleaux, lissez vos cheveux ou faites votre brushing et espérez ensuite qu'il conserve la forme une fois sec.

La porosité définit cette capacité du cheveu à absorber les liquides tels que l'eau et les huiles nourrissantes nécessaires au maintien d'une bonne hydratation. Elle est grandement influencée par la qualité de la cuticule, véritable bouclier d'écailles extérieur qui protège la kératine, protéine

fibreuse constitutive de la tige. Selon la nature de cette cuticule, le cheveu peut se classer en trois catégories :

- **faible porosité** : lorsque les écailles sont superposées et très serrées. L'eau et les nutriments pénètrent peu. Après lavage, les cheveux sèchent lentement car l'eau ressort moins facilement des écailles. Leurs fibres sont plutôt sèches au toucher. Ils sont aussi plus difficiles à traiter et nécessitent des soins hydratants riches en matières grasses végétales plutôt légères du type huile de noisette, de pépin de raisin, d'argan, d'amande douce ou de jojoba par exemple ;
- **porosité normale** : lorsque les écailles sont suffisamment relâchées pour permettre la pénétration des apports, sans toutefois l'être trop, pour ne pas les laisser s'échapper. Ces cheveux régulent bien l'humidité et leur santé est la meilleure possible. Des soins à base d'aloé vera, d'huiles d'argan, de pépin de courge ou de coco les aident à rester sains ;
- **forte porosité** : lorsque les écailles sont largement ouvertes. L'eau entre et ressort trop facilement. Ces cheveux sèchent rapidement. Ils ont tendance à être secs et fragilisés, aussi sont-ils beaucoup plus sensibles aux eaux de baignade (chlorés ou salés) du fait de la grande quantité d'éléments qu'ils laissent pénétrer en eux. Il est utile, dans ce cas, avant d'aller se baigner, de les enduire d'une couche d'huile végétale (jojoba par exemple) pour les protéger de ces agressions chimiques ou salées. Ces cheveux se traitent aussi avec des émollients plus riches tels que le beurre de karité, l'huile de coco, d'argan, de ricin ou de macadamia. Un soin protéiné à base de jaune d'œuf peut également les aider (voir p. [94](#)). On privilégiera l'eau tiède pour les laver, l'eau froide pour les rincer, et on évitera absolument les séchages à la forte chaleur.

Sachez que pour colorer, friser ou défriser, les écailles sont soulevées afin de permettre la pénétration du produit chimique, ce qui peut, à la longue, abîmer la cuticule, qui devient plus poreuse.



TESTER LA POROSITÉ DE SES CHEVEUX

Extrayez de votre brosse ou de votre peigne quelques brins de cheveux. Mettez-les dans un bol d'eau. Observez attentivement comment ils se comportent dans les 2 à 4 minutes qui suivent :

- s'ils coulent rapidement, en 1 ou 2 minutes, jusqu'au fond du bol, ils sont à tendance poreuse ;
- si seulement quelques brins coulent, certains de vos cheveux sont poreux, d'autres moins ;
- s'ils ont tendance à flotter pendant 2 minutes et coulent jusqu'à mi-bol dans les 3 à 4 minutes, ils sont à tendance normale ;
- s'ils flottent pendant 4 minutes, ils sont à tendance faiblement poreuse. Reproduisez ce test à des jours d'hygrométrie (taux d'humidité de l'air) variée, car cela peut influencer le résultat. Et ne prenez pas vos échantillons juste après avoir séché vos cheveux au sèche-cheveux, cela fausserait à coup sûr l'évaluation.

VOS CHEVEUX ONT-ILS TENDANCE À ÊTRE TOUFFUS OU CLAIRSEMÉS ?

À la naissance, la densité capillaire est la plus forte. On estime qu'il y a environ 1 135 follicules pileux par centimètre carré chez le nourrisson. Dès la première année, cette densité record chute à 800 par centimètre carré. Elle descend ensuite progressivement jusqu'à l'âge adulte, pour atteindre, à 30 ans, selon les types de cheveux, le chiffre de 200 à 350 follicules par centimètre en moyenne. Elle se stabilise à cette valeur jusqu'à 50 ans environ. Après 65 ans, une baisse de la masse capillaire est couramment observée, mais elle varie beaucoup selon le mode de vie et l'état de santé général, physique et psychique.

À PARTIR DE QUAND PARLE-T-ON DE CALVITIE ?

Certains éléments cliniques me semblent importants à connaître :

- **100 à 200 cheveux/cm²** : la chevelure est dite « clairsemée » ;
- **50 à 100 cheveux/cm²** : la chevelure est dite très « clairsemée » ;
- **moins de 50 cheveux/cm²** : le crâne est dit « glabre ».

En France, la calvitie touche 2 à 3 % des femmes, quel que soit leur âge. Elle concerne en revanche 25 % des hommes et 31 % des plus de 65 ans⁹. À noter que, chez les hommes, la densité peut descendre à 176 à 220 cheveux/cm² sans que l'on parle de calvitie.

Généralement, les cheveux de couleur claire ont tendance à être plus fins, mais plus nombreux que les cheveux bruns, un peu plus épais et légèrement moins denses.

TESTER LA DENSITÉ DE SES CHEVEUX

Si vous avez les cheveux longs, attachez-les en queue-de-cheval. Mesurez (ou faites mesurer) la circonférence au point d'attache. Relevez la mesure ;

- **moins de 5 cm** : la chevelure est peu dense ;
- **entre 5 et 8 cm** : la densité est moyenne ;
- **supérieur à 8 cm** : la densité est forte, la chevelure est dense et abondante.

Si vos cheveux sont courts, installez-vous devant un miroir bien éclairé. Prenez une poignée de vos cheveux sur le haut de la tête et tirez-la doucement sur un côté pour apercevoir vos racines :

- **si votre cuir chevelu est très bien visible** : votre densité est faible ;
- **si vous l'apercevez à peine** : votre densité est élevée ;
- **entre les deux, si vous pouvez apercevoir un peu votre cuir chevelu** : votre densité est moyenne.

VOTRE CHEVEU EST-IL D'UNE TEXTURE FORTE ?

L'épaisseur du cheveu donne la texture de votre fibre capillaire. Elle varie d'un gradient échelonné de très fin à très épais. Nous l'avons déjà vu, plus votre vitalité est forte, plus votre cheveu aura tendance à s'épaissir. Pour

autant, il faut aussi prendre en compte le type général de cheveu, classé en trois catégories selon votre origine ethnique et génétique. Ainsi, la fibre capillaire la plus épaisse appartient au cheveu de type « asiatique », d'un diamètre moyen compris entre 90 et 120 microns. Les cheveux de types « caucasien » et « africain » sont plus fins, avec une amplitude moyenne de 60 à 90 microns pour l'africain et de 70 à 100 microns pour le caucasien, dont l'épaisseur est donc la plus variable.



TESTER L'ÉPAISSEUR DE SES CHEVEUX

Prenez un fil à coudre standard (celui d'un kit de couture par exemple). Coupez-en 10 cm, plus ou moins selon la longueur de vos cheveux. Prenez ensuite un de vos cheveux sur votre peigne. Placez le fil et la mèche de cheveu entre le pouce et l'index de la main gauche, puis étirez-les avec la main droite pour pouvoir les observer l'un à côté de l'autre :

- **vosre mèche vous paraît plus petite que le fil :** votre cheveu est fin, de 60 à 70 microns. Seul, il peut être difficile à voir, même sur un fond contrasté ;
- **vosre mèche vous semble à peu près du même diamètre que le fil :** votre cheveu est moyennement épais, environ 90 microns. Il a la texture d'un fil de coton fin. On peut assez facilement le repérer, égaré sur l'oreiller par exemple. C'est le cheveu le plus courant ;
- **vosre mèche vous semble plus grosse que le fil à coudre :** votre cheveu est épais, supérieur à 100 microns. Il semble gros et dru et on peut presque l'entendre lorsqu'on le roule sous les doigts.

LA TONICITÉ DE VOTRE CHEVELURE EST-ELLE NORMALE ?

Le cheveu est un matériau élastique qui, normalement, retrouve sa forme d'origine sans se casser après avoir été soumis à une contrainte d'étirement, à l'image d'un élastique. Cette propriété physique lui vient de la kératine, dont les fibres se détendent et se resserrent tel un ressort. Mais ces protéines ont besoin d'une teneur minimale en eau pour pouvoir s'étirer :

lorsqu'elles en sont gonflées, comme quand vos cheveux sont mouillés, leur capacité d'étirement peut être multipliée par deux. Ainsi, une bonne élasticité requiert un équilibre satisfaisant entre l'hydratation et la teneur en protéines de vos cheveux.



TESTER L'ÉLASTICITÉ DE SES CHEVEUX

Ce test se réalise les cheveux mouillés. Prenez une seule mèche et tirez-la doucement entre le pouce et l'index :

- **si le cheveu se casse rapidement** : son élasticité est faible. Généralement, c'est le signe d'un manque d'hydratation et/ou d'une kératine abîmée ;
- **si le cheveu s'étire d'environ un tiers de sa taille et retrouve peu à peu sa forme initiale** : son élasticité est normale ;
- **si le cheveu s'étire fortement et retrouve sa longueur initiale** : son élasticité est élevée grâce à un très bon équilibre entre hydratation et teneur en protéines ;
- **si le cheveu s'étire fortement, mais sans revenir à sa forme originale** : c'est souvent le signe d'un manque de protéines, a fortiori s'il est mou et s'emmêle facilement quand il est mouillé. Il est probablement affaibli et aura besoin dans ce cas d'un soin profond, riche en protéines, pour lui apporter force et vigueur.

Pour interpréter ces résultats, prenez aussi en compte la nature de vos cheveux : s'ils sont très fins, vous ne pouvez pas attendre d'eux autant d'élasticité que des cheveux plus épais. Nous verrons dans le chapitre suivant quels besoins cela peut révéler de vous.

VOTRE CUIR CHEVELU EST-IL BIEN PROTÉGÉ ?

Le sébum est une matière grasse produite par la glande sébacée, attachée à chaque follicule pileux. Son rôle est essentiel pour protéger le cuir chevelu des agressions extérieures (bactériennes, climatiques, chimiques, etc.) ou

des irritations et pour lubrifier le cheveu, qui devient ainsi souple et brillant. C'est également un bon antioxydant naturel. Plus inattendu : le sébum joue aussi un rôle dans la sexualité en véhiculant des odeurs qui participent de la reconnaissance olfactive du partenaire, contribuant à nourrir une attirance ou une aversion.

C'est uniquement lorsque le sébum est produit en excès que le cheveu devient gras : les racines sont asphyxiées, les follicules engorgés et les cheveux deviennent lourds et plats. On estime que 40 % des Français seraient concernés¹⁰.

Votre cuir chevelu est très semblable à la peau du reste de votre corps. Si vous avez une peau à tendance grasse et acnéique, alors votre cuir chevelu aura lui aussi tendance à produire beaucoup de sébum. Si votre peau sèche facilement et que vous devez utiliser des crèmes hydratantes, il est probable que votre cuir chevelu ne produira pas beaucoup de sébum. Cependant, il existe des cas où la peau est sèche et le cuir chevelu plus gras, et inversement.

Le niveau de sécrétion du sébum varie totalement d'une personne à l'autre, et nous verrons qu'un excès de sébum est lié au fonctionnement des organes internes, aux hormones sexuelles, aux hormones du stress et toujours en réponse à notre état émotionnel. Il est fréquent que les cheveux graissent davantage à la puberté chez les garçons et en période de préménopause chez les femmes. Certains types de cheveux semblent également plus disposés à produire du sébum, en particulier le cheveu de type africain¹¹.



TESTER LE NIVEAU DE SÉBUM DE SES CHEVEUX

- Après vous être lavé les cheveux comme à votre habitude, laissez-les sécher à l'air libre. Attendez 12 à 24 heures.
- Prenez un mouchoir en papier ouvert en grand ou un essuie-tout. Appliquez sans frotter par une pression douce le tissu sur votre crâne.

Que vous ayez les cheveux courts ou longs, tamponnez de préférence sur le haut du crâne, sur la nuque, sur les tempes ou autour des oreilles.

- Observez attentivement votre papier à la lumière du jour ou sous une lumière vive :
 - **si vous voyez un dépôt de gras à la surface** : vos cheveux sont plutôt gras, vous produisez pas mal de sébum ;
 - **si vous ne voyez qu'une faible trace** : votre niveau de sébum semble normal ;
 - **si le mouchoir est totalement sec** : votre niveau de sébum est anormalement bas.

Si les résultats vous étonnent, n'hésitez pas à refaire ce test un autre jour, car les conditions météorologiques peuvent les influencer.

VOS CHEVEUX SE CHARGENT-ILS FACILEMENT ?

Nous avons vu que les cheveux sont des capteurs d'énergie. Ils sont particulièrement prompts à récupérer les charges positives présentes autour de vous. S'il est vrai que certaines conditions extérieures favorisent le phénomène, comme une faible hygrométrie¹², un air sec et surchauffé ou encore la présence de matériaux synthétiques dans l'environnement, il n'en reste pas moins que des facteurs intrinsèques entrent aussi en compte, comme le niveau d'hydratation des cheveux, leur teneur en sébum ou encore la stabilité de vos corps énergétiques.

La présence ou l'absence d'électricité statique est, à ce titre, un élément diagnostic intéressant à connaître en ce qu'il est révélateur d'un déséquilibre des énergies, qui peut donc venir de l'environnement et/ou de cause énergétique. Dans les deux cas, il y a tout lieu de prendre cela en charge, car lorsqu'il y a de l'électricité dans l'air, au sens propre comme au figuré, cela signifie que la tension monte et que l'esprit s'échauffe.



TESTER L'ÉLECTRICITÉ STATIQUE DE SES CHEVEUX

Répondez aux questions suivantes par oui ou par non.

- Vos cheveux ont-ils tendance à se hérissier lorsque vous les brossez ?
- Vos cheveux ont-ils tendance à se coller à vos vêtements lorsque vous les enlevez, surtout sur ceux qui sont synthétiques ?
- Vos cheveux sont-ils voletants autour de vous, dans la journée ?
- Si vous approchez votre main, sont-ils attirés par elle au point de se soulever ?

Si vous répondez oui à au moins deux de ces questions, il y a des chances que vos cheveux emmagasinent de l'électricité statique.

VOTRE CHUTE DE CHEVEUX EST-ELLE NORMALE ?

Il est normal de perdre plusieurs dizaines de cheveux chaque jour. Leur nombre varie aussi en fonction de la densité (faible ou élevée) qui est la vôtre. Ainsi, pour certaines personnes, une chute quotidienne de 20 cheveux est habituelle, quand pour une autre une moyenne de 70 peut l'être tout autant.

On peut considérer que la fourchette de la normalité s'étend de 10 jusqu'à 100, *a fortiori* dans les saisons intermédiaires que sont le printemps et l'automne, quand les cheveux ont tendance à tomber davantage.

Les chutes de cheveux (dont le terme scientifique est « alopécie ») concerneraient 84 % des femmes et 72 % des hommes, selon un sondage Ifop¹³ de 2014.

QUAND S'INQUIÉTER DE SA CHUTE DE CHEVEUX ?

Pour être sûr de faire la différence entre une chute normale et une calvitie débutante, des chercheurs ont élaboré un test facile rapide et efficace baptisé « 60 secondes de peignage¹⁴ ».

Comment le réaliser ?

Peignez vos cheveux pendant 60 secondes au-dessus d'un oreiller ou d'une serviette (de couleur claire si vos cheveux sont foncés ou de couleur

sombre s'ils sont très clairs). Comptabilisez un à un le nombre de cheveux récoltés :

- **une moyenne de 10** est très bonne ;
- **entre 10 et 45**, cela reste dans la moyenne ;
- **au-delà de 45 à 50**, elle devient problématique.

9. Étude réalisée par l'Ifop pour Oxygen et Norgil auprès de 1 005 personnes entre le 15 et le 17 décembre 2014.

10. L. Capi, « Chevelure perdue, cheveux gras », in *Conseil Capilleo*, Capilleo, 2014.

11. A. Pappas, J. Fantasia et T. Chen, « Age and Ethnic Variations in Sebaceous Lipids », in *Dermato-Endocrinology*, vol. 5, n° 2, 2013.

12. Rappel : taux d'humidité de l'air.

13. Étude réalisée par l'Ifop pour Oxygen et Norgil auprès de 1 005 personnes entre le 15 et le 17 décembre 2014.

14. C. Wasko *et al.*, « Standardizing the 60-Second Hair Count », in *Archives of Dermatology*, juin 2008. R. Dhurat, « Hair Evaluation Methods: Merits and Demerits », in *International Journal of Trichology*, juillet 2009.

CHAPITRE 2

LES BESOINS RÉVÉLÉS PAR LES CHEVEUX

Lorsque vos cheveux sont affaiblis, qu'ils tombent anormalement ou deviennent gras, que le cuir chevelu se desquame¹⁵, vous avez la possibilité d'entendre le message qu'ils vous adressent et d'améliorer votre vie en vous reconnectant à votre véritable grandeur d'être. Les fragilités de vos cheveux vous dévoilent des informations précieuses. Elles peuvent vous renseigner sur les émotions dont vous avez à vous libérer ou sur les rigidités qui sont les vôtres et qui vous empêchent de vous ouvrir à une dimension plus joyeuse de votre vie. Ces derniers temps, vous avez remarqué que vous devenez de plus en plus sensible et réceptif. Vous avez aussi la possibilité de réaliser de plus grandes choses car les énergies sur la Terre permettent de vraies et rapides transformations. Vos pouvoirs spirites progressent de façon spectaculaire et l'attention portée à vos cheveux s'inscrit dans cette évolution.

Je vous propose de décoder quelques-uns des principaux troubles capillaires. Ayez conscience que certaines pistes que je vous transmets peuvent se chevaucher et qu'elles ne sont pas non plus exhaustives. C'est à vous de ressentir ce qui résonne à l'intérieur de vous-même. Peut-être ne rendront-elles pas compte de la spécificité et de la complexité de votre propre parcours personnel. N'oubliez pas alors que, lorsque vous êtes dans la confusion, vous pouvez appeler vos anges à l'aide pour vous éclairer et vous aider à prendre les meilleures décisions. Pas besoin de mode d'emploi, juste en leur parlant, en leur exposant votre intention dans le respect, la gratitude et avec la conscience de vous adresser à des êtres d'une telle pureté et d'une telle bonté qu'ils se consacrent 24 heures sur 24 au bien de l'humanité.

QUE PENSER DES CHEVEUX SECS ET CASSANTS ?

Des cheveux peuvent être secs et cassants faute de soins et/ou d'exposition prolongée au soleil, à la chaleur, aux eaux de baignade par exemple. Cet état peut aussi traduire une carence alimentaire en acides gras essentiels et vitamine E. Mais il peut aussi signifier un déséquilibre de l'élément métal. C'est lui qui, dans la médecine chinoise, gouverne le poumon et régit la souplesse de la peau, l'aspect brillant et soyeux des cheveux. Ce déséquilibre peut révéler la nécessité de mieux gérer un sentiment de tristesse ou de mélancolie.

Sur un plan psychologique, ces cheveux cassants nous invitent à nous demander si nous ne sommes pas parfois campés dans des positions un peu trop rigides. N'aurions-nous pas quelques difficultés à accepter le changement et nous y adapter ? Ils nous interpellent sur notre tendance à avoir des croyances figées ou à être un peu trop tranchant, c'est-à-dire radical, dans un sens ou dans l'autre.

Bien avant que ce soit d'autre, nous sommes de très bons saboteurs de nous-mêmes. Nous sommes en effet les premiers à nous rendre prisonniers des barrières intérieures que nous érigeons, souvent pour des besoins de sécurité, mais qui finissent par accroître notre insécurité en rendant encore plus difficiles l'adaptation à la vie et la connexion à notre source de sécurité infinie.

C'est finalement une invitation à mettre de la souplesse et de la flexibilité dans notre esprit, dans notre approche de la vie, dans nos croyances et nos rapports aux autres. Et une invitation à nous ouvrir au changement. Enfin, d'autres hypothèses sont possibles : un sentiment de tristesse prolongé ou un fonctionnement thyroïdien un peu faible (voir p. [71](#)).



LES QUESTIONS SPIRITES

Lorsque mes cheveux présentent une faiblesse, en l'occurrence ici une fragilité, ils m'invitent à creuser un peu en moi-même pour m'y recueillir. Je

peux me détendre, faire le silence en moi et, avec un regard lucide mais bienveillant, me poser les questions suivantes pour ressentir si je me sens concerné par l'une d'elles.

Est-ce je porte sur moi des jugements sévères ? Est-ce que je me sens réellement à l'aise dans la voie que j'ai choisie ? Est-ce que je m'abandonne avec confiance à la vie, avec une foi en moi et dans ma vie ? Ai-je le sentiment d'être en sécurité où que j'aie grâce à ma foi ? Est-ce que je m'autorise à écouter mon cœur d'Amour et à laisser cette énergie douce et apaisante envahir toute ma vie ?

Quelques pistes

Si c'est le cas, si l'une de ces questions me parle parce que je me reconnais en elle, alors, de ce fait, je reconnais une blessure ou une coupure entre moi-même et l'Être divin que je suis. Grâce au décodage que j'ai réalisé pour vous, vous disposez de la connaissance et des moyens précis afin que vous puissiez recréer ce lien. Grâce aux préconisations suivantes, parfois extrêmement concrètes comme l'équilibre d'un chakra en particulier, vous pouvez maintenant vous en emparer. Ce travail-là ne peut être accompli que par vous-même, à commencer par en prendre la décision. Puis, selon la nature des préconisations, vous pourriez vous aider de la méditation, de la prière, d'une nouvelle gestion de votre temps, de vos priorités et évidemment appeler vos anges en renfort.

« Je me permets une ouverture spirituelle afin que la lumière s'installe en moi et que je retrouve ma souplesse et ma joie de vivre. »

« Je me reconnecte avec mon cœur, là où mon divin réside. »

QUE PENSER DES CHEVEUX QUI ONT TENDANCE À S'AFFINER ?

Des cheveux très fins, et surtout des cheveux qui s'affinent avec le temps, peuvent indiquer un manque d'énergie vitale. Cela peut aussi suggérer une tension nerveuse importante qui devient chronique ou un stress quotidien difficile à gérer, peut-être du fait d'une hypersensibilité émotionnelle. Cela pourrait vous concerner en particulier si vous vous reconnaissez quelques-uns des symptômes suivants :

- tendance aux douleurs lombaires ;
- perte de libido ;
- manque de motivation ;
- fatigue, cernes sur le visage ;

- sommeil insuffisamment reposant ;
- cicatrisation lente.

Enfin, des cheveux qui s'affinent font souvent penser à une anxiété, aux émotions de peur qui viennent épuiser le méridien du rein, responsable de la vitalité et de la force des cheveux. On n'a pas toujours conscience de vivre ces émotions tellement elles peuvent être diffuses ou installées depuis longtemps : peur de l'avenir, de l'inconnu, de la maladie, de manquer, de ne pas être à la hauteur...

Dans ce cas, vos cheveux vous disent qu'il est important de vous libérer de ces peurs. Dans le monde spirite, la peur n'existe pas : elle naît de notre non-reconnaissance de l'Être divin qui siège en chacun de nous. La guérison ne peut venir que du cœur. C'est par l'acceptation pleine et entière de vous-même, et en laissant l'Amour entrer en vous, que la paix s'installe. Vous vous faites confiance et vos peurs s'évanouissent.



LES QUESTIONS SPIRITES

Est-ce que je suis parfois envahi par des peurs ? Ai-je conscience de qui je suis réellement ? Est-ce que je permets à mon âme de se réaliser en suivant le fil de ce qui me met en joie ? Ai-je peur de mes pouvoirs spirites ?

Quelques pistes

« Je redeviens l'être merveilleux que je suis, je reprends mon pouvoir d'être et mes peurs s'épuiseront. »

« Je pratique quotidiennement méditation et prière. »

« Dès qu'elle survient, j'essaie de dissoudre l'inquiétude dans la vibration d'amour. »

« Je fais appel à mes anges chaque fois je suis envahi, par exemple : "Donnez-moi, ici et maintenant, la force de gérer cette peur et de m'écarter de cette situation difficile et inconfortable pour moi." »

« Je développe ma médiumnité¹. »

1. Voir Lila Rhiyourhi, *Vous aussi, vous êtes médium*, Leduc, 2019.

QUE PENSER DES CHEVEUX QUI ONT TENDANCE À GRAISSER ?

Avez-vous observé si vous avez les cheveux gras à certaines périodes de l'année, ou bien par moments seulement, ou tout au long de l'année ? Si vous n'avez ce problème qu'au printemps, comme cela arrive fréquemment, peut-être cette production excessive saisonnière de sébum est-elle liée à une petite faiblesse du foie ou de la vésicule, très sollicitée à cette période. La peau et le cuir chevelu peuvent alors avoir tendance à graisser plus que d'habitude. Dans ce cas, un réglage alimentaire pourra peut-être suffire.

Si vos cheveux se mettent à graisser subitement ou progressivement, petit à petit, il est possible, là encore, que le foie soit concerné. Ressentiriez-vous parfois des émotions de colère, voire de haine, contre vous-même d'abord, contre les autres ensuite, ou éventuellement de l'amertume, de la rancœur, voire de la jalousie ? Ces émotions finissent par obscurcir notre esprit et nous ne voyons plus la réalité telle qu'elle est. Surtout, elles ne font de mal qu'à nous-mêmes. Elles nous coupent de nos talents, de nos dons et de la partie de nous qui aspire à se réaliser positivement.

Si vous pensez ne pas être concerné, d'autres pistes de décodage peuvent aussi être envisagées : cherchiez-vous par exemple à construire, sur le plan psychique, une sorte de barrière de protection entre vous et les autres, entre vous et l'extérieur, pour créer un genre d'effet savon « tout me glisse dessus » ? Pendant ce temps, vous n'apprenez pas à gérer ce qui vient de l'extérieur, ni à vous y adapter, ce qui ne fait qu'augmenter ce besoin de protection. Vos cheveux reflètent alors votre état intérieur en devenant encore plus gras.

INTERROGER L'HYGIÈNE DE VIE

Des facteurs externes peuvent aussi intervenir : la pollution atmosphérique, des soins inadaptés du cheveu ou une alimentation trop riche en sucres, en gras, en alcool... Le stress est également un facteur aggravant, comme pour tous les autres problèmes capillaires.

Chez l'homme, la persistance d'un excès de sébum est en lien avec la production des hormones sexuelles. Elle lui offre donc un beau message psychosomatique : elle l'interpelle quant à sa sexualité et sa relation au couple. L'homme aurait-il un doute quant à son choix de partenaire, quant à ses pratiques sexuelles ou sa vie amoureuse ? A-t-il le sentiment de devoir être agressif pour s'imposer ? En fait-il trop lorsqu'il soumet l'ensemble de sa vie à un esprit de compétition ? A-t-il besoin de démontrer sa virilité par une sexualité dominatrice ? L'invitation pourrait être d'accepter et d'accueillir sa polarité intérieure féminine pour devenir un homme entier, affirmé, sans avoir besoin de passer en force.



LES QUESTIONS SPIRITES

Suis-je en conflit avec moi-même ou avec l'extérieur sur le plan émotionnel (colère), sur le plan de mes choix amoureux ? Ai-je tendance à vouloir me protéger de tout, au point de ne rien laisser pénétrer en moi ? Ai-je peur du véritable pouvoir de ma sexualité ? Ai-je surtout peur du jugement des autres ?

Quelques pistes

« Je m'aime et m'accepte tel que je suis. »

« Je réalise combien ma lumière est grande et je me permets de rayonner. »

QUE PENSER DES CHEVEUX QUI DEVIENNENT CLAIRSEMÉS ?

Si vous souffrez d'importantes chutes de cheveux, une première question se pose : cela est-il ponctuel ou bien cela a-t-il tendance à revenir régulièrement, voire à être chronique ?

Cas d'une chute ponctuelle

Avez-vous récemment subi un choc émotionnel, vécu un stress intense, une déception, voire une trahison ? La réaction capillaire vous invite peut-

être à porter un autre regard sur l'événement que vous avez vécu. Quel qu'il ait été, la vie vous invite à accepter ce qui est afin d'aller de l'avant.

Cela pourrait supposer de faire appel en vous-même à des énergies d'amour, de pardon, et de comprendre votre propre responsabilité dans l'événement. Toute épreuve détient une information précieuse, une indication de la route qui est la nôtre, parfois même la révélation de quelque chose d'essentiel ou de prioritaire pour nous et que nous avons trop longtemps ignoré. Même le deuil peut nous inviter à reconsidérer notre rapport à la mort. Il peut être l'occasion, je le vois tous les jours, de commencer une communication apaisante avec le monde spirite.

Cas d'une chute chronique

Si vous perdez vos cheveux depuis plusieurs mois, il serait prudent de consulter et de faire procéder à des examens plus approfondis pour vous assurer de votre bon état de santé.

En l'absence de maladie, plusieurs hypothèses peuvent être évoquées. Je vous offre quelques pistes de réflexion, qui ne sont pas exhaustives. Ayez à l'esprit qu'elles peuvent être impliquées conjointement et agir en interaction. La relation que l'on a avec ses cheveux étant par nature intime, chaque situation est particulière. Aussi, si vous ne vous y retrouvez pas dans ces propositions, n'hésitez pas à consulter un énergéticien ou un magnétiseur pour un éclairage plus personnalisé.

- **Et s'il s'agissait d'un manque de fer ?**

Sont particulièrement concernées les personnes qui ne croient pas assez en leurs forces, en leurs talents, qui se dévalorisent et qui ne trouvent plus la motivation pour aller de l'avant. Au point que la question qui les taraude dans leur mental est : « À quoi bon ? » ou encore « Oui, mais... ». Ou bien, à l'inverse, celles et ceux qui s'épuisent à trop vouloir en faire pour les autres et qui se découragent.

LES QUESTIONS SPIRITES



Qu'est-ce qui me donne de la joie ? Quels sont mes talents ? Comment puis-je les mettre au service des autres ? Et me reconnecter à mes rêves profonds ?

Quelques pistes

En vous tournant vers le monde spirite, en méditant et en demandant par exemple d'identifier votre mission de vie, nul doute que vous y trouverez un important regain de vitalité.

- **Et s'il s'agissait d'un dérèglement de la thyroïde ?**

Les problèmes liés à la thyroïde peuvent suggérer des difficultés dans la gestion du temps. Le temps est une énergie que l'on peut vouloir ralentir ou accélérer. Certains veulent tout le temps aller très vite pour tout dans leur vie : vite trouver un travail, vite se marier... Ils sont souvent en hypermétabolisme et un peu « à fond » comme poursuivis par une urgence vitale. Cette course en avant peut parfois les empêcher de faire face à des peurs existentielles ou de se confronter à leurs aspirations réelles. À l'inverse, une activité trop faible de la thyroïde peut signifier croire manquer de temps pour faire ce que l'on voudrait réellement accomplir. Au point de mettre en sommeil ses projets et sa motivation. Ou la volonté de ralentir lorsque les choses vont trop vite et que l'on a le sentiment de ne plus rien maîtriser de sa vie. C'est alors à mettre en lien avec un vécu intérieur d'impuissance à vivre ce que l'on voudrait réellement.

Une autre composante symbolique de la thyroïde est liée à la communication et à l'expression du meilleur de soi. Cette connexion est-elle fluide ? Ma manière de m'exprimer reflète-t-elle celui/celle que je suis vraiment ? Est-ce que je m'autorise à développer ma créativité sacrée ?



LES QUESTIONS SPIRITES

Ai-je le sentiment d'avoir juste le temps qu'il me faut pour accomplir ce que j'ai à accomplir ? Ai-je suffisamment de calme en moi pour vivre au rythme qui me convient ? Dans mes propos, est-ce que je me concentre

sur l'expression des qualités en chacun et en chaque chose, évitant au maximum de porter des jugements ? Autrement dit, est-ce que je fais un usage responsable de ma parole ? Mes créations sont-elles inspirées ?

Quelques pistes

« J'ai conscience que tout arrive au bon moment. »

« Je prends le temps d'apprécier chaque instant car aucun autre comme lui ne se représentera. »

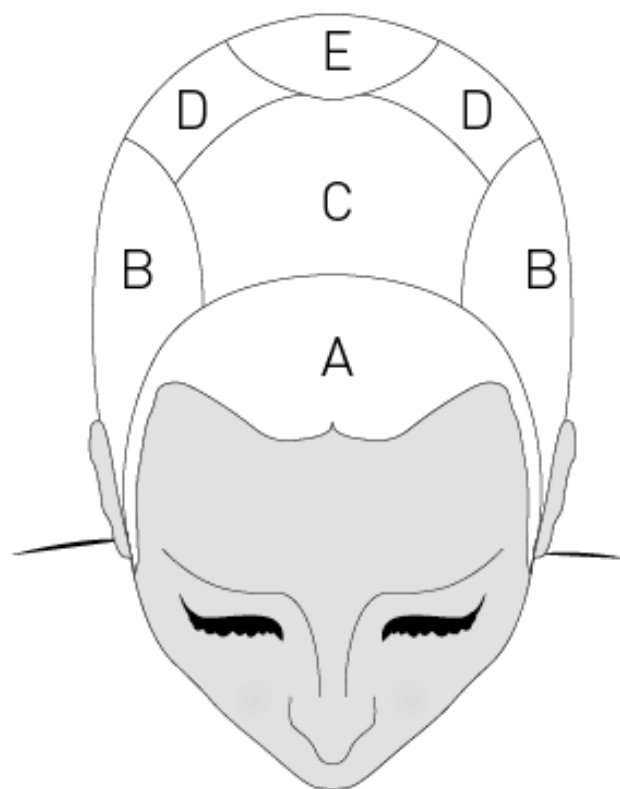
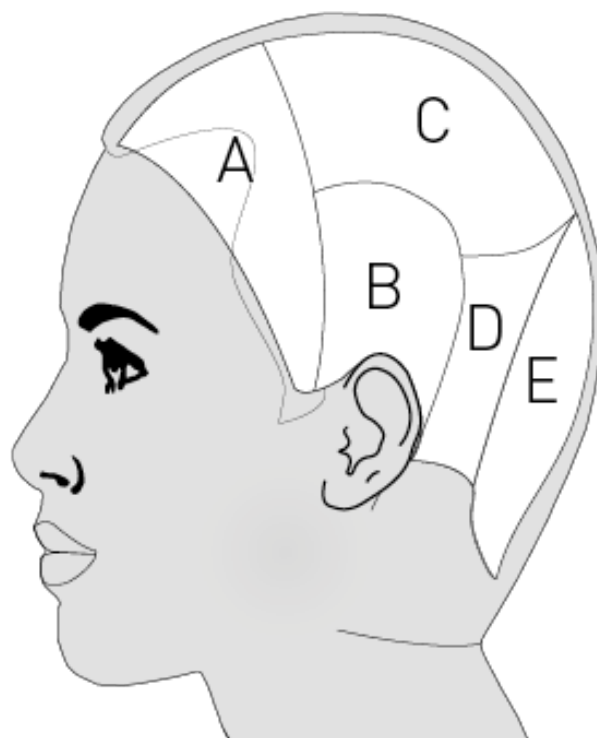
« Je découvre et je réalise ma divine mission, ce pour quoi je suis venu sur Terre. »

« J'équilibre mon chakra de la gorge. »

- **Et si ce n'était qu'une invitation à vous libérer de vos peurs ?**

Comme dans le cas des cheveux fins, stress, anxiété, tristesse peuvent à eux seuls induire d'importantes pertes de cheveux. Ces états consomment énormément de nutriments essentiels. Le corps est alors totalement focalisé sur le rétablissement de la paix intérieure et il n'y a plus d'énergie vitale pour les cheveux. Les messages précédents (cf. cheveux très fins) sont donc valables également ici. On pourrait juste essayer d'apporter quelques pistes de réflexion complémentaires selon si la chute est concentrée sur l'ensemble de la chevelure ou si certaines zones sont davantage concernées que d'autres. Dans la plupart des cas, les chutes de cheveux sont liées à la peur de perdre quelque chose de grande valeur à nos yeux ou d'avoir peur de la mort, de ne pas être aimé, de l'inconnu... La question centrale est donc : de quoi ai-je peur ?

CARTOGRAPHIE DU CRÂNE SELON LES 5 ÉLÉMENTS DE LA MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE



Légende :
A Élément eau

B Élément métal

C Élément feu

D Élément terre

E Élément bois

- Si j'ai des pertes dans la zone C (rouge), située au sommet du crâne (en lien avec le chakra du cœur), je me pose les questions spirites suivantes :
 - Suis-je ouvert à l'amour inconditionnel ?
 - Est-ce que j'accepte mes sentiments et suis-je ouvert à ceux des autres ?
 - Ai-je peur d'aimer, de ne pas être aimé ou de perdre l'amour ?

Les chutes dans cette zone doivent donner lieu à une consultation pour s'assurer de la bonne santé du système cardio-vasculaire.

- Si j'ai des pertes dans la zone A (violette), située sur le haut du front, je me pose la question spirite suivante : ai-je peur de la mort ?
- Si j'ai des pertes dans la zone B (bleue), située au-dessus des oreilles, je me pose les questions spirites suivantes :
 - Ai-je peur de l'avenir, de perdre le contrôle, de la solitude ?
 - Ai-je peur de l'imprévu ? De vieillir, de la mort aussi ?
 - Ai-je des phobies ?
- Si j'ai des pertes dans la zone D (verte), située derrière les oreilles, je me pose les questions spirites suivantes :
 - Ai-je l'habitude de ressasser mes soucis, mes tracas ?
 - Suis-je facilement inquiet au quotidien pour les petites choses ? Pour l'organisation, le matériel ? Ai-je l'habitude de m'inquiéter pour un rien ? De ruminer, de douter systématiquement de moi, des autres, de la vie, de ce que je fais ?
 - Ai-je peur de l'inconnu, de la nouveauté ? Ai-je souvent des doutes sur tout un tas de choses ? Ai-je tendance à avoir peur de l'étranger, de ce qui vient de l'extérieur ?

- Si j'ai des pertes dans la zone E (jaune), au-dessus de la nuque, je me pose les questions spirites suivantes :
 - Suis-je d'un caractère craintif ?
 - Ai-je l'angoisse de devenir fou, d'être persécuté, d'être suivi... ?
 - Est-ce que je manque de courage parce que je manque de foi dans ma vie, dans mes capacités ?

Si cette zone correspond aussi à la colère, à l'amertume, le plus souvent, derrière une émotion de colère se cache une tristesse ou une anxiété diffuse par manque de foi en soi.



LES QUESTIONS SPIRITES

Quelques pistes

- « J'élève ma conscience au sein de l'Univers. »
- « Je retrouve ma vraie grandeur. »
- « J'accepte de vivre ma divine mission sur Terre. »
- « Je me relie à ma partie spirite et j'accorde toute sa place à la lumière en moi. »
- « Je m'aime et je m'accepte comme je suis car je suis un être divin. »
 - **Et s'il s'agissait d'une peine de cœur ?**

Les cas de chutes consécutives aux ruptures amoureuses sont fréquents, en particulier chez les femmes. Bien sûr, elles sont consécutives à ce que nous avons décrit avant (du stress et un choc émotionnel), mais pas seulement. Il peut venir s'y greffer une autre dimension, qui devra être prise en compte pour arrêter la chute et stimuler la repousse.

Après une rupture, une femme peut être animée de la volonté inconsciente de renoncer à son pouvoir de séduction pour ne plus revivre cette situation. C'est une manière de rejeter l'amour. Cela renvoie dans l'inconscient collectif humain à des mémoires ancestrales où, de manière symbolique, la femme qui avait perdu son mari devait se raser la tête, notamment dans certaines ethnies africaines. Plus simplement, cela peut signifier pour la femme de se couper volontairement de sa féminité et de sa confiance en soi.



LA QUESTION SPIRITE

Est-ce que je me sens dévalorisé du fait d'avoir été rejeté ?

Quelques pistes

« Je décide de reprendre mon pouvoir que j'ai trop laissé dans les mains des autres. Je redeviens moi. »

« Je demande la présence bienveillante des guides à mes côtés et de leur amour inconditionnel ; je ressens cet accompagnement bienfaisant, je sais que je ne serai jamais seul. »

◦ Et si vous aviez peur de perdre le pouvoir ?

Chez les hommes, il n'est pas rare que l'excès de testostérone entraîne une calvitie précoce. La testostérone étant l'hormone du pouvoir, la personne peut se demander si elle a besoin d'imposer sur les autres une forme de dominance pour pouvoir s'affirmer. A-t-elle tendance à se montrer parfois agressive pour imposer son point de vue, pour garder sa place ou démontrer sa performance ?

L'invitation serait alors de rencontrer sa vraie force, celle qui lui permet d'être le chef parce que son attitude mesurée, son charisme et sa sagesse inspirent les autres. Elle serait aussi de réfléchir à la notion de pouvoir et, peut-être, de s'engager à la conquête de son pouvoir intérieur : celui de se réaliser, celui de se soumettre seulement à l'autorité divine qui est à l'intérieur de lui, son soi divin, sa divine présence, peu importe le nom que vous lui donnez.



LES QUESTIONS SPIRITES

Ai-je l'impression d'avoir perdu ma place de chef ? Ai-je besoin d'asseoir mon pouvoir par une combativité exacerbée ?

Quelques pistes

« Je décide de reconquérir mon pouvoir d'Être divin. »

« Je me mets au service de ma force intérieure. Je deviens un guerrier pacifique. »

QUE PENSER DES CHEVEUX ÉLECTRIQUES ?

Lorsque vos cheveux sont électriques, cela signifie que votre corps cherche à éliminer un surplus de charges positives pour retrouver sa neutralité électrique. Il vous montre qu'il s'applique en quelque sorte à se « décharger ». Sur un plan énergétique, c'est le plus souvent le signe d'un manque d'ancrage ou d'un excès de focalisation sur les énergies cosmiques ou sur le mental. Dans les deux cas, vos cheveux vous disent quelque chose d'important vous concernant. Ils vous invitent à adopter sans tarder une pratique quotidienne d'ancrage.

Cela consiste, chaque matin, à connecter vos corps physique et énergétique au noyau d'amour terrestre afin de les rendre solides, forts et en prise avec la terre et les réalités. Vous en sortirez gagnant, car vous serez moins déstabilisé sur le plan émotionnel durant la journée

et vos capacités de réalisation seront amplifiées. Cet ancrage vous procurera un bien-être physique, émotionnel et énergétique.



LA TECHNIQUE D'ANCRAGE MATINAL

- Mettez-vous debout et fermez les yeux.
- En conscience, faites 3 cycles d'inspiration/expiration pendant lesquels vous inspirez la lumière divine et, sur l'expiration, lente et profonde, vous l'envoyez à votre corps.
- Étendez les deux bras à l'horizontale, de chaque côté du corps, les paumes vers le sol.
- Visualisez que les énergies d'amour de la terre entrent par vos chakras des mains.
- Maintenez cette position quelques secondes.
- Tout en laissant vos bras à l'horizontale, tournez les paumes vers le ciel, avec la conscience de recevoir les énergies de lumière du ciel. Maintenez cette position quelques secondes.
- Les deux mains chargées de ciel et de terre, joignez-les dans le dos, paumes face à face. Puis ramenez-les de la même façon en avant, droit devant vous, toujours paumes face à face.
- Ensuite, toujours jointes, venez placer vos mains sur votre plexus solaire, les pouces en direction de votre plexus solaire.
- Mettez-y la conscience d'y placer tout l'amour qui se trouve en vous.
- Élevez vos deux mains dans cette position au-dessus de votre chakra coronal, situé 10 à 20 cm au-dessus de votre tête, et ouvrez-les.
- Enfin, tournez vos deux mains dos à dos et étendez-les comme pour ramasser toute l'énergie universelle. Ramenez-les à votre cœur dans la position de prière, les pouces toujours pointés vers le cœur.

Par ailleurs, cette pratique d'ancrage ne vous dispense pas d'éliminer de votre environnement les sources possibles de charges positives qui ont pour effet de nous fatiguer et de nous stresser. Elles sont provoquées par les matériaux synthétiques : moquettes, vêtements en

viscose, nylon, plastiques, par tous les appareils électriques, les écrans, le chauffage, le manque d'humidité de l'air. Ces conditions appauvrissent la teneur de l'air en ions négatifs, ce qui peut entraîner tout un tas de désagréments qui vont du stress à la migraine, en passant par la fatigue ou la déprime.

Il peut donc être utile, surtout l'hiver, de faire l'acquisition d'un humidificateur voire d'un ioniseur et de privilégier les vêtements en matières naturelles comme le coton, la laine, le cachemire, le lin. Si vos cheveux ne sont électriques qu'en cette saison, ces mesures devraient largement suffire. Cela peut aussi signifier que vous avez tendance à manquer d'énergie vitale en hiver, auquel cas il peut être utile de revoir votre alimentation et de vous accorder suffisamment de temps de calme et de récupération.

QUELLE SIGNIFICATION DONNER AUX PELLICULES ?

Sur le plan physique, les pellicules proviennent d'un renouvellement accéléré de la peau du crâne. La peau du cuir chevelu se renouvelle régulièrement, comme partout ailleurs sur le corps, généralement au rythme de 28 à 45 jours. Lorsque ce renouvellement s'accélère au point de se faire tous les 10 à 15 jours, des peaux mortes sont éliminées en quantité anormale. Ce sont les pellicules.

Elles sont associées au développement d'une levure, *Malassezia furfur*, qui irrite le cuir chevelu et donne des sensations de démangeaisons : ce sont les signes précurseurs des pellicules, qui peuvent être sèches ou grasses, selon le cuir chevelu.

Les pellicules sont influencées par le stress, en premier lieu, mais aussi par l'accumulation de toxines dans le sang. Les questions suivantes peuvent être posées :

- Y a-t-il quelque chose que je n'arrive pas à digérer (sur le plan psychologique ou émotionnel) ?
- Avec qui suis-je en conflit et qui me donne des irritations ? Avec un membre de la famille ? S'agit-il d'un conflit de séparation ?

- Suis-je souvent tracassé, est-ce que je me fais du mauvais sang ?
- Est-ce que je manque de joie de vivre ?
- Ai-je tendance à me dévaloriser ?



LA QUESTION SPIRITE



Est-ce que je me reconnais comme un Être divin ?

Quelques pistes

« Je décide de reprendre mon pouvoir, que j'ai trop laissé dans les mains des autres. Je redeviens moi. »

« Je m'émerveille devant l'être de lumière que je suis. »

« J'apprends à découvrir le divin en moi et tous les talents dont je dispose. »

15. Cela signifie que l'épiderme se renouvelle de façon anormale, conduisant à l'élimination visible de cellules comme les pellicules mais aussi à des démangeaisons du cuir chevelu.

TROISIÈME PARTIE

LA MAGIE DES CHEVEUX

Vous vous demandez certainement s'il est bon ou pas de masquer ses premiers cheveux blancs ou bien si telle couleur ou telle coupe apporte de meilleures énergies qu'une autre. Sachez déjà que vous vous posez les bonnes questions. Tout ce qui touche à l'apparence de nos cheveux agit bien plus en profondeur qu'on pourrait le penser.

En prenant soin de vos cheveux, vous prenez soin de votre âme. Vous lui permettez de mieux agir, de mieux s'incarner dans vos pensées, dans vos paroles, vos choix et vos actions. Si je parle de la magie des cheveux, c'est parce que, lorsque vous laissez votre âme vous guider, tout devient magique autour de vous. Lorsque l'âme agit, la magie opère dans votre vie. Vos cheveux vous aident à y accéder en libérant en vous l'énergie de votre force vitale et de vos pouvoirs spirites. Votre chevelure a bien des propriétés magiques et c'est pour que vous puissiez vous en saisir pleinement que je vous propose un éclairage spirite sur vos pratiques capillaires : vos choix de coiffure, de couleur et, pour commencer, votre routine quotidienne de lavage, de protection et de brossage. Je vous livre tous mes secrets pour être bien dans vos cheveux et dans votre vie.

CHAPITRE 1

SOINS SPIRITES DES CHEVEUX

Grâce à de bons soins spirites, vous pouvez fortifier vos cheveux. Ils vont retrouver de la force, de la vigueur et de la vitalité. On les étouffe encore trop souvent avec des produits inadaptés, trop peu naturels ou mal utilisés. Vous allez voir que vous n'avez pas besoin de grand-chose pour entretenir une magnifique chevelure. Avec les rituels que je vous transmets et qui m'ont été donnés par les spirites, vous pourrez les renforcer de l'extérieur comme de l'intérieur. Votre énergie, votre joie de vivre et votre beauté en seront sublimées.

COMMENT LES LAVER ?

Se laver les cheveux est un véritable soin spirite et, avant tout, une purification. En tant que capteurs vibratoires, vos cheveux absorbent des énergies bénéfiques, et d'autres nettement moins favorables. S'il n'est pas souhaitable de les shampooiner chaque jour, n'hésitez pas à les laver chaque fois que vous aurez vécu un événement douloureux ou stressant, et après tout bouleversement. Par l'acte de les passer sous l'eau, vous vous purifiez en profondeur. Plus vous accomplirez cet acte en conscience, c'est-à-dire en l'accompagnant de votre intention, de votre présence pleine et entière à l'action de purification qui est en train de se réaliser, plus il sera efficace.

Avec quels produits ?

Tous les shampoings ne se valent pas. On en trouve encore beaucoup trop qui sont composés de molécules bon marché issues de la pétrochimie. Certaines de ces substances sont cancérogènes, d'autres étouffent les cheveux, irritent le cuir chevelu et, à la longue, peuvent les fragiliser, voire favoriser l'apparition de pellicules ou une surproduction de sébum.

Cela inclut les sulfates, qui servent à faire mousser le produit. Ils donnent l'impression de nettoyer mais, en réalité, c'est la base lavante présente dans le shampoing qui retire les impuretés. Soyez donc vigilant face à l'appellation « huiles minérales », souvent utilisée pour nommer ces résidus de la pétrochimie.

Pour mieux prendre soin de ses cheveux, il convient de changer quelque peu ses habitudes. Le shampoing n'est pas censé faire briller, hydrater ou nourrir la chevelure. Tout cela relève de la fonction de l'après-shampoing. Or, la plupart du temps, ce sont les silicones inclus dans les shampoings qui donnent à la chevelure cette apparence de brillance. Cet effet, malheureusement, n'est que superficiel et ces matières ne sont pas sans poser problème. Elles recouvrent les écailles des cheveux d'une sorte de vernis plastique, les rendant plus imperméables aux véritables soins. Sur le long terme, cette fine couche hermétique formée autour de l'écaille empêche le cheveu d'absorber les matières nutritives que vous lui apportez.

Laver ses cheveux, c'est d'abord et avant tout les libérer de toutes leurs impuretés et négativités, puis, dans une seconde phase, vous leur prodiguerez un soin pour les hydrater, les nourrir et les protéger.

Quel shampoing choisir ?

Il ne faudrait employer que des produits naturels. Avant l'arrivée de l'industrie cosmétique, les femmes savaient nettoyer leur cuir chevelu avec le vinaigre, le jus de citron, les savons gras, les argiles ou les décoctions de plantes. Le mot anglais *shampoo* vient de l'hindi *champna*, qui désigne une fleur utilisée comme huile odorante pour les cheveux.

Aujourd'hui, il est un peu plus difficile d'élaborer au quotidien ce type de cosmétique, à moins d'avoir le temps de se préparer chaque jour de fraîches décoctions et d'avoir sous la main une eau de source pour laver ses cheveux. Les eaux dures altèrent en effet les propriétés détergentes du savon.

DOUCE OU DURE ?

Une eau est dite « dure » lorsqu'elle contient une grande quantité de

minéraux dissous en particulier du calcium, c'est pourquoi on parle aussi d'eau calcaire. Il existe une échelle précise qui définit le seuil à partir duquel l'eau est considérée comme douce, moyennement dure ou très dure. Ainsi, au-delà de 60 mg/l de calcium, l'eau est qualifiée de modérément dure, très dure au-dessus de 120 mg/l et très douce en dessous de 24 mg/l. Pour savoir si vous êtes concerné, vous pouvez demander à votre mairie ou vous rendre sur le site <https://solidarites-sante.gouv.fr/sante-et-environnement/eaux/eau> pour faire une recherche d'analyse sur votre commune. Mais sachez qu'en France, près de 80 % du territoire est concerné par les eaux dures.

Vous trouverez facilement des shampoings composés de produits naturels bio qui n'agresseront pas les cheveux et préserveront leur santé. Mais vous pouvez aussi vouloir un peu plus encore et utiliser un produit que j'ai spécialement créé pour nettoyer les cheveux.

Pour qu'un shampoing soit efficace, il faut une substance qui dissolve les impuretés physiques. Pour cela, j'utilise une base lavante naturelle, c'est-à-dire un savon liquide de pH neutre, fabriqué à partir d'huiles végétales (et sans sulfates évidemment). Mais pour que le shampoing retire également les impuretés psychiques et énergétiques, j'y ajoute un ingrédient précieux : du sel de la mer Morte, aux propriétés extraordinaires de purification et de régénération. Ce sel est issu d'un lac formé il y a plus de 25 millions d'années et situé à 400 mètres en dessous du niveau de la mer. C'est l'une des rares substances terrestres dont la pureté et l'intégrité sont restées préservées.

Lors du procédé de fabrication, mon shampoing bénéficie d'une magnétisation exclusive. Avec l'aide des spirites, il reçoit une élévation énergétique. Il est également programmé grâce à une information vibratoire spéciale qui lui confère des propriétés purificatrices et protectrices physiques, émotionnelles et spirituelles. Composé à 100 % d'ingrédients d'origine naturelle, il nettoie en profondeur tout en respectant la protection naturelle des cheveux.

De la nécessité de l'après-shampoing

Vous avez compris que pour prendre soin de ses cheveux, le mieux est de modifier sensiblement ses habitudes en optant pour un shampoing sain bio qui libère les cheveux des impuretés et pour un après-shampoing qui va les nourrir et les protéger.

Grâce au diagnostic que vous avez posé sur vos cheveux dans la partie précédente (voir p. [41](#)), vous saurez avec plus de précision de quel type d'après-shampoing vous avez le plus besoin. Selon que vos cheveux sont plutôt secs, gras, peu ou très poreux, vous pouvez désormais orienter le choix de votre après-shampoing.

Certains après-shampoings, bien équilibrés, peuvent toutefois convenir à tous les types de cheveux. Ils doivent être composés d'un agent hydratant (lait de coco, d'avoine, aloe vera...) et d'un agent nutritif de soin (huile végétale de première qualité) ; certains pouvant d'ailleurs faire les deux, comme l'huile de coco.

Vous aurez aussi la possibilité d'utiliser mon après-shampoing adapté à tous les types de cheveux et efficace sur cheveux secs, abîmés et colorés. Comme pour le shampoing, il aura bénéficié d'un processus énergétique visant à lui donner des propriétés accrues de vitalité et de protection.



MON CONSEIL SPIRITE

Faites-vous un rituel pour prendre soin de vos cheveux : les laver, les nourrir et les protéger. Ritualisez le moment, faites-en un instant sacré.

Par votre volonté, par votre amour pour vous-même et par votre foi, vous pouvez donner beaucoup plus d'efficacité au soin que vous allez leur prodiguer. De cette façon, votre âme et votre corps agissent à l'unisson pour vous apporter le meilleur. Par cette attention, vous verrez que vous leur apporterez aussi bien plus que de la beauté. Ils vous le rendront dans la vie de tous les jours par votre intuition, votre confiance, votre paix intérieure.

Dès que l'eau coule sur vos cheveux, prononcez la prière suivante :

« Cette eau est devenue l'eau de la source, elle va nettoyer, renforcer et protéger mes cheveux. Merci. »

Puis, pendant le lavage, le soin, visualisez vos cheveux tels que vous les aimeriez : brillants, souples, forts, épais ou autres.

Vous pouvez y ajouter une intention positive par exemple :

« Mes cheveux sont de plus en plus forts. »

À la fin, remerciez-vous et remerciez les spirites.

ENTRETIEN

Au quotidien, le brossage des cheveux constitue à lui seul un soin capillaire et, plus encore, un secret de beauté et de longévité. En effet, pas moins de quarante points d'acupuncture se trouvent sur la tête, sans parler des douze méridiens qui s'y rejoignent. Brosser ses cheveux en douceur revient à stimuler tous ces différents points et ainsi à s'offrir un véritable soin énergétique de santé ; à condition bien sûr de le faire avec une brosse dotée d'un manche en bois et composée de poils en matière naturelle, de type poils de sanglier ou même de chèvre.

Nul besoin toutefois d'asséner à vos cheveux les légendaires cent coups de brosse, ce serait beaucoup trop les fragiliser. Mais se brosser d'avant en arrière et d'arrière en avant, deux fois par jour, matin et soir, est une pratique recommandée. Faites-le en conscience, en douceur et en prenant votre temps pendant environ deux minutes. Ce massage relance tout votre métabolisme. Il favorise la circulation sanguine dans le cuir chevelu, ce qui assainit et relance la pousse. Vous vous sentirez revigoré. Vous éliminerez du stress, de la fatigue, et atténueriez les insomnies. Votre esprit sera plus clair et vous vous octroierez à peu de frais un soin antiâge.

De temps en temps, une fois par semaine par exemple, il est bon d'offrir à vos cheveux un soin spécifique, qui les aidera à retrouver ou à garder une pleine vitalité et, plus encore, si nécessaire, stimulera leur repousse. Vous pouvez par exemple alterner les quatre rituels spirites suivants pour en réaliser un par mois, ou bien choisir celui que vous préférez. Pour les pratiquer, vous devrez vous procurer de l'huile de nigelle vierge extra, 100 % pure et pressée à froid, de préférence bio. Vous la conserverez à l'abri de la chaleur et de la lumière.

L'huile de nigelle, trésor des cheveux

Trop peu connue, l'huile de nigelle est un secret de vitalité des cheveux visiblement bien gardé. Cette huile est extraite de la graine de cumin noir. Elle est appelée « huile des pharaons », car elle était connue il y a déjà trois mille ans des anciens Égyptiens pour ses multiples vertus.

La nigelle aurait servi de produit de beauté aux reines Nefertiti et Cléopâtre. Une fiole a même été retrouvée dans la tombe de Toutankhamon. Très riche en acides gras essentiels, en vitamine E, en minéraux, en actifs anti-inflammatoires, etc., l'huile de nigelle possède les propriétés d'assainir le cuir chevelu et de renforcer les cheveux. Surtout, elle ralentit leur chute, favorise et stimule leur repousse. Elle assure un soin capillaire complet à elle seule. Grâce à sa teneur en caroténoïdes antioxydants et antiradicalaires, elle stimule la production de mélanine, le pigment responsable de leur coloration. N'est-il pas étonnant qu'en France, la plante soit connue sous le nom de « cheveux de Vénus » ? Se pourrait-elle qu'elle nous donne ses incroyables cheveux ?



MAGNÉTISEZ VOTRE HUILE DE NIGELLE

Après avoir acheté votre huile de nigelle, vous allez lui donner un supplément d'énergie pour la rendre encore plus efficace (action que l'on décrit sous le terme de « magnétisation »).

Pendant 7 jours de suite, consacrez quelques minutes de votre temps pour la charger d'une belle énergie : chaque soir, par exemple, prenez le flacon dans vos mains et envoyez-lui avec amour une intention de vitalité. Si cela vous aide, vous pouvez imaginer qu'une lumière venant du ciel et pénétrant par le sommet de votre crâne suit la trajectoire de vos bras, puis de vos mains, et se concentre dans le flacon jusqu'à briller intensément, comme une source lumineuse.

Vous pouvez ajouter cette prière : « Puisse cette huile donner de la vigueur à mes cheveux. »

Rituels spirites pour la santé des cheveux

Je vous propose quatre rituels différents et je vous invite à en pratiquer un de manière régulière chaque semaine, le jour de votre choix. Libre à vous de tous les essayer et de retenir celui qui vous convient le mieux, ou bien d'alterner toutes les semaines et de recommencer ainsi chaque mois. Pour les pratiquer, privilégiez autant que possible des ingrédients bio que vous trouverez en magasins spécialisés. Il vous faudra des œufs, de l'ail blanc et rouge, du miel, de l'huile d'argan (facultatif) et de l'huile de nigelle que vous aurez magnétisée.

1. Dans un bol, écrasez deux gousses d'ail. Ajoutez-y une cuillerée à soupe de miel et, éventuellement, une cuillerée à soupe d'huile d'argan ou de nigelle. Mélangez le tout. Appliquez cette pâte avec vos doigts ou avec une spatule en bois sur vos cheveux secs et votre cuir chevelu. Laissez-la en place pendant environ 30 minutes ou plus, sous un film alimentaire, puis rincez-vous abondamment les cheveux, à l'eau de source si possible.

2. Coupez un ail rouge en deux. Massez-en votre cuir chevelu en faisant des mouvements circulaires. Vous pouvez laisser reposer 60 minutes ou le faire le soir et couvrir votre tête d'un film alimentaire. Le lendemain ou une heure après, lavez vos cheveux normalement et ajoutez de l'eau de rose à votre eau de rinçage si vous souhaitez faciliter l'élimination de l'odeur.

3. Dans un bol, mettez un jaune œuf. Ajoutez-y une ou deux gousses d'ail émincé, une cuillerée à soupe d'huile de nigelle ou d'argan. Appliquez le mélange sur le cuir chevelu en faisant des mouvements circulaires. Couvrez votre tête d'un film alimentaire et laissez poser le plus longtemps possible avant de vous laver la tête – une heure au minimum et une demi-journée si vous le pouvez.

4. Mettez un peu d'huile de nigelle sur vos doigts et massez-en légèrement toutes vos racines en faisant des mouvements circulaires. Vous aurez besoin d'environ une cuillerée à soupe d'huile. Laissez poser toute la nuit sous un film alimentaire. Le matin, shampooinez et rincez normalement vos cheveux lors de votre douche habituelle.

Si vous avez récemment perdu beaucoup de cheveux et que vous souhaitez relancer intensément leur repousse et/ou freiner l'apparition des cheveux

blancs, vous pouvez aussi faire appel, en plus, aux propriétés de l'huile essentielle de romarin à cinéole. Ses vertus sont également précieuses pour traiter le cuir chevelu, réparer les cheveux abîmés, équilibrer le terrain. Elle améliore le métabolisme cellulaire et stimule la croissance. Son efficacité sur la repousse a été prouvée scientifiquement, au point qu'il a été montré qu'elle fait jeu égal avec le traitement médicamenteux de référence, le minoxidil, auquel on déplore de nombreux effets secondaires¹⁶. Au bout de six mois, les résultats obtenus par l'huile essentielle de romarin sont équivalents, avec l'avantage de respecter votre corps et votre santé.

BIEN L'UTILISER

L'huile essentielle de romarin s'utilise en mélange, avec une huile végétale de nigelle, à raison d'une cinquantaine de gouttes pour 100 ml d'huile.

Si vous le pouvez, appliquez-en sur le cuir chevelu en massant doucement, le soir au coucher, pour le laisser agir toute la nuit. Sinon, au moins une heure avant votre shampoing habituel.

NUTRITION

Votre alimentation joue un rôle important dans la santé de vos cheveux. Elle doit être équilibrée, suffisamment riche en nutriments essentiels et de bonne qualité énergétique.

Pour qu'un produit végétal ou animal apporte une bonne qualité nutritionnelle, il doit autant que possible avoir grandi sans intrants chimiques (ni pesticides, ni engrais chimiques, ni insecticides), dans un sol sain, et avoir été cultivé ou élevé avec amour. Car il n'y a pas que la présence des nutriments qui compte, mais aussi leur biodisponibilité pour le corps ainsi que leur qualité vibratoire, c'est-à-dire leur niveau énergétique.

Lorsque sont présents des résidus chimiques ou des émotions douloureuses, votre corps doit faire l'effort de les éliminer, comme des toxines. L'énergie qu'ils vous apportent est alors en partie utilisée pour leur propre dépollution. Elle ne peut plus être réorientée vers les organes qui en ont besoin. En outre, ce surplus de travail fatigue votre organisme. Aussi,

je ne recommanderai jamais assez de vous alimenter, autant que possible, avec des produits sains, biologiques, et de leur apporter un supplément vibratoire par cette prière : « Puisse cet aliment fournir à mon corps tout ce dont il a besoin. » Ou celle-ci : « Puisse cet aliment procurer à mon corps la santé. »

Vous pouvez aussi pratiquer le rituel spirite que je vous propose ci-après afin d'amplifier la capacité de votre corps à absorber ces nutriments.



RITUEL SPIRITE POUR LA NUTRITION ET LA SANTÉ DES CHEVEUX

- Rassemblez plusieurs carrés de papier blanc, de préférence naturel (le moins traité chimiquement possible).
- Écrivez sur le premier le mot « fer » au stylo noir. Continuez avec les autres, en inscrivant un seul nutriment par papier : « cuivre », « zinc », « vitamines B », etc.
- Prenez une enveloppe que vous consacrerez à cet usage. Écrivez dessus « nutriments ». Mettez vos papiers à l'intérieur.
- Demandez aux spirites de charger ces nutriments grâce à la prière suivante :

« Moi [prénom, nom], en ce jour, ici et maintenant, je demande que mon corps physique se mette sur les fréquences du fer et de... [citer votre liste de nutriments] et d'en absorber les quantités nécessaires à mon rétablissement. Pour maintenant. »
- Les nutriments dont vos cheveux ont particulièrement besoin :
 - des protéines animales ou végétales (volaille, poissons, œufs, produits laitiers, protéines végétales, légumineuses, noix et graines) ;
 - des oligo-éléments, en particulier du cuivre, du fer, du zinc et du sélénium ;
 - des vitamines A (végétaux colorés rouges, orange, jaunes, verts), B (amandes, noix, céréales, levure de bière, germe de blé), C (acérولا, argousier, goyave, poivron rouge, kiwi, ananas, fraise, orange), D (poissons gras, chocolat noir, œufs, champignons) et E (noix, avocats) ;

- des antioxydants (légumes orange et verts, fruits rouges – en particulier cranberry, raisin, framboise, grenade –, persil, cumin, gingembre, pollen, noix, noisettes, pruneaux, pommes, thé vert, cacao) ;
- des acides gras essentiels (oméga-3 et oméga-6) ;
- quelques sources de zinc : fruits de mer, abats, graines de sésame, de citrouille, noisettes, germe de blé, lentilles, shiitakés ;
- quelques sources de cuivre : abats, levure alimentaire, noix, cacao, sésame, pois chiches, lentilles.

16. Y. Panahi, M. Taghizadeh, E. Marzony, A. Sahebkar, « *Rosemary Oil vs Minoxidil 2% for the Treatment of Androgenetic Alopecia: A Randomized Comparative Trial* », in *Skinmed Journal*, vol. 13. 2015.

CHAPITRE 2

LA COULEUR DE VOS CHEVEUX

Les cheveux étant de nature spirite, vous devinez bien que leur couleur a une importance. Leur pigmentation aura une incidence sur votre vitalité, votre intuition, votre confiance et votre humeur. Celle qui vous a été donnée de naissance est *a priori* parfaite pour vous. Elle doit suffire à votre réalisation personnelle, professionnelle et spirituelle. Cependant, nombreux sont ceux qui modifient leur couleur naturelle. En Europe, plus de 60 % des femmes colorent leurs cheveux et 10 % des hommes¹⁷ le font également. Au-delà de 35 ans, cette proportion atteindrait 66 % chez la femme.

Vous-même n'avez-vous pas été, par moments, attiré par certaines teintes ? Dans ce cas, il est intéressant de vous demander quel besoin cela pouvait exprimer et comment cette couleur a pu éventuellement vous aider à franchir certaines étapes, ou renforcer certains de vos dons. Chaque couleur est sacrée. Elle vibre sur une fréquence spécifique, qui apporte sa propre énergie aux vôtres, soit pour s'harmoniser avec, soit pour les compléter, pour les stimuler. La couleur sur les cheveux affecte votre manière de percevoir les événements et d'intégrer les énergies spirites. Bien choisie, elle peut servir votre joie de vivre et votre évolution spirituelle, à condition d'être suffisamment protectrice et respectueuse de votre cuir chevelu.

L'ORIGINE DE LA COLORATION

La couleur naturelle du cheveu lui vient de la mélanine, un pigment biologique présent sous différentes formes dans l'organisme : l'eumélanine chez les bruns, l'érythromélanine chez les roux et la phaéomélanine chez les châains et les blonds. Les variations de concentration de ces trois

pigments créent toutes les nuances naturelles des couleurs de cheveux, qui vont du noir le plus intense (la couleur la plus courante dans le monde) au blond le plus clair, en passant par le roux, le châtain et le brun.

L'envie de changer sa couleur de cheveux ne date pas d'hier. Elle semble pouvoir être retracée à 5 000 ans en arrière. Dès l'Antiquité, il existait même des recettes de teinture très élaborées, en témoigne celle qui a été découverte dans un document gréco-romain. On y apprend que les Grecs masquaient leurs cheveux blancs avec des teintures noires. Ils utilisaient des préparations à base de chaux éteinte, d'eau et d'oxyde de plomb. Ils avaient en outre bien conscience de la dangerosité du plomb. Ils l'employaient sous une forme chimique qui restreignait au minimum la diffusion du métal toxique dans l'organisme, au point d'être en conformité avec nos normes actuelles. En Égypte, les feuilles du henné servaient à colorer les cheveux en noir (tout comme en Inde), en plus de leur apporter brillance et souplesse. Chez les Gaulois, on avait recours à la chaux pour éclaircir les cheveux.

Chaque couleur émet une vibration, dégage un rayonnement d'une certaine qualité d'énergie. Elle va donc favoriser certains aspects plutôt que d'autres, sauf le blanc, qui est la somme de toutes les longueurs d'onde de la lumière, donc de toutes les couleurs visibles. D'ailleurs, n'avons-nous pas les cheveux blanc pur lorsque nous vieillissons, à l'image de la sagesse que nous avons acquise ?

Cela étant dit, cassons tout de suite les mythes sur les couleurs : il n'y a pas une teinte meilleure qu'une autre. Sur un plan purement spirituel, les couleurs claires (blond) comme les couleurs foncées (noir) véhiculent des qualités spirituelles, et pas nécessairement celles auxquelles vous pensez spontanément. Ainsi, le blond des rayons solaires est davantage relié à la polarité masculine des pouvoirs sacrés, tandis que le noir associé à la déesse mère est davantage porteur de la polarité féminine des pouvoirs sacrés. La déesse Isis, les Vierges noires et la plupart des autres représentations qui incarnent le pouvoir de création sont dotées de cheveux de couleur noire.

COLORATION ET RITUEL

Pour s'accorder de bonnes grâces et placer les unions sous la protection divine, la coloration des cheveux faisait partie des rituels ancestraux tel que le mariage. Ainsi en était-il traditionnellement au Maroc. Les cheveux de la mariée recevaient pour l'occasion une application de henné. La plante n'était pas choisie par hasard : elle était recherchée tant pour son effet coloré que pour ses pouvoirs de protection spirite. Le jour du mariage, les cheveux étaient colorés au henné. Une fois coiffés, ils recevaient encore un œuf en gage de fécondité, ainsi que des dattes et du miel pour le bonheur. Henné et œufs étaient ainsi souvent employés ensemble pour l'association de leurs vertus magiques. Quant au henné, il continuait ensuite d'être utilisé par les femmes après leur mariage, une fois par mois, en application sur leurs cheveux.

De tout temps, se colorer les cheveux n'a jamais été un acte anodin. Aujourd'hui, tout est devenu possible en matière de teintures capillaires, jusqu'aux couleurs les plus flashy, roses ou violettes.

Le mieux est de vous limiter aux colorations végétales les plus douces possible pour le cuir chevelu et la santé des cheveux. Non seulement les colorations chimiques fragilisent les cheveux, mais elles peuvent à la longue affecter votre santé. Nombreuses sont les études¹⁸ ayant établi des liens solides entre les teintures chimiques et le risque de cancer chez la femme. Aussi, je vous recommande vivement, lorsque vous faites faire des couleurs, de choisir des coiffeurs qui utilisent des colorations végétales non agressives.

FAUT-IL GARDER SA COULEUR NATURELLE ?

Ce qui est surtout important au regard de sa vie (et même des spirites), c'est d'être bien dans sa peau, en paix avec soi-même, d'avoir confiance en ses capacités et foi en sa vie. Si une couleur plus accentuée ou plus claire peut vous y aider, il faut bien sûr se l'autoriser, tout en prenant soin de ses cheveux et en ayant recours à des procédés les plus respectueux possible, qui bannissent les produits chimiques agressifs.

Quant au choix de la couleur, il ne peut être que personnel et intime. Bien sûr, chaque couleur dégage des vibrations spécifiques qui la caractérisent.

Cependant, une même teinte peut favoriser certaines émotions chez une personne en particulier, et d'autres chez une personne différente, selon son propre psychisme, son tempérament et son état vibratoire du moment. Ainsi, certaines couleurs vont plutôt bien se fondre avec un type de personnalité, avec des aspirations à certains moments de la vie et, pour d'autres, elles aideront à renforcer certains aspects d'eux-mêmes. Vous le verrez dans le prochain paragraphe, un éclaircissement peut apporter un surplus de confiance en soi, une tonalité rousse un surplus de joie de vivre et de peps, une tonalité brune de l'affirmation et de la sécurité, par exemple.

Une étude conduite par l'université publique de Nottingham en Angleterre a montré que se teindre les cheveux confère aux femmes un supplément de confiance et d'assurance. La majorité d'entre elles estiment que cela augmente leur probabilité d'aider quelqu'un dans la rue ou, à leur tour, de demander de l'aide ou un service, ou encore de savoir se faire respecter à la maison, en famille¹⁹.

Modifier sa couleur peut aussi être d'un bon soutien pour entamer une nouvelle phase de sa vie, pour un nouveau démarrage ou marquer une rupture avec le passé. Elle nous aidera à ancrer le changement dans tous nos corps énergétiques et à laisser derrière nous l'épreuve que nous avons subie.

Dans ces cas-là, il peut être utile d'opter pour une teinte assez éloignée de sa couleur afin qu'elle nous donne la force de repartir de zéro, de tirer un trait sur le passé et de faire du neuf.

En revanche, si vous avez besoin de changer fréquemment de couleur de cheveux, cela pourrait-il traduire une recherche d'identité ? Avez-vous le sentiment de vous être rencontré ? De vous être uni intérieurement avec cet Être profond et lumineux qui ne demande qu'à se dévoiler à vous ? Parfois, à vouloir adopter la stratégie du caméléon, peut-être finit-on aussi par échapper à son propre regard. Dans ce cas, il est bon de se poser et d'écouter le message de son Être de lumière et de ses anges pour se stabiliser.

Vous l'aurez aussi compris, c'est bien plus le pouvoir que vous donnez à cette couleur par votre volonté, votre cœur et votre psychisme qui compte. L'image que vous avez de votre couleur vous influence. Elle modifie votre propre perception de vous-même, donc celle des autres sur vous par voie de conséquence.

Il s'agit ainsi avant tout de se plaire à soi, d'être à l'aise avec son image pour se juger digne d'être apprécié et aimé des autres.

COMMENT CHOISIR SA COULEUR ?

L'essentiel est de s'écouter et de garder sa couleur naturelle ou d'en choisir une qui résonne avec l'intérieur de soi. Dirigez-vous vers une teinte qui vous attire, qui plaît à votre cœur et qui dégage une vibration qui vous appelle. Si c'est le cas, vous en avez peut-être besoin pour vous aider temporairement, soit à intégrer ce que vous êtes en train d'acquérir, soit à l'incarner au quotidien.

Aidez-vous de vos expériences passées. Si vous avez déjà adopté une couleur très différente de celle qui vous est naturelle, vous avez dû ressentir ou faire certaines choses pendant la période où vous la portiez. Essayez de vous en souvenir et de les noter. Qu'avez-vous vécu avec cette couleur ? Dans votre travail, votre santé, votre vie personnelle ? Était-ce positif ? Voilà des informations à prendre en compte également. Essayez surtout de prendre de la distance vis-à-vis des stéréotypes associés aux couleurs, car ils sont culturels. Ils varient selon l'histoire, les pays et les croyances. Au Vietnam, les longs cheveux noirs constituent encore le standard de la beauté féminine, au point que, traditionnellement, les jeunes filles arrêtaient de couper définitivement leurs cheveux vers l'âge de 6 ou 10 ans. Chez les Massais, c'est le crâne rasé qui incarne la beauté féminine. Dans la Grèce antique, les prostituées avaient les cheveux blonds, couleur de la débauche.

Toutes les couleurs de cheveux ont été décriées et encensées selon les pays et les traditions. C'est dans votre cœur que le choix doit s'opérer. Mais pour vous aider un peu, je vais vous proposer quelques traits généraux concernant chaque grande famille de couleurs de cheveux.

LES ÉNERGIES DES PRINCIPALES COULEURS

La couleur blonde

Restons sur des couleurs assez proches de celles qui existent naturellement, plutôt le blond clair doré dans toutes ses nuances. Cette couleur rappelle celle des champs de blé brillant à la lumière du soleil. Le blé évoquant symboliquement l'abondance, mais aussi la fertilité et la fécondité, il se pourrait que ce soit l'une des raisons pour lesquelles les hommes trouvent les blondes plus attirantes. Les percevraient-ils inconsciemment comme ayant une meilleure fertilité ? Quoi qu'il en soit, parce qu'il est de la couleur de la lumière et assimilé aux rayons solaires, le blond va attirer les regards. Et aussi les jalousies. C'est donc une couleur qui demandera un plus haut niveau de protection énergétique au quotidien. Elle peut peut-être en revanche conférer à celles et ceux qui en manquent un peu plus d'audace et d'assurance et les aider à chasser la fatigue mentale.

Sur un autre plan, le blond peut apporter un supplément de lumière à son esprit si l'on a besoin d'y voir plus clair. Il peut aussi favoriser le contact avec le monde spirite. Il est à mettre en lien avec la flamme christique de l'illumination, de couleur dorée. Ce rayon d'énergie spirite sacré véhicule en premier lieu l'amour inconditionnel, puis la sagesse, la guérison. Mais c'est le niveau vibratoire de celui ou celle qui la porte qui la rend réellement rayonnante, ou non.

La couleur châtain (du châtain clair au châtain foncé – brun)

Aussi la couleur marron peut-elle apporter de la sécurité, du confort et de l'apaisement. Elle peut favoriser la réflexion pragmatique, l'esprit de décision et de concentration.

En prise avec l'élément terre, elle peut vous permettre de renforcer vos liens avec elle et d'amplifier votre connexion aux esprits de la Terre, à sa sagesse ainsi qu'à sa source infinie de connaissances et de guérison.

La vibration de la couleur châtain au niveau de la tête peut avoir un autre avantage : celui de nous aider à ralentir, à adopter un rythme plus doux et à écarter le stress. Son pouvoir peut rendre plus facile le fait d'établir des limites autour de nous et de savoir les faire respecter.

Assumer cette couleur naturelle de cheveux permet de dégager une énergie de force, d'affirmation. Elle est l'expression d'un être qui vit pleinement son identité dans l'alignement avec lui-même. Son leitmotiv pourrait être alors : « Je plais aux autres parce que je suis bien avec moi-même. » Enfin, cette vibration n'est pas dénuée d'érotisme et de sensualité.

La couleur noire

Comme la longueur d'onde de la couleur noire absorbe les énergies négatives, le noir des cheveux apporte une réelle protection. Une partie des négativités se trouve éliminée par la vibration noire – autant qui ne se retrouveront pas dans vos corps énergétiques. Les couleurs claires, à l'inverse, sont beaucoup moins filtrantes.

Porter cette couleur peut aider ceux qui ont momentanément besoin d'un renfort de puissance intérieure.

Couleur archétypale des pouvoirs spirites du féminin sacré, le noir peut en soutenir l'expression : guérison, magie, science inspirée, chamanisme. Elle est en lien avec l'énergie d'intériorisation, de méditation, de prise de conscience et de médiumnité de la pleine lune.

Toutefois, cette couleur ne va pas à tout le monde. Elle peut être dure, et la vibration difficile à harmoniser sur une personne dont la peau est de teinte claire et les cheveux de couleur naturelle blond clair à blond foncé. Un changement énergétique aussi radical pourrait même être difficile à vivre, sinon inconfortable.

Contrairement aux idées reçues, il n'y a pas que la couleur blonde qui rayonne : le noir aussi irradie autour de lui. Par rapport aux couleurs claires, il rayonne beaucoup plus profondément les énergies qui sont à l'intérieur. Il se peut que le tempérament de la personne apparaisse de manière plus visible, ce qui explique peut-être pourquoi on attribue un fort caractère aux personnes qui la portent.

La couleur rousse

En tant que base orangée avec des intensités variables de rouge, la couleur rousse dégage une forte énergie. En lien avec l'élément feu, le roux dans les cheveux accentue leur nature yang masculine. Ceux qui la portent peuvent

bénéficier, dans toutes leurs énergies, d'un supplément de force, de puissance et de vitalité, ainsi que d'une capacité à ne pas transiger. Se considérant l'égale de l'homme, Lilith, première femme d'Adam, aux cheveux roux flamboyants, ne fut-elle pas mise à l'écart par manque de servilité ?

La nature de cette couleur stimule le dynamisme, mais aussi l'enthousiasme et la joie de vivre. Une étude a montré que les femmes rousses se sentent globalement moins anxieuses et moins dépressives que les autres²⁰. Pour ceux qui ont des difficultés à aller vers les autres, cette teinte peut leur donner un complément d'audace pour le faire et favoriser les contacts sociaux. Les nuances de roux sont d'ailleurs les couleurs qui semblent – plus encore que le blond – attirer l'attention.

Si vous êtes d'un naturel plutôt très nerveux ou colérique, si la paix intérieure n'est pas un acquis facile à maintenir en vous-même, il peut être judicieux d'éviter cette couleur dans vos cheveux. Elle pourrait accentuer cette difficulté en amplifiant la tendance à tout exagérer et empirer.

Cette vibration au niveau des cheveux donne au cœur un pouvoir amplifié dans la connexion spirite. Si la faculté d'amour inconditionnel est au rendez-vous, cela peut faciliter l'éclosion de beaux pouvoirs d'utilisation de la magie.

Sur le plan de la sexualité, il ressort d'une enquête menée par le chercheur hambourgeois Werner Habermehl auprès de centaines de femmes allemandes que les rousses ont une activité un peu plus intense que les autres²¹. Que ce soit la croyance des partenaires qui engendre cette réalité ou pas, les femmes aux cheveux roux auraient des relations sexuelles au moins une fois de plus par semaine que le reste de la population. Certains chercheurs en font une interprétation plus prosaïque : le gène de la rousseur est né d'une mutation génétique. Des scientifiques comme Jonathan Rees, au département des sciences de la vie de l'université d'Édimbourg, estiment qu'il n'a pu se répandre ces 50 000 dernières années que grâce à une sélection positive de la part des mâles pour cette couleur. C'est-à-dire que les hommes ont privilégié la couleur rousse en

vue de leur reproduction. Au fil des millénaires, il a pu s'inscrire dans l'inconscient collectif l'association entre roux et sexualité.

Par ailleurs, l'appel du roux fonctionne aussi chez la femme, aussi, messieurs, attention : si votre partenaire se teint les cheveux en roux, cela pourrait signifier qu'elle attend de vous quelque chose de plus épanouissant.

Couleurs flashy et bubble-gum

Récemment, sous l'influence des stars et des réseaux sociaux, des chevelures roses, bleues, vertes, mauves ou violettes sont apparues. On n'hésite plus à s'afficher sur le tapis rouge avec des cheveux roses. On ne compte plus non plus les adolescentes qui arborent fièrement des cheveux multicolores. On parle de « *galaxy hair* ²² ».

On peut y voir deux phénomènes intéressants.

- **Un rite de passage avant l'âge adulte ?**

Il ne reste plus beaucoup de moyens de se démarquer du rang, pour des adolescents. Après les périodes des punks, des hippies..., il leur faut être inventifs. Casser le code des couleurs leur permet de s'affranchir d'une certaine uniformisation et d'afficher clairement leur liberté. D'autres y voient inconsciemment une ultime possibilité de provocation avant de devoir rallier une certaine conformité sociale, nécessaire pour faire sa place dans la société, ou bien encore d'exprimer le besoin de rester dans l'enfance.

Autre possibilité, autre problématique psychologique : face à la difficulté de s'insérer sur le marché du travail, de pouvoir se trouver un logement et d'être autonome financièrement, certains ados sont tentés de faire prolonger le vécu de l'enfance. Encore une fois, le cheveu va en être l'expression. La manière de les colorer ou de les coiffer véhicule un message, un malaise ou, tout simplement, un rite de passage dans la conquête de son identité d'adulte.

- **Un franchissement vibratoire ?**

Je vous ai déjà parlé du chakra coronal dont la fonction est de vous relier au monde spirite. Les deux couleurs qui sont en lien avec ce

chakra sont le blanc et le violet. Aussi, oser colorer ses cheveux en violet peut marquer une progression spirituelle de l'humanité qui ne craint plus d'oser la couleur de sa spiritualité. Ainsi, dans l'absolu, avoir des cheveux de couleur violette peut être sensé sur le plan énergétique. En revanche, si le procédé nécessaire pour l'obtenir est l'étape de décoloration du cheveu par un produit oxydant afin d'obtenir un blanchissement, alors il vaut mieux éviter. Si la couleur peut être obtenue par simple coloration végétale, alors pourquoi pas vivre une fois cette expérience et observer ? Cela change-t-il quelque chose à vos perceptions ? À votre conscience de vous-même ?

Si le violet vous attire, je vous recommande toutefois vivement de commencer par des colorations éphémères, qui peuvent faire leur petit effet.

17. European Commission, comité scientifique santé, février 2016.

18. C. E. Eberle, D. P. Sandler, K. W. Taylor, A. J. White, « *Hair Dye and Chemical Straightener Use and Breast Cancer Risk in a Large U.S. Population of Black and White Women* », in *International Journal of Cancer*, 2019 ; P. Saitta, C. E. Cook, J. L. Messina et al., « *Is There a True Concern Regarding the Use of Hair Dye and Malignancy Development?: A Review of the Epidemiological Evidence Relating Personal Hair Dye Use to The Risk of Malignancy* », in *The Journal of Clininical and Aesthetic Dermatology*, vol. 6, n° 1, 2013.

19. Dr Mark Sergeant, « *The Clairol Nice 'n Easy Study* », Nottingham Trent University, 2008 ; étude réalisée auprès de 205 femmes âgées de 25 à 66 ans.

20. K. O' Regan, « *Red Hair in Popular Culture and the Relationship With Anxiety and Depression* », université de Cork, thèse, 2014.

21. « *Redheads have better sex lives* », in *Daily Mail*, 16 août 2006.

22. *Galaxy hair* : des cheveux colorés avec des teintes très proches des couleurs qui apparaissent sur les photos que nous avons de la galaxie.

CHAPITRE 3

COMMENT ACCUEILLIR VOS CHEVEUX BLANCS ?

Les tracasseries, les peurs, la fatigue, l'âge, le manque de nutriments essentiels, de sommeil, l'influence de la génétique, tout cela peut conduire à l'arrêt progressif de la production des pigments capillaires. Selon une découverte récente du généticien Andres Ruiz-Linares, l'âge moyen d'apparition des premiers cheveux blancs serait variable selon le type ethnique de cheveux. Il se situerait aux alentours de 35 ans pour le cheveu de type caucasien, autour de 40 ans pour le type asiatique et de 45 ans pour le type africain²³.

À partir de la cinquantaine, la chevelure des femmes serait à moitié recouverte par les cheveux blancs.

Pourquoi certains en ont-ils très tôt et d'autres très tard ? Faut-il chercher à les recouvrir ? Comment accepter cette couleur ? Ces questions invitent chacun, toujours et à nouveau, à tourner son regard vers soi. Lorsqu'ils surviennent, nos cheveux blancs ont des choses à nous dire. À nous de les écouter pour mieux prendre soin de nous et nous accueillir dans une nouvelle étape spirituelle. Et si nous faisons le choix de les aimer, ne pourraient-ils pas nous conduire vers une nouvelle dimension illimitée de nous-mêmes ?

LES CHEVEUX BLANCS : MALHEUR OU BÉNÉDICTION ?

En vérité, tout dépend de vous. La vraie question est la suivante : « Suis-je en accord avec le fait d'arborer mes cheveux argentés ? Ou bien suis-je en conflit avec leur apparition ? Font-ils jaillir en moi des émotions négatives, de la colère, de l'inquiétude ou du désamour avec l'image de moi ? »

Si vous êtes en accord avec cette couleur qui survient, cette blancheur

aux reflets argentés pourra vous aider dans une nouvelle étape de votre évolution spirituelle. Certains l'arborent même fièrement par choix et décolorent leur chevelure pour y parvenir. Ces cheveux blanc argent peuvent donc apporter une magnifique vibration si vous êtes en accord avec elle.

FAUT-IL SYSTÉMATIQUEMENT S'EN SATISFAIRE ET S'Y RÉSIGNER ?

En fait, tout dépend de la raison de leur venue. Si les cheveux blancs apparaissent pour des raisons de stress, d'anxiété, de faiblesse énergétique, de manque de vitalité, le signal qu'ils envoient peut permettre de prendre conscience de cette force à réactiver à l'intérieur de soi. C'est une invitation à guérir de ses peurs et à prendre soin de ses énergies.

Même chose s'ils apparaissent prématurément, par excès de toxines dans le corps par exemple. Dans ces cas, entreprendre la démarche d'en découvrir la cause à l'intérieur de soi et agir dessus sera de nature à réaligner l'être sur son centre d'énergie vitale. Il se pourrait ensuite que les cheveux reprennent leur couleur naturelle. Il existe par exemple de nombreux témoignages attestant du retour à une pousse vigoureuse et colorée après quelques semaines ou mois de la pratique quotidienne des bains dérivatifs.

UNE MÉTHODE ANCESTRALE DE LONGÉVITÉ

C'est un naturopathe allemand, Louis Kuhne, qui le premier fit connaître en Europe la technique du bain dérivatif employée de façon millénaire par les Chinois. Cette pratique s'appuie sur les bienfaits thérapeutiques du froid afin d'entretenir la vitalité de l'organisme. Elle consiste à bien s'emmitoufler dans des vêtements chauds et à exercer une friction douce des deux plis de l'aîne et du périnée à l'aide d'un gant imbibé d'eau froide. Cela peut se pratiquer chez soi avec une bassine ou un bidet en faisant un geste continu de va-et-vient entre l'eau froide et la zone qui va du pubis jusqu'à l'anus, pendant une dizaine de minutes. Il faut juste éviter de le faire dans les deux heures qui suivent les repas. Elle peut aussi être pratiquée avec des poches de gel. Après avoir été refroidies au congélateur, glissez-les dans un tissu et restez assis dessus pendant une heure environ.

Cette pratique a pour effet d'éliminer jusque dans le crâne les toxines qui peuvent perturber le bon fonctionnement du système capillaire. En même

temps, entreprendre ce nettoyage en douceur contribue à libérer vos cellules d'énergies anciennes et lourdes, ce qui les revitalise et purifie votre organisme.

Chaque fois que vous agissez depuis une émotion de joie, que vous accueillez la vie avec allégresse, que vous vous aimez, votre corps se revitalise. Et sachez que plus vous fusionnez avec votre Être d'essence divine, plus votre corps physique se régénère. Il peut donc rester en pleine santé très longtemps et repousser l'âge dit « normal » d'apparition des cheveux blancs.



RETARDER L'APPARITION DES CHEVEUX BLANCS : LE CONSEIL SPIRITE

- Chaque jour, prenez une dizaine de minutes pour nourrir vos cellules de lumière.
- Imaginez que vous inspirez une lumière divine.
- Sentez l'énergie de cet amour lumineux pénétrer dans chacune de vos cellules.
- Voyez-la dissoudre tout ce qui les encombre, ce qui les pollue, pour resplendir de lumière.
- À chaque nouvelle inspiration, vos cellules emmagasinent un peu plus de lumière.
- Sur l'expiration, vous irradiez de l'amour inconditionnel.
- Poursuivez 10 minutes, jusqu'à vous sentir comme une étoile scintillante.
- Votre corps se reconstruit et se régénère.

LA MAGIE DES CHEVEUX BLANCS

Si, malgré tous vos efforts, vos cheveux restent blancs, vous avez peut-être un travail à faire autour de cette acceptation. Vous pourriez avoir besoin de vous poser et de prendre un temps d'arrêt pour entrer dans une nouvelle

étape de votre vie. Il pourrait vous être demandé de vous réapproprier pleinement votre pouvoir sur votre vie. Auriez-vous trop laissé les pressions extérieures prendre le pas sur votre emploi du temps ? Sur vos décisions ? Avez-vous pris le temps d'écouter cette voix qui résonne en vous et qui aspire à se réaliser sur le plan spirituel ? Cette voix qui vous pose les questions suivantes : « Ai-je découvert tous les talents qui sont les miens et que je peux mettre au service d'autrui ? Suis-je en joie avec ma vie ? » Voilà les interpellations des cheveux blancs lorsqu'ils persistent en masse malgré vos démarches pour les ralentir. Et s'ils étaient là pour vous aider à vous recentrer sur votre Être d'essence divine et à vivre cette transformation intérieure ?

Avoir des cheveux blancs n'est pas forcément synonyme de déclin. Il est bon de revisiter l'image collective que l'on a à leur sujet ; une image très soumise au diktat du jeunisme qui prévaut dans notre société. Déjà, ces messieurs doivent savoir que les trois quarts des femmes les trouvent attirants avec les cheveux gris, selon un sondage du site Match.com réalisé en 2016. Ensuite, dans l'histoire, le fait d'être grisonnant n'a pas toujours été un handicap, bien au contraire.

Lao Tseu, le père fondateur du taoïsme, véritable pilier de la philosophie chinoise, serait né avec les cheveux et les sourcils blancs. Les Chinois y voient l'expression de la pureté de son âme émanée du ciel après une gestation de 81 ans. Le principe du tao, c'est justement d'accueillir ce qui vient, de découvrir ce qui est caché au plus profond de soi et d'accorder tous ses corps, physique, mental et émotionnel, à son corps de lumière. Ensuite, il n'y a plus qu'à laisser les choses agir d'elles-mêmes.

Enfin, nombreux sont les mythes dans lesquels les dieux et déesses qui ont les cheveux blancs sont ceux qui portent le plus haut les valeurs de la sagesse.

Avec l'âge, nous grandissons et nous évoluons sur le plan spirituel. Nos expériences de vie nous amènent à nous révéler à nous-mêmes. Au fil du temps, au fur et à mesure que nous nous unissons à notre essence divine, nous nous mettons au service de Dieu sur Terre. Autrement dit, nous mettons notre temps et nos talents à la disposition des autres pour les aider

et faire avancer le bien de l'humanité. Cela se traduit en quelque sorte par la pure blancheur argentée qui se manifeste extérieurement, dans les cheveux.

Par le passé, ceux qui se paraient délibérément de cheveux blancs étaient notamment les rois des ^{xvii}^e et ^{xviii}^e siècle, dont les perruques devaient être parfaitement blanches. Ils avaient recours à la farine et au talc pour y parvenir. Ainsi, ceux qui étaient convaincus d'incarner le pouvoir divin sur Terre arboraient cette chevelure blanche dans toutes leurs apparitions officielles. La même chose est restée et demeure encore en vigueur aujourd'hui chez les magistrats et les avocats au Royaume-Uni et dans plusieurs états du Commonwealth. Les représentants de ces professions portent une perruque qui symbolise la chose suivante : nous sommes inspirés par une autorité supérieure à nous, le monde divin, pour rendre des décisions de justice.

QUELLE VIBRATION ATTENDRE DE CETTE COULEUR ?

La chevelure semble de teinte argentée lorsque vous avez un mélange de cheveux colorés et de cheveux blancs. L'énergie de cette couleur vous aide à aller plus en profondeur dans la rencontre de votre nature divine. Elle vous soutient dans les choix et décisions que vous pourriez faire afin de développer vos pouvoirs psychiques, de vous mettre au service du Bien avec l'aide des spirites ou encore de renouer avec votre enfant intérieur, qui n'est que pure joie. Grâce à son énergie, vous pourriez trouver plus facile de développer votre aptitude à la diplomatie, la communication douce et la réconciliation. C'est aussi une couleur qui soutiendra toutes vos demandes dans le domaine spirituel.



DEMANDEZ L'AIDE DU RAYON ARGENT

Si vous voulez développer votre sagesse intérieure et vos pouvoirs spirites (incluant votre intuition, votre médiumnité), vous pouvez demander aux anges et aux maîtres ascensionnés de la flamme argentée de vous aider, par exemple avec la prière suivante. Vous pourriez prendre quelques minutes, chaque matin, pour la prononcer tout en méditant sur la pénétration de la couleur argentée dans vos cellules.

« Je suis un être de feu argent.

Je suis prêt(e) à recevoir l'amour, la compassion et la sagesse des déesses et du rayon argenté.

Je demande que mes pouvoirs du féminin sacré soient pleinement activés.

Je réclame mon droit de naissance divin.

Qu'il en soit ainsi, il en sera ainsi. »

Lorsque tous les cheveux repoussent sans aucune pigmentation, l'ensemble de la chevelure devient d'un blanc pur couleur neige. Tout cela a du sens. Avec l'âge qui avance, la couleur blanche est celle qui ravira le teint et lui donnera le plus d'éclat et de beauté.

Par ailleurs, accepter le blanc a un autre avantage spirite : il connecte avec le rayon blanc sacré de l'ascension, qui unit le soi humain au soi divin. S'il est médité et prié, ce rayon peut apporter le bonheur de vivre en accord avec soi et accompagner la plus belle des transformations.

La couleur blanche détient en effet l'ensemble des codes de toutes les autres couleurs. Elle représente le terme d'un parcours, l'achèvement d'une évolution spirituelle. Celle-ci est accessible à chacun. Lorsque l'on cherche simplement à se perfectionner, à avoir des pensées et des émotions pures, le rayon blanc de l'ascension est à nos côtés pour ancrer en nous la lumière, la paix, la joie profonde.

Une telle chevelure vous aide à vous alléger de tout ce qui ne sert à rien, à vous épurer, à vous purifier et à retrouver l'essence ultime de votre lumière intérieure. Lorsque l'on s'approche du terme de son parcours, elle peut préparer tout en douceur au voyage qui sera celui du retour dans les mondes de lumière. C'est le moment de transmuter en lumière tout le passé, tout ce que l'on a vécu, toutes ses créations, ses émotions.



DEMANDEZ L'AIDE DU RAYON ARGENT

« Rayon blanc, rayon blanc, rayon blanc de la pureté divine.

Entre en moi, pénètre-moi, enveloppe-moi.

Active en moi la puissance de la flamme blanche

Et permets-moi de comprendre la conception immaculée de toutes choses

Afin que je manifeste la pureté divine en tout acte, pensée ou parole. »

23. K. Adhikari, T. Fontanil, S. Cal, *et al.*, « A Genome-Wide Association Scan in Admixed Latin Americans Identifies Loci Influencing Facial and Scalp Hair Features », in *Nature Communications*, vol. 7, 2016.

CHAPITRE 4

QUELQUES COIFFURES MAGIQUES

Pourquoi coiffer ses cheveux d'une certaine manière ? En tant que pilier d'intégration des forces célestes dans le terrestre, la manière d'agencer ses cheveux peut être vectrice d'harmonie ou au contraire de disharmonie. Vos cheveux sont vecteurs de force vitale, d'intuition et d'autres qualités spirites, y compris vos pouvoirs sacrés féminins et masculins. Aussi, la manière de les coiffer ou de ne pas les coiffer est importante. Par la forme que nous leur donnons, nous pouvons en faire un support de notre évolution spirituelle, mais aussi un soutien au quotidien dans nos vies pour nous réaliser.

Par votre manière de les coiffer, il vous est possible de mieux vous protéger, d'agir sur vos énergies, d'amplifier vos facultés intuitives ou encore d'accentuer vos pouvoirs masculins ou féminins sacrés.

POURQUOI ATTACHER SES CHEVEUX ?

Vous vous demandez peut-être pourquoi recourir à de telles choses alors qu'il serait tellement simple de les laisser librement flotter au vent. Vous pouvez le faire, bien sûr, mais je vous le conseille plutôt lorsque vous êtes dans l'intimité, dans la nature ou dans un endroit dont vous êtes sûr qu'il vous ressource profondément. Au quotidien, si vous avez les cheveux longs (je vous l'ai déjà dit), je vous recommande vivement de les attacher lorsque vous travaillez, lorsque vous êtes dans les transports en commun ou dans tout lieu chargé d'énergies possiblement négatives. Cela évite qu'ils absorbent en masse les négativités de l'environnement dans lequel vous vous trouvez.

N'hésitez pas à le vérifier par vous-même, faites le test. Gardez vos cheveux longs détachés toute une journée et notez bien comment vous vous sentez le soir venu, avant de vous laver. Le lendemain, attachez vos cheveux et observez la différence. Au travail, maintenir ses cheveux longs attachés n'est pas l'expression d'une quelconque soumission, c'est une pratique d'hygiène énergétique.

Dans d'autres cas, comme les méditations et les soins spirites, il peut, au contraire, être absolument nécessaire de les détacher pour que rien ne puisse faire obstacle à la bonne circulation des énergies et au processus de communication et/ou de guérison.

Quelles coiffures peuvent vous protéger ? Renforcer vos pouvoirs ? Je vous propose maintenant d'en découvrir quelques-unes, mais n'hésitez pas à être créatif. Soyez à l'écoute de ce qui résonne en vous-même. Là où va notre intérêt, notre joie..., se trouve souvent la solution à ce dont nous avons besoin.

La tresse

Les tresses semblent être apparues avec les premiers hommes. Les statues les plus anciennes que l'on ait découvertes et qui représentent des femmes aux cheveux tressés sont la Dame de Brassempouy et la Vénus de Willendorf, qui datent de plus de 25 000 avant J.-C. Bien plus tard, en Égypte antique, les tresses sont toujours de rigueur et les femmes qui le pouvaient portaient des perruques tressées ornées de bijoux, de pierres précieuses et de fils d'or.

La tresse est une coiffure sacrée dotée de pouvoirs magiques. Ses qualités spirites vont varier selon l'identité de celui ou celle qui la porte, de son âge et du contexte. Cependant, toute tresse évoque une force vitale contenue et maîtrisée de manière harmonieuse.

Porter la tresse est d'abord la marque d'un lien spirite. En tressant nos cheveux, nous signifions d'une certaine façon que nous nous sentons unis au treillis chevelu de l'Univers infini, que nous nous mettons au diapason avec lui. Cela manifeste notre lien à la Terre, au Père céleste et à la Trinité divine de quelque tradition que ce soit. Notre fameux héros Samson, dont

nous avons déjà parlé (voir p. [26](#)) portait sept tresses qui l'unissaient un divin. Les hommes mandchous²⁴, à la culture chamanique forte, portaient une très longue tresse qui leur descendait dans le dos, connue sous le nom de « file d'attente ». Cette coiffure traditionnelle fut imposée en signe de soumission à tous les Chinois lorsque les Mandchous conquièrent la Chine dans les années 1640 et renversèrent la dynastie Ming pour fonder la dynastie Qing.

Chez la femme, la tresse prend d'autres dimensions. On tressait les cheveux de la jeune fille pour montrer qu'elle était apte au mariage, pour rendre visible son pouvoir de séduction tout en signifiant que sa sexualité était sous contrôle et qu'ainsi elle resterait vierge. Ainsi, les traditions ancestrales ukrainiennes illustrent-elles bien cette fonction. Selon des pratiques qui remontent à une période préchristique, dès que la jeune fille atteint 6 ans, ses cheveux sont noués en une tresse unique pour la première fois. On formule le vœu qu'elle ait un heureux destin amoureux. Avec sa natte, elle devient « apte » à être aimée et acquiert le statut de prétendante au mariage. La tresse, synonyme de virginité, est coupée juste avant ses noces selon un rituel précis, qui signe alors sa soumission à son mari.

UNE DEMOISELLE DONT ON PEUT DEMANDER LA MAIN

On observe la même pratique chez les Maures, où la tresse de la jeune fille est à la fois le symbole de sa féminité et de la soumission de son corps à volonté de l'entourage. En témoigne d'ailleurs le fait qu'elle ne peut se tresser elle-même les cheveux : quelqu'un de sa famille doit s'en charger. En Asie, les demoiselles coréennes elles aussi portent une longue tresse, qui se transforme en chignon après leur mariage. Même chose en Chine traditionnelle : les jeunes femmes célibataires se coiffent d'une seule natte attachée avec un fil de laine rouge et arborent le chignon une fois mariées.

En véritable parure de tête, la tresse n'en demeure pas moins séductrice. Elle n'est pas sans rappeler le serpent de la Kundalini, qui représente le pouvoir sacré de la sexualité. Elle évoque aussi le serpent de la guérison, aux doubles enlacements d'énergie (tels que le présente le caducée) ou encore celui de la clé des mystères naturels, donc de la connaissance. Elle

symbolise la protection des serpents, qui nous gardent sur le sentier lumineux de la sagesse. La natte fait référence directe aux pouvoirs du féminin sacré. C'est donc naturellement en forme de tresse que la sagesse ancestrale amérindienne tisse les cheveux de la Terre Mère. C'est ainsi que l'on appelle le foin d'odeurs ou avoine odorante. Cette plante sacrée utilisée pour la purification et la guérison dégage les énergies néfastes et appelle esprits et énergies exclusivement féminins. Portée sur soi, elle apporte une protection spirite.

Complexe, multifacette, la tresse véhicule tout cela : la beauté, la sagesse, la fertilité, la connaissance et la guérison. Il en reste des traces dans nos campagnes, où l'on recommandait à une femme qui souffrait d'une douleur ou d'un chagrin de se tresser les cheveux pour les dissiper. Vous pouvez aussi ajouter un ruban de la couleur de votre choix, selon le type d'énergie dont vous avez besoin.

Le chignon

Dans le chignon, les cheveux sont tirés en arrière du visage, parfois tressés puis enroulés et maintenus en boule avec des épingles, une baguette, un crayon ou d'autres ornements. Le chignon est maintenu à l'arrière de la tête lorsqu'il est porté bas, ou sur le dessus de la tête lorsqu'il est porté haut. Cette coiffure a vraisemblablement été adoptée d'abord par les hommes et les têtes couronnées dès l'Antiquité. Elle a longtemps été réservée à certaines catégories ou castes supérieures, probablement du fait de ses pouvoirs spirites.

Je vous ai dit que le cheveu était un fil conducteur pouvant être considéré comme une antenne. Il capte les vibrations de l'environnement. Lorsque l'on enroule ce fil sur lui-même, il devient une bobine. Cette dernière, bien connue en électronique, possède la propriété d'induire un champ énergétique autour d'elle. Le chignon permet donc notamment de créer un champ d'énergies favorables dans la zone de la tête, qui concentre non seulement le chakra coronal, mais aussi certains points très particuliers de l'anatomie énergétique, comme le point d'acupuncture « bai hui », au croisement de plusieurs canaux énergétiques puissants. Ce point, auquel les Chinois ont donné le nom imagé de « cent réunions », se situe à

l'intersection du vaisseau gouverneur (qui préside à tous les mouvements de la vie en nous) et des méridiens de la vessie, de la vésicule biliaire, du triple réchauffeur et du foie. Il est par ailleurs le point le plus yang du corps, c'est-à-dire qu'il concentre notre esprit lumière en lien avec les énergies du divin masculin.

Le chignon traditionnel est donc une coiffure bénéfique sur le plan spirituel tant pour les femmes que pour les hommes, grâce à sa forme et à sa position. Pour ceux qui sont dans une démarche spirituelle, il peut les aider dans leur élévation. C'est un moyen de concentrer l'énergie spirituelle et de se protéger.

Voici ses principales fonctions :

- capter, contenir et amplifier des énergies divines ;
- les retransmettre au corps par les racines des cheveux ;
- constituer un bouclier de protection autour de la tête ;
- renforcer la protection contre les attaques psychiques et les énergies négatives ;
- optimiser le fonctionnement mental ;
- améliorer la clarté de la conscience ;
- amplifier la clairvoyance en activant la glande pinéale au centre du cerveau.

En Inde, le chignon est la coiffure caractéristique des ascètes et des sages, en particulier les Rishis, grands mystiques qui consacrent leur vie à l'étude et à la connaissance. Au Japon, le chignon, appelé *chon-mage*, est la coiffure réservée des samouraïs, à l'origine des seigneurs japonais qui ont régné sur le Japon féodal. Cette coiffure resta longtemps leur apanage réservé, les samouraïs étant les seuls autorisés à la porter. Cela permettait aussi de les identifier. Ils devaient couper leur chignon lorsqu'ils étaient bannis ou démis de leurs fonctions. Cette perte était alors vécue comme un déshonneur suprême.

Le chignon haut a été repris par les geishas et les prestigieux sumotoris, derniers à être autorisés à le conserver lorsque le gouvernement Meiji

interdit le port du *chon-mage* à l'ensemble de la population. D'autres peuples ont porté le chignon, notamment les Inuits, les Goths, les Vandales, les Cosaques ou encore certaines tribus germaniques.

Aujourd'hui, il retrouve des lettres de noblesse et est redevenu une valeur sûre de la mode, tant féminine que masculine. Le *top knot*, chignon haut perché à l'apparence faussement décoiffée, est particulièrement prisé des stars. C'est une queue-de-cheval sur le sommet de la tête, que l'on crêpe et que l'on enroule avec des pinces à chignon.

L'inconvénient majeur du chignon est qu'il peut abîmer le cheveu lorsqu'il est trop serré ou que les accessoires utilisés cassent la fibre. Vous pouvez contourner ces écueils en utilisant un peigne à chignon et en remplaçant les barrettes plates en métal par des piques à cheveux en bois ou en corne et en utilisant des élastiques souples.

Le catogan

À l'origine, le catogan consistait à utiliser un ruban pour attacher les cheveux longs ou mi-longs au niveau de la nuque et remonter les longueurs dans une sorte de gros nœud. Cette coiffure doit son nom au général britannique William Cadogan qui, à la fin du xvii^e siècle, l'adopta pour des raisons de praticité mais aussi de sécurité. En effet, cette masse de cheveux ramassés sur la nuque associée au foulard constituait une petite épaisseur bien utile en cas de coup d'épée reçu derrière la tête. Que cela soit efficace ou pas, cela lui donnait une sensation de protection. Ses soldats l'auraient ensuite arboré à leur tour et la pratique se serait répandue dans l'armée, ainsi que chez les domestiques.

Aujourd'hui, par extension, ce mot désigne des coiffures bien différentes : une queue-de-cheval basse, des cheveux attachés en arrière par un ruban, des cheveux ramassés en chignon sur la nuque..., et sa notoriété a fait un bond prodigieux en s'affichant sur le très célèbre Karl Lagerfeld.

Quel est l'intérêt énergétique et/ou spirite de cette coiffure ? Elle a surtout le mérite d'assurer une double protection par sa couverture de la nuque. Elle la préserve des regards et ainsi d'une partie des effets négatifs liés aux attaques énergétiques. Elle protège également des points énergétiques et

vitaux essentiels. La zone de la nuque concentre notamment un point vital et un point de passage important du vaisseau gouverneur (ce méridien régit le sang et pilote tous les autres vaisseaux yang). C'est notre gouvernail : il permet d'être centré et de diriger sa vie.

Enfin, au niveau de la nuque se situe aussi un chakra dit « secondaire » connu sous le nom de *Alta Major*, qui agit comme régulateur de la conscience et de la volonté. Il assure en son sein la connexion entre l'esprit et le corps physique, au point que les surnoms pour la qualifier vont de « Porte de la Lumière et de la Vérité » à « Bouche de Dieu ». Il soutient lui aussi la volonté, le pouvoir de décision et nos capacités de réalisation pour passer à l'acte, en lien avec le chakra de la gorge et celui du troisième œil. Enfin, c'est dans la nuque que siège l'atlas vertèbre, qui agit en complémentarité avec lui pour fusionner les énergies cosmiques et terrestres.

Finalement, pour les personnes qui exercent des métiers à risque, pour ceux qui mettent leur vie en danger, cette coiffure peut fournir un supplément de protection énergétique et psychique.

Elle a aussi un intérêt pour tous ceux qui ont besoin de préserver leurs capacités de décision et d'action rapides, puisqu'elle protège nombre de points décisifs tout en gardant le bénéfice intuitif des cheveux longs.

À noter que les cheveux lâchés sur la nuque n'ont pas tout à fait le même effet. La présence des cheveux enroulés et du nœud qui l'accompagne a toute son importance.

La queue-de-cheval

Quand on demande aux hommes la coupe de cheveux qu'ils apprécient le plus de voir chez une femme, la queue-de-cheval haute arrive de loin en tête pour son côté sexy. Elle semble détenir le pouvoir d'attirer le regard des hommes et de susciter le désir. Se pourrait-il qu'elle réveille le fantasme de tirer les cheveux de sa partenaire ? Ferait-elle inconsciemment appel à des mécanismes instinctifs du temps où nos très lointains ancêtres tiraient leurs femmes par les cheveux pour assouvir leurs pulsions sexuelles ?

On peut remonter l'origine de la queue-de-cheval au moins jusqu'à la Grèce antique et à la Crète de 2 000 ans avant J.-C. En Occident, cette coiffure était plutôt portée par les jeunes filles. Son engouement récent dans l'histoire de l'humanité tient surtout au succès retentissant de la poupée Barbie® dont la queue-de-cheval est devenue une icône.

Plus la queue-de-cheval est haute, plus elle a tendance à tirer sur les cheveux, au point que, lorsque la coiffure est portée quotidiennement, cette tension forte et permanente peut entraîner des maux de tête et des pertes de cheveux connues sous le nom d'« alopécie de traction ».

D'un point de vue spirite, ce n'est pas une coiffure très intéressante, mais elle peut tout à fait trouver sa place ponctuellement, dans un jeu de séduction. Lorsqu'elle est basse et consiste à retenir les cheveux sur la nuque par un ruban, elle retrouve une partie des avantages du catogan, pour la protection, d'autant plus qu'un joli nœud maintient les cheveux.

LE CAS DES CHEVEUX TRÈS COURTS

Les cheveux très courts constituent à eux seuls une coiffure spéciale. Il ne faudrait pas imaginer qu'ils seraient moins spirites, car tout est une question de niveau vibratoire. Vos corps énergétiques émettent des fréquences qui peuvent être plus ou moins hautes. Plus elles sont élevées, plus vous êtes en santé, en joie, en paix et connecté au monde spirite. Il est alors évident que le port court ou long des cheveux a moins d'importance lorsque vous vibrez à une fréquence élevée.

Les cheveux très courts chez la femme sont souvent le signe d'une confiance et d'une affirmation de soi prononcées. Impossible de se cacher derrière ses cheveux lorsqu'ils sont très courts. On s'assume avec tous ses traits, ses défauts, et cela confère beaucoup de force. D'ailleurs, vous remarquerez (pour celles qui portent les cheveux très courts) que votre posture change. Vous avez tendance à vous tenir plus droite. Les autres vous perçoivent comme étant plus intelligente que les femmes aux cheveux longs²⁵.

Les cheveux courts sont aussi plus légers sur le plan émotionnel. De longs cheveux, lorsque l'hygiène énergétique n'est pas rigoureusement au rendez-vous, peuvent devenir lourds à porter dans tous les sens du terme. Ils véhiculent nos émotions lourdes et ils portent le poids des moments douloureux, des souffrances du passé. Avec les cheveux courts, aucun risque : le ménage est fait très régulièrement. En outre, vous avez aussi tendance à les laver plus souvent. Et pour ce qui est de votre ascension spirituelle, elle ne s'arrête pas à la longueur de vos cheveux. Tout dépend de votre ouverture au monde invisible, à l'amour inconditionnel, et de vos pratiques quotidiennes de prière et de méditation, entre autres.

24. Ethnie transfrontalière vivant au nord de la Grande Muraille de Chine.

25. M. LaFrance, PhD, « *First Impressions and Hair Impressions* », département de psychologie de l'université de Yale, février 2001.

QUATRIÈME PARTIE

RITUELS DE CROISSANCE ET DE GUÉRISON

Les pouvoirs magiques des cheveux étaient connus et utilisés dès l'ancienne Égypte et probablement avant, même si nous n'en avons pas de trace. Chez les peuples racines²⁶, ce savoir s'est plus facilement transmis, mais peut-être vous aussi avez entendu votre grand-mère vous dire de ne pas sortir dans la rue « en cheveux » (à moins d'être considérée comme nue). Ou bien vous a-t-elle recommandé de ne pas couper les cheveux de votre enfant avant qu'il ait l'âge d'un an (à moins de lui porter malchance), ou encore de cracher sur ces mèches, avant de les jeter, pour qu'elles ne puissent être utilisées à de mauvaises fins. Jusqu'à récemment, en Europe, les sages-femmes dénouaient les cheveux des femmes en plein travail d'accouchement afin que le nouveau-né puisse être délivré avec plus de facilité.

Dans cette partie, je vous propose un éclairage sur ces pouvoirs magiques et spirituels que possèdent vos cheveux. Ils vous ont été donnés pour vous aider à avancer sur un chemin d'amour et de joie, celui qui est le vôtre et que vous pouvez choisir de reprendre à tout moment. Oui, vos cheveux sont là pour vous aider, à tel point que lorsqu'une coupe énergétique est réalisée selon des rituels précis, son action devient totalement thérapeutique. Cela facilite ou accélère certaines guérisons, libère les projets qui vous paraissent bloqués ou fait simplement revenir la chance dans votre vie.

²⁶. On appelle « peuple racine » ou « peuple premier » les communautés autochtones descendant des premiers habitants des territoires qui ont été colonisés par les Occidentaux. Ils constituent

environ 6 000 peuples sur la planète pour près de 4 % de la population mondiale.

CHAPITRE 1

VOUS LIBÉRER DU PASSÉ ET DES ÉMOTIONS DOULOUREUSES

Vous avez certainement déjà éprouvé un sentiment d'apaisement en sortant de chez le coiffeur. Peut-être même avez-vous remarqué que lorsque vous aviez une petite baisse de moral ou traversiez une épreuve difficile, modifier votre coupe de cheveux vous apportait un mieux-être. Essayez de vous souvenir de la dernière fois où vous avez eu besoin de rafraîchir votre coupe. Il est intéressant d'écouter et d'observer ce qui se passait en vous à ce moment-là. Souvent, cela naît d'une envie d'aller de l'avant, de changer quelque chose ou de vivre d'autres choses. Selon son étymologie, le verbe « couper » renvoie à la notion d'interrompre, de faire cesser, de séparer au moyen d'un instrument tranchant. Cela induit une rupture entre l'avant et l'après, qui doit se traduire par une libération.

C'est une démarche initiatique. Lorsque l'on coupe ses cheveux, il n'est plus possible de revenir en arrière. C'est une prise de risque qui nous oblige à passer à autre chose. Aussi est-il important, lorsque l'on envisage une coupe radicalement nouvelle, de clarifier ses motivations d'une part, et de ne pas se lancer dans une transformation (comme passer du long au court si cela ne répond pas à une demande intérieure) d'autre part.

LORSQUE LA COIFFURE SE FAIT THÉRAPIE

Vous avez vu que les couleurs de cheveux peuvent avoir un effet thérapeutique et que certaines coiffures sont utiles pour votre protection ou votre bien-être. Faire passer des ciseaux dans vos cheveux n'est pas un acte anodin. Selon le niveau de conscience de celui qui le pratique, cela peut devenir un geste thérapeutique. Car tout est dans l'art et la manière de

couper les cheveux. De plus en plus de coiffeurs sont en train de se réapproprier ce rôle spirite qui est le leur dans le soin qu'ils peuvent apporter à l'âme de la personne qui fait appel à eux.

Lorsque vous faites couper vos cheveux, vous pouvez saisir l'occasion de vous libérer d'une partie de vos souffrances, de vos émotions douloureuses, de votre passé difficile ou d'un traumatisme récent. Vous savez déjà qu'en vous lavant les cheveux en conscience, vous réalisez une purification efficace pour vous libérer des négativités du quotidien, qui vous empêchent d'agir dans la joie, la douceur, l'amour, l'inspiration et la paix : tous les attributs de qui nous sommes réellement.

Parfois, il n'est même pas nécessaire de réaliser une coupe ou de la rafraîchir, le simple fait de tailler un petit peu de ses cheveux, ou même de couper un bout d'une mèche, suffit à retirer ce qui gêne.

Les ciseaux sont de véritables instruments tranchants, habituellement réservés à l'usage du chirurgien ou du guérisseur. C'est exactement la même chose avec les cheveux sur le plan spirite. Trancher avec les ciseaux permet de couper les liens négatifs, les liens avec le passé encombrant, douloureux, ou le lien énergétique avec la maladie. Il est donc possible pour le coiffeur énergétique de rompre ces liens et de faire partir un tas d'énergies négatives, cristallisées dans le fragment de cheveux retiré. Cette opération peut libérer la personne de maux ou blocages et l'aider à guérir certains troubles. Et voilà que le travail que vous n'arriviez pas à trouver se présente à vous, que les relations amoureuses qui ne restaient pas près de vous souhaitent s'engager, etc.

Personnellement, lorsque j'interviens sur une personne, toucher ses cheveux me permet de percevoir ses problèmes, ses difficultés et ce dont elle a besoin d'être libérée. En étant attentive, en caressant les cheveux, on peut alors ressentir à quel endroit le blocage s'est installé et ce qu'il faut retirer pour s'en débarrasser. La plupart du temps, cette action se fait à dose homéopathique ; une petite mèche ici, ou dégager une zone par là. En revanche, c'est toute la vie de la personne qui change dès que ce rituel a été effectué.

LES CISEAUX MAGIQUES

Je pratique une coupe « huit sacré » énergétique et spirite. Elle est énergétique car elle vise non seulement à dégager la personne de ses énergies négatives, mais, plus largement, à la rééquilibrer et à débloquer ce qui peut empêcher son âme d'agir, afin de laisser agir la magie divine. Ma coupe est donc un véritable soin énergétique, car les spirites m'indiquent quelles prières je dois prononcer pour que les choses s'arrangent dans la vie de la personne, que cela concerne plutôt sa santé, ses relations ou son travail. En les touchant et en les coupant, j'installe sur les cheveux une fréquence qui est celle dont la personne a besoin pour avancer.

Enfin, cette coupe énergétique s'appuie sur l'énergie du huit sacré, qui m'accompagne dans tout mon travail de thérapeute, que ce soient les soins, la médiumnité ou la coiffure énergétique. Bien plus qu'une forme ou un nombre, le huit de l'infini (appelé « huit sacré ») est une énergie spirite qui entre en résonance avec notre ADN pour venir corriger, réparer et activer notre plein potentiel de joie, de santé, de beauté, mais aussi l'ensemble de nos dons spirites. Elle crée un pont entre la personnalité humaine et l'âme, entre notre conscience et celle des plans supérieurs, nous rendant plus à même de percevoir les messages spirites. Enfin, l'énergie du huit sacré nous procure également une protection accrue de nos corps énergétiques.

Pour bénéficier de cette action thérapeutique, vous pouvez vous adresser à un coiffeur énergéticien. Vous pouvez aussi suivre l'une de mes formations pour apprendre à pratiquer ces coupes et ensuite les réaliser par vous-même sur vos proches, vos amis, votre famille. Mes formations sont en effet ouvertes à tous : énergéticiens, coiffeurs, praticiens de santé ou simples particuliers. Certaines choses ne peuvent s'enseigner qu'en formation, où vous apprenez à écouter votre ressenti, à percevoir les besoins de l'âme qui se lisent dans les cheveux.

Dans la coupe énergétique, nombre de blocages, lourdeurs ou émotions douloureuses s'en vont avec les cheveux coupés. Aussi ces cheveux-là ne devraient-ils pas être jetés n'importe comment, ni laissés à la main de n'importe qui. Il y a plusieurs raisons à cela. En premier lieu, il convient de faire un rituel, d'une part pour que la libération soit réellement effective, et d'autre part, eu égard au pouvoir spirite des cheveux, pour qu'ils ne puissent pas être utilisés à des mauvaises fins. En second lieu, ces cheveux

sont gorgés de négativité et, s'ils étaient recyclés tels quels pour fabriquer quelque chose (comme des isolants ou des garnissages de matelas), ceux qui y seraient exposés seraient pollués par leurs énergies.

Cette sagesse, nos grands-mères la détenaient. Ainsi, par le passé, les cheveux coupés étaient traités avec respect et considération. Délicatement regroupés, ils étaient soit rendus à la nature dans une rivière, dans la mer ou enterrés dans un champ, soit incinérés, soit conservés avec soin, ou encore faisaient-ils l'objet d'une offrande. En Biélorussie, par exemple, les cheveux coupés étaient rassemblés et placés entre les rondins de bois de la maison traditionnelle. Cela permettait de les offrir aux esprits qui protègent la maison et ses habitants. Dans nos campagnes, ils étaient brûlés.



RITUEL SPIRITE



Si vous ne pouvez ni vous former ni fréquenter un salon énergétique, il vous est toujours possible, en vous rendant chez votre coiffeur habituel, de demander à récupérer un peu de vos cheveux coupés ou d'en ramasser vous-même et de les mettre dans un linge en matière naturelle de couleur noire que vous aurez apporté. Cela peut être un gant de toilette, un tee-shirt en coton que vous aurez reconverti en sac, ou tout simplement une chaussette en lin, en laine ou en coton...

De retour chez vous, versez vos cheveux dans un bol en verre transparent. Disposez dessus du gros sel, à raison de dix fois le volume de vos cheveux et faites semblant de cracher dessus 7 fois. Ensuite seulement, vous pouvez les jeter dans la cuvette des toilettes. Procédez au même rituel si vous coupez vous-même les cheveux de vos enfants ou de vos proches.

RITUEL POUR LES PERSONNES CHAUVES

On considère que la moitié des hommes de plus de 50 ans sont concernés par la calvitie. À cette population, il faut ajouter tous ceux qui font le choix délibéré de se raser le crâne, soit par goût, soit pour des raisons religieuses, personnelles, ou pour un effet catharsis. Le plus célèbre exemple de ce dernier est peut-être celui de la chanteuse Britney Spears qui décida, en 2007, en pleine dépression, de se raser le crâne pour en finir avec une période sombre.

Qu'à cela ne tienne, les hommes chauves n'en sont pas moins attirants. Cette caractéristique change effectivement la manière dont ils sont perçus, mais pas forcément dans le sens qu'ils redoutent. Au contraire, plusieurs études réalisées à des périodes différentes vont toutes dans le même sens : elles montrent que les hommes chauves se voient attribués de qualités plus masculines. Le fait d'être chauve est associé à des aspects globalement positifs, dont l'attraction physique ou le statut social. En particulier, ils sont perçus comme jouissant de positions sociales plus élevées, sans pour autant susciter ni menace ni agressivité. On les suppose plus dignes de confiance, plus forts et plus intelligents que les autres²⁷, des perceptions confirmées à plusieurs reprises, tout comme le côté masculin et socialement accompli²⁸.

Que la personne soit chauve par état de fait ou qu'elle se rase la tête volontairement, il demeure important de pratiquer régulièrement un rituel pour « couper » une petite fraction de cheveux, que l'on consacrerait afin de se libérer des négativités qui se concentrent dans les cheveux, qu'ils soient là réellement ou symboliquement.



RITUEL SPIRITE POUR LES PERSONNES CHAUVES

- **Cas d'une personne qui se rase la tête :** lors du passage de la tondeuse, réalisez l'opération au-dessus d'un drap ou d'une serviette blanche (par exemple) et récupérez les produits du rasage afin de les mettre dans un bol en verre transparent.
- **Cas d'une personne chauve :** taillez aux ciseaux un tout petit bout des sourcils des deux côtés et disposez les petits bouts de poils dans un bol en verre transparent.

La suite du rituel est identique pour tous :

- Versez du gros sel dessus.
- Faites semblant de cracher dessus 7 fois.
- Allez jeter le tout dans les toilettes.

COUPER AVEC LA LUNE

L'énergie spirite de la Lune a une influence sur tout le vivant, qu'il soit minéral, végétal, animal ou humain. Toute activité cellulaire est soumise aux différentes étapes du cycle lunaire, qui ont tendance à activer ou à ralentir certains aspects. Aussi la phase lunaire pendant laquelle les cheveux seront coupés aura-t-elle son importance. Et, contrairement aux idées reçues, il n'y a pas qu'un seul bon moment pour se couper les cheveux. Tout dépend de ce que l'on souhaite le plus obtenir.

- **La phase de lune montante :** associée à l'énergie du printemps, elle favorise la régénération, la croissance, l'émergence et l'accroissement de nouvelles choses. Il est donc clair que si vous souhaitez accélérer la pousse de vos cheveux, il sera préférable de les couper après que soit passée la nouvelle lune et avant la pleine lune. Le temps de repousse des cheveux sera optimisé.
- **La phase de pleine lune :** elle est propice à la méditation spirite, à la révélation des choses cachées et à la médiumnité. Il est tout à fait possible de se couper les cheveux ce jour-là pour amplifier le pouvoir spirite de la coupe, à condition d'être au clair avec ce que l'on souhaite. Les émotions peuvent être un peu chahutées et il serait dommageable de prendre des décisions radicales sur un coup de tête.

- **La phase de lune descendante** : associée à l'énergie de l'automne, elle est centrée sur la séparation. Elle favorise la purification, la rupture avec les mauvaises habitudes, le négatif, le mauvais œil ou le passé douloureux. Elle soutient une démarche de libération vis-à-vis de tout ce qui nous gêne et nous encombre. Aussi, lorsque les cheveux sont coupés en phase descendante, cela vous aidera davantage à vous défaire de toutes les négativités que vous avez pu accumuler. La coupe interviendra dans une phase d'introspection qui permettra de repartir sur de bonnes bases. Si vous avez les cheveux cassants, fourchus, abîmés, il peut également être judicieux de les couper pendant cette période, car ils repousseront certes plus lentement, mais avec plus de force et d'épaisseur.
- **Plus vous allez dans le dernier quartier**, plus il peut être intéressant de positionner à ce moment les colorations, qui auront tendance à mieux s'imprégner. Enfin, si vous avez les cheveux courts et souhaitez espacer vos visites chez le coiffeur, couper en phase descendante est tout à fait indiqué.
- **La phase de lune noire** : elle commence un jour avant la nouvelle lune et se poursuit jusqu'au jour d'après. À éviter dans tous les cas. Pendant ces trois jours, il est préférable de ne rien apporter à sa vie comme changements importants, donc, aussi, de ne pas toucher à ses cheveux.

Enfin, il est bon de regarder le calendrier lunaire d'un peu plus près pour éviter d'intervenir sur les cheveux les jours des nœuds lunaires. Ce sont des jours où les influences de la Lune sont perturbées par un changement de mouvement, ils sont donc à éviter tout autant que les jours d'éclipse ou les jours de périgée et d'apogée, lorsque la Lune se situe au plus près ou au plus loin de la Terre.

27. F. Muscarella, M. Cunningham, « *The Evolutionary Significance and Social Perception of Male Pattern Baldness and Facial Hair* », in *Ethology and Sociobiology*, vol. 2, 1996.

28. J. Misener, « *Men With Shaved Heads Appear More Dominant, Study Finds* », in *The Huffington Post*, 1^{er} octobre 2012 ; A. E. Mannes, « *Shorn Scalps and Perceptions of Male Dominance* », in *Social Psychological and Personality Science*, vol. 4, n° 2, 2013 ; R. Henss, « *Social Perceptions of Male Pattern*

Baldness. A Review », in Dermatology and Psychosomatics, vol. 2, 2001.

CHAPITRE 2

ACCROÎTRE VOTRE PROTECTION ÉNERGÉTIQUE

« Vous ne pouvez pas empêcher les oiseaux de la tristesse de voler au-dessus de vos têtes, mais vous pouvez les empêcher de faire leur nid dans vos cheveux. » Ce proverbe chinois illustre bien le fait que nous ne nous pouvons pas nous extraire du monde dans lequel nous vivons et qui nous expose parfois à des énergies toxiques. En revanche, il est de notre responsabilité de nous en protéger.

D'où viennent ces énergies toxiques ? En réalité, elles viennent en premier lieu de nous-mêmes, en tant qu'émanations de nos propres émotions. Les inquiétudes, les peurs, les colères créent des ombres qui abîment nos énergies, appellent et entretiennent des énergies de même nature et obscurcissent l'esprit. C'est la raison pour laquelle je vous ai donné un protocole de purification par le lavage spirite des cheveux (voir p. [87](#)). Mais ces énergies toxiques peuvent venir d'autres sources : des lieux que vous visitez, des personnes que vous rencontrez ou des émotions que vous pouvez susciter chez les autres, parfois malgré vous.

PROTECTION CONTRE LE MAUVAIS ŒIL

Lorsque nous sommes victimes de jalousies ou simplement d'un regard chargé d'envie ou de haine, nos cheveux sont bien souvent les premiers à en faire les frais. Et vous ne comprenez pas pourquoi ils se mettent à tomber d'un coup, alors que vous êtes en bonne santé, plein de vitalité, que vous avez un travail que vous aimez et un couple heureux. Tout

changement brutal dans vos cheveux doit vous faire réagir rapidement, mais il est encore mieux d'anticiper et, en particulier, de protéger toutes les photos de vous ou de votre famille que vous rendez publiques. Vous n'imaginez pas le nombre de personnes qui peuvent regarder ces photos sur Facebook, Instagram ou d'autres réseaux sociaux. Malheureusement, il arrive que certains individus portent un regard qui atteint vos énergies, votre santé ou votre bonheur. Ces personnes ne sont pas nécessairement mal intentionnées, certaines d'entre elles peuvent être prisonnières de leurs propres souffrances et mal-être. Elles reportent en fait sur vous ces énergies « empoisonnées », qui sont aussi une façon pour elles de s'en décharger.



PROTECTION SPIRITE DES IMAGES

Concernant toutes les photos que vous diffusez de vos enfants, de vous-même, de votre partenaire et de votre famille en général, imprimez-les et inscrivez au dos de chacune d'elles la prière spirite qui suit, en y mettant toute votre gratitude pour la protection qui vous est apportée par les spirites :

« Toute pensée, acte, parole ou geste, émis contre moi [ou contre nous, en citant les noms et prénoms] par qui que ce soit, retourne à son expéditeur en amour inconditionnel. »

Pour compléter cette protection contre le mauvais œil, vous pouvez aussi vous procurer un pendentif porte-photo. C'est un pendentif qui s'ouvre et dans lequel vous pouvez glisser de petits objets. Placez à l'intérieur un petit talisman de protection, par exemple une main de Fatma (ou même juste son dessin que vous aurez imprimé) ainsi qu'une toute petite mèche de vos cheveux. La main de Fatma est particulièrement indiquée contre la convoitise. C'est un talisman de protection et un porte-bonheur qui remonte à l'Antiquité, probablement à l'époque phénicienne. Il représente le pouvoir protecteur de la main de Dieu pour éloigner le mauvais œil. C'est un symbole spirite qui a été repris dans de nombreuses religions pour son caractère universellement efficace. Vous n'êtes pas obligé de porter le pendentif tout le temps sur vous, il peut aussi être dans votre sac ou votre portefeuille.

COMMENT SAVOIR SI ON EST VICTIME DU MAUVAIS ŒIL ?



Trop souvent, ce sont justement les personnes dont on remarque la magnifique chevelure qui en sont les premières victimes, hommes ou femmes. La beauté de leurs cheveux fait des envieux, soit parce qu'ils sont d'une couleur naturellement lumineuse et éclatante, brillants, souples, forts, soit parce qu'ils sont épais et soyeux, longs ou naturellement bien coiffés, etc., et que cela fait partie de leur charisme, de leur charme et de leur belle énergie.

Une chute intense de cheveux sans rapport avec un traumatisme de stress personnel comme un deuil, un accident, une séparation ou une maladie doit faire penser à une source énergétique néfaste. Nombre de femmes qui se mettent à porter le voile, par exemple, constatent des modifications dans leurs cheveux, qui deviennent parfois moins forts, plus ternes, voire subissent des pertes importantes, en lien avec le changement de regard porté sur elle.

Ces quelques questions devraient vous aider à savoir si la chute est davantage liée à des facteurs internes (des peurs, du stress, une maladie) ou à un facteur externe :

- « Ai-je reçu beaucoup de compliments récemment sur ma chevelure ? » ;
- « Ai-je essayé beaucoup de choses tant sur le plan alimentaire (levure de bière, compléments...) que sur le plan des soins (huiles, ail, massages...) et pourtant, rien n'y a fait ? » ;
- « Ai-je consulté des spécialistes qui ne s'entendent pas sur les causes de ma chute ? » ;
- « Cela s'est-il aussi traduit par des choses qui allaient bien dans ma vie et qui se sont arrêtées brusquement ? »

Si vous pensez que cela vous concerne, faites cette prière chaque jour et plusieurs fois par jour :

« Par mon droit acquis par naissance, selon votre volonté et par l'intercession des saints de la Cour céleste, je renvoie toutes les flèches empoisonnées que l'on a lancées contre nous, [dire le nom et prénom], sur ceux qui les ont commandées : non dans un esprit de vengeance, mais pour qu'ils cessent et se convertissent. Ici et maintenant. Merci. »

VOS CHEVEUX MÉRITENT UNE PROTECTION SPÉCIALE

Vous avez compris que, par leur intermédiaire, beaucoup de choses vont se jouer. S'ils ne sont pas assez protégés, les énergies néfastes peuvent vous atteindre plus facilement. De plus, en mettant en place sur eux un bouclier spirite, vu l'étendue de leur force et de leur rayonnement spirite, ce dernier va se propager plus globalement sur vous. Dans certaines îles demeure la tradition d'attacher ses épingles à cheveux en croix pour être protégé. Autrefois, lorsque les gens partaient au travail, ils s'habillaient avec la tenue consacrée dont faisaient souvent partie une blouse, un tablier, un uniforme et un couvre-chef. Tout cela permettait de mieux séparer le titre, la fonction, de la personne, et évitait qu'une partie des énergies perturbatrices rencontrées au travail n'atteignent les corps énergétiques de l'individu.

Effectivement, la première et la plus simple des protections est, je vous l'ai dit (voir p. [129](#)), d'attacher vos cheveux si vous les portez longs lorsque vous êtes au travail ou dans les transports en commun (ou dans tout autre lieu susceptible d'être chargé d'énergies négatives). Vous avez vu également que certaines coiffures pouvaient vous aider à accroître votre protection (voir p. [131](#)).

Mais vous pouvez aussi consacrer les objets que vous mettez dans vos cheveux selon un rituel spirite, afin qu'ils vous protègent. De cette façon, vos cheveux remplissent pour vous le rôle de talismans protecteurs.



RITUEL SPIRITE DE CONSÉCRATION DES ACCESSOIRES

- Choisissez votre chouchou favori ou l'accessoire que vous utilisez le plus souvent.
- Procurez-vous une bougie blanche, de la résine d'encens en grains (benjoin ou oliban), du charbon et un brûloir.
- Prévoyez, une semaine avant, le moment auquel vous allez accomplir ce rituel. Demandez aux spirites de bien vouloir être avec vous pour ce

rendez-vous au jour et à l'heure choisis afin de consacrer votre accessoire.

- Pendant chacun des 7 jours qui vous séparent de la date enregistrée, nourrissez votre intention pendant quelques minutes en imaginant qu'avec votre accessoire, vous et vos cheveux êtes dans un œuf de lumière dense à l'abri de toute négativité.
- Avant le rendez-vous, vous vous serez bien lavé, en conscience, de la tête aux pieds.
- À l'heure dite, allumez une bougie blanche.
- Faites brûler une petite résine d'encens et passez votre accessoire 7 fois dans la fumée.

- Prenez un peu de salive entre votre pouce et votre index et étalez-la sur l'objet.
- Prenez l'accessoire entre vos mains pendant quelques instants en visualisant autour de vous un bouclier de lumière.
- Prononcez alors la prière suivante :

« Dieu tout-puissant, je vous demande par votre divine grâce de répandre votre bénédiction sur cet objet et de lui consacrer la propriété de protéger mes cheveux et mon aura de toute négativité, ici et maintenant. Merci. »

Si vous avez les cheveux courts, faites la même chose avec un foulard ou un bijou que vous portez sur vous quotidiennement (un médaillon par exemple).

Rituel pour les personnes chauves

Pour accroître la protection du crâne (qui n'est pas recouvert par les cheveux) et en prendre soin, il peut aussi être utile, une fois par semaine par exemple, ou plus souvent si possible, de le masser en douceur. Utilisez pour cela un mélange que vous fabriquerez vous-même.

- Prenez un flacon d'huile d'argan ou de nigelle de 50 ml par exemple.
- Ajoutez-y 20 gouttes d'une huile essentielle de pin, lavande, petit grain bigaradier ou basilic saint, selon vos propres préférences olfactives.
- Ce mélange nourrira la peau du crâne et vous apportera une protection énergétique.

Vous n'avez pas besoin d'en appliquer beaucoup, juste en imbiber vos doigts et en caresser votre crâne en passages circulaires jusqu'à pénétration. Pour une efficacité accrue, n'hésitez pas, juste avant de vous masser, à prendre le flacon dans vos mains et à y envoyer tout votre amour.

CHAPITRE 3

CHEVEUX ET RITUELS DE PASSAGE D'HIER À AUJOURD'HUI

En tant que représentant, vecteur et support de notre force spirite, les cheveux tiennent une place essentielle dans les rites de passage que l'être humain a créés pour accompagner chaque étape initiatique de sa vie et lui donner des repères temporels. Un rite de passage est une cérémonie qui a pour but de marquer un franchissement de cap majeur de l'existence : naissance, sacrement, entrée dans l'enfance, entrée dans l'âge adulte, passage du célibat au mariage, décès... Le rite a pour fonction de codifier des pratiques qui garantissent l'intervention des bons esprits afin que ces derniers puissent apporter la bénédiction, la protection, la longue vie, le bonheur ou le repos éternel à l'individu. Ces pratiques ont d'ailleurs une origine spirite. Elles ont été données à des médiums par de bons esprits et se sont perpétuées au fil des millénaires. Ces protocoles ont généralement un sens très précis. Leur déroulement est codifié de telle sorte que l'action qui est en cours puisse se dérouler de la meilleure façon possible.

En résumé, les rites de passage ont eu vocation à aider l'être humain à construire l'harmonie entre les plans cosmique et terrestre. Les cheveux sont là pour marquer l'intervention du divin dans les rituels et apparaissent comme un élément de lien essentiel entre ces ordres cosmique et terrestre. On peut donc aussi prendre appui sur eux pour encourager les changements que l'on souhaite entreprendre dans son existence.

C'est ce que nous faisons encore aujourd'hui, dans notre quotidien, où nous avons gardé dans l'essence même de certains rites de passage. Ainsi, certaines de nos habitudes familiales ou culturelles sont des réminiscences

de ces anciens rites qui nous aident sans le savoir ; par exemple, couvrir la tête des bébés lorsqu'on les emmène à l'extérieur, ou encore le fait que nous changeons de coiffure lorsque nous voulons rompre avec une période ancienne ou douloureuse et entrer dans une nouvelle étape de notre vie. Aussi, n'hésitez pas, lors des événements marquants de votre vie, effectivement, à changer quelque chose dans vos cheveux, même si c'est juste couper une petite mèche, acheter une nouvelle épingle ou rafraîchir votre coupe.

CAS DU MARIAGE ET DE L'UNION AMOUREUSE

Quel que soit l'endroit de la planète, chez les peuples qui ont gardé des coutumes ancestrales, les cheveux sont au centre des cérémonies nuptiales. Le lien qui se tisse entre les cheveux scelle l'union spirituelle qui s'accomplit lors de cet événement.

Us et coutumes traditionnels

Traditionnellement, il est fréquent que les mariés mélangent ou échangent leurs cheveux pour sceller leur union. Chez le plus grand peuple ethnique au monde, les Han chinois, l'union entre deux personnes est appelée « *jie-fa* », ce qui signifie « cheveux attachés ». Car, selon la tradition, les époux échangent de façon symbolique une mèche de leurs cheveux lors de la cérémonie pour manifester leur engagement corps et âme. On leur souhaite littéralement alors de vivre heureux longtemps par l'expression « *báitóuxiélǎo* », qui signifie « avoir des cheveux blancs ensemble ».

Sur un tout autre continent, chez les Hopis, des Amérindiens d'Arizona, les cheveux des mariés sont lavés ensemble dans une mixture préparée à base de yucca, puis tressés en signe d'union. Autre continent, autre exemple : à Madagascar, il était coutumier que l'homme fasse don d'une mèche de ses cheveux à sa femme, qui l'intégrait à sa propre chevelure. Autrefois, il était aussi courant que les amoureux conservent dans un médaillon une mèche de cheveux de leur bien-aimé.

Un mariage cambodgien ne peut être complet sans le rituel « de la coupe des cheveux ». Un couple de musiciens représentant le monde angélique

coupe une mèche de cheveux à chacun des mariés et la parfume pour les purifier de tout ce qu'ils auraient pu accumuler de négatif dans leur vie d'avant. Une façon d'apporter présence et protection spirites à l'union.

Dans la Grèce antique, les jeunes filles qui se mariaient marquaient la rupture avec leur vie d'enfant en sacrifiant elles aussi une mèche de leurs cheveux, qu'elles offraient aux divinités vierges.

L'origine même du mariage prend ses racines dans le cheveu et le changement de statut que cela induit pour la femme. Notre propre terme de « noces » vient du latin *nuptiae*, qui désigne l'action de se couvrir (la chevelure). Ainsi, la femme mariée perd sa disponibilité et, pour le montrer, doit couvrir ses cheveux, à commencer par le voile nuptial le jour de la célébration. Ce voile exprime son offrande au mari.

Comment faire perdurer certains rites et de quelle manière ?

Déjà, il reste de ces traditions que le jour du mariage, la coiffure de la mariée tient une place essentielle. Le plus souvent, pour l'occasion, les mariées arborent une coiffure spéciale, qui marque le changement de statut au travers de l'engagement.

Aujourd'hui, sur les cheveux longs, ce sont souvent les nattes, les tresses couronnées. Cela peut être une bonne idée, sachant que la tresse véhicule une énergie d'harmonie. Elle ancre la volonté que les choses se tissent ensemble de manière équilibrée dans une communion sereine et paisible. Elle peut apporter un supplément vibratoire de protection et de sagesse en faveur de l'union. Il est possible d'y ajouter un ruban de couleur rouge si vous voulez y mettre de la passion, ou de couleur rose si vous mettez l'accent sur la tendresse, la douceur et la stabilité.

Que vous choisissiez ou non de porter un voile le jour de votre mariage relève de votre inclination personnelle. À vous de juger quelle valeur symbolique vous souhaitez lui attribuer.

LES SPIRITES DE LA NATURE

Pour celles qui souhaitent garder des éléments traditionnels, la couronne de fleurs jouit d'une symbolique particulièrement gratifiante et flatteuse,

de même que pour des peignes ou épingles de fleurs. En effet, le couronnement véhicule l'idée de la victoire sur les obstacles ou les difficultés, et confère un caractère sacré. Plus encore, par le choix des plantes et des fleurs disposées sur les cheveux, la femme peut orienter cette consécration davantage sur la protection, sur la force, sur la bonne entente... Par exemple, on trouve douze fleurs dans la couronne de mariée ukrainienne, dont la pervenche, qui symbolise l'amour éternel, et l'achillée millefeuille pour l'amour conjugal... Chez les Grecs, c'était le lierre tressé qui était choisi pour couronner les époux afin de leur porter chance.

Vous pouvez aussi prendre une mèche de cheveux du marié et la coudre dans la doublure de la robe et mettre une mèche de la mariée dans la chaussure du marié.

Certaines pratiques avaient effectivement beaucoup de sens. Le rituel même du mariage, de par son protocole, les vœux échangés et les prières qui étaient prononcées, conférait une protection spirite importante à la relation. Aujourd'hui, il n'est pas rare que les relations d'amour, même les plus belles, manquent de protection spirite. Elles peuvent donc être un peu plus vulnérables aux aléas, nombreux dans la vie de tous les jours : les jalousies, les conflits, les rencontres au travail, etc.



RITUEL DE PROTECTION DES ÉPOUX/AMOUREUX

Ce rituel est réservé aux personnes qui sont en couple et qui souhaitent préserver leur belle relation des mauvaises intentions, de la jalousie, et lui apporter une protection spirite.

Prenez une pomme rouge et coupez-la dans le sens horizontal pour bien mettre en évidence les pépins et leur cœur, qui représentent une étoile à cinq branches (un pentacle).

Sur chaque moitié de pomme, faites la même chose :

- déposez une mèche de vos cheveux et une de ceux de votre conjoint. Placez une feuille de laurier dessus et attachez-la avec une ficelle la plus naturelle possible (par exemple du coton) ;
- disposez un morceau sous votre lit, au niveau de la tête, du côté où vous avez l'habitude de dormir, et l'autre, toujours sous votre lit mais du côté où votre partenaire a l'habitude de dormir.

Laissez-les en place 7 jours.

Il faut renouveler cette opération une fois par trimestre, durant la pleine lune, car cette période est propice pour obtenir ce que l'on désire.

LE CAS DU DEUIL

Chez beaucoup de peuples, on se rase ou on se coupe les cheveux, tout ou partie, lors du décès d'un parent proche. Il y a plusieurs raisons à cela. Retirer une partie de ses cheveux permet de laisser s'échapper de la peine et de la douleur, que le cheveu a tendance à conserver en mémoire. D'autre part, d'un point de vue spirite, la mort n'existe que pour le corps physique. Le proche parent décédé quitte donc son corps physique et, s'il va rejoindre d'autres plans de lumière, le lien avec son esprit demeure intact. Mais il arrive que les vivants s'accrochent de toutes leurs forces à leur disparu, jusqu'à empêcher l'âme du défunt d'accéder à la paix.

Maintenir ou rompre le lien par les cheveux

En se rasant la tête ou en coupant une partie de leurs cheveux, les peuples premiers cherchent à favoriser l'acceptation de cette séparation temporaire, pour marquer une rupture spirituelle et ainsi se donner la force de poursuivre le courant de la vie. Cela permet que les émotions négatives prisonnières dans les cheveux ne contribuent pas à retenir sur Terre l'âme du défunt. Ils estiment ainsi l'aider à accéder aux plans de lumière. Par cette offrande, ils espèrent enfin se mettre, eux aussi, sous la protection des spirites dans cette période qui est sans aucun doute la plus difficile que peut traverser tout être humain et qui le rend particulièrement vulnérable, y compris aux mauvais esprits.

Chez les Amérindiens, le temps de la pousse des cheveux représente alors le temps nécessaire à la phase de deuil. À nouveau, la chevelure est à la croisée du temps physique et du temps spirituel.

UNE RÈGLE UNIVERSELLE ?

Parmi les exceptions à ces rituels, la tradition juive impose de ne pas se couper les cheveux au moins pendant trente jours après le décès d'un proche. Toutefois, il semble qu'avant le I^{er} ou le II^e siècle de l'ère chrétienne prévalait également la règle qui consistait à se raser la tête ou à se couper les cheveux.

Des mèches de cheveux sont parfois sacrifiées et données en offrande au mort. Elles sont alors enterrées avec lui, comme cela se faisait dans la Grèce antique, pour maintenir le lien par-delà la séparation physique. Plus encore, le fait de laisser une mèche de ses propres cheveux avec le défunt lui permettra de veiller sur les vivants lorsqu'il aura rejoint le monde des esprits.

Il en est de même chez les populations autochtones de Nouvelle-Guinée, mais sous une pratique différente : les vivants tressent leurs cheveux avec ceux du défunt. Chez les Sioux, une mèche de cheveux prélevée sur le défunt est attachée à un contenant dans lequel on met régulièrement des aliments afin de ne pas oublier de nourrir l'esprit. Selon le rite funéraire chinois traditionnel, un cheveu du mort est entortillé autour de trois clous qui servent à fermer le cercueil avec l'idée de propager la descendance.

Comment mieux accompagner cette disparition ?

Évidemment, je vous rassure, vous n'avez aucunement besoin de faire perdurer ces rites de boule à zéro pour accompagner votre proche dans l'au-delà et maintenir avec lui un lien apaisé. Ces rituels ne font que traduire une fois de plus le lien spirite entre le cheveu et les mondes invisibles.

Dans ces circonstances, ce sont vos purifications, vos prières sincères, votre acceptation et votre amour qui aideront l'âme du disparu à franchir les

différentes étapes qu'elle doit parcourir pour être accueillie dans les royaumes de lumière.



RITUEL SPIRITE LORS DE LA PERTE D'UN PROCHE

Que l'on y soit préparé ou non, la disparition d'un être cher est un traumatisme qui atteint tous nos corps physique, émotionnel, mental et l'ensemble de nos enveloppes énergétiques.

- Si vous le pouvez, écrivez sur une feuille au stylo noir tout ce que vous auriez aimé dire de vive voix au défunt, mais que vous n'avez pas pu.
- Allumez une bougie blanche.
- Prenez quelques instants pour vous connecter à votre douleur, accepter tout ce chagrin, peut-être cette colère ou ce désarroi qui vous envahissent.
- Imaginez en conscience que toute cette douleur va se concentrer dans une petite mèche de vos cheveux. Choisissez-la et visualisez-la. Elle n'a pas besoin d'être grande ou longue, même un petit bout de sourcil peut convenir chez les personnes chauves.
- Coupez cette mèche.
- Vous allez la brûler avec une allumette en faisant aux spirites la prière suivante :
« Chers spirites, je vous demande que toute la douleur qui m'affecte s'envole avec cette flamme et qu'en lieu et place soient installés amour, paix et lumière. »
- Puis vous brûlez votre lettre, en veillant à bien regarder la fumée s'élever vers le ciel.

Lors du décès d'un proche, on peut choisir, pour manifester l'immortalité du lien qui nous unit, de couper une petite mèche de ses propres cheveux et de permettre au défunt de partir avec. Vous pouvez aussi choisir d'en prélever une petite sur lui et de la conserver pour vous. Si vous souhaitez,

plus tard, établir une communication spirite avec son Être de lumière, cette dernière pourra peut-être vous y aider, par exemple en l'accrochant derrière une de ses photos ou en l'incluant dans un bijou. Du moins, en vous donnant un support matériel, cela pourrait vous aider à établir un code : « Tant que je ne prends pas la mèche dans mes mains, je ne suis pas disposé à communiquer. Au contraire, lorsque je la prends en main, je suis prêt à recevoir des sensations, des perceptions, peut-être des bons conseils que je percevrai comme des intuitions », à moins que vous ne cherchiez vraiment à développer votre médiumnité, auquel cas je vous recommande de vous reporter à mon livre : *Vous aussi, vous êtes médium*²⁹.



PRIÈRE POUR AIDER À SURMONTER LA PERTE D'UN ÊTRE CHER

« Seigneur, laisse-nous encore te parler de [nom, prénom]. En priant pour lui/elle, nous nous unissons à Toi, et à tous ceux qui nous ont quittés et qui vivent dans la communion de Dieu.

« Dieu notre Père, nous voulons Te dire merci pour cette vie que Tu as donnée à [nom, prénom]. Merci pour l'amour que Tu as mis en son cœur. Donne-lui maintenant de communier à Ton amour éternellement.

« Dieu notre Père, la séparation d'avec ceux qui nous sont proches est une grande souffrance car la mort reste un mystère pour nous : aide-nous à croire avec davantage de foi à la vie éternelle.

« Dieu notre Père, c'est Toi qui rassembles tous Tes enfants pour qu'ils vivent avec Toi dans la paix et la joie. Dès maintenant, fais-nous vivre une profonde communion spirituelle avec tous ceux qui nous ont quittés.

« Dieu notre Père, rends-nous toujours attentifs aux besoins des autres : que nous ayons les paroles de réconfort pour celui qui souffre ; que nous soyons une présence pour celui qui vit la solitude ; que nous soyons un sourire de bonté pour celui qui ne croit pas à l'amour. »

LE CAS DES ENFANTS

Le nouveau-né est particulièrement vulnérable dans les tout premiers temps de sa vie. Il l'était encore bien davantage dans les millénaires qui nous ont précédés, avant les progrès de la médecine infantile. Aussi les hommes ont-ils cherché de tout temps à s'attirer la protection des bons esprits pour s'assurer que leur enfant survive, grandisse en bonne santé et qu'il ait une longue vie.

Il y a plusieurs temps forts dans cette démarche, mais deux principaux s'appuient sur le cheveu de l'enfant : à la naissance et aux alentours de 2 à 3 ans, à une date qui correspond soit à l'acquisition de la marche, soit à la conquête d'une certaine autonomie marquant sa sortie de son statut de « bébé ».

À la naissance

Ainsi, bien qu'à la naissance le nourrisson n'ait que très peu de cheveux (même parfois pas du tout), ces derniers font déjà l'objet de rites. Chez les musulmans notamment, le septième jour après sa naissance, le prénom de l'enfant est rendu public. En remerciement pour le don de la vie, les parents font une offrande. Le crâne de l'enfant est rasé, ses cheveux sont pesés et la valeur de cette offrande est déterminée par l'équivalent de son poids en or.

En Chine, c'est au terme d'un mois que se tient cette fête permettant aux parents de présenter l'enfant à la famille. Le crâne de l'enfant est également rasé. Une ou plusieurs mèches sont conservées, mises dans une petite bourse rouge que l'enfant va porter sur lui afin de lui apporter chance. On lui laisse toutefois une mèche de cheveux pour que, si malheur lui arrivait, les anges puissent l'attraper et le conduire vers les cieux. Une sorte de poignée pour le hisser jusqu'au ciel.

La première coupe de cheveux

Ailleurs – et c'est ce qui prévalait dans la majorité des traditions –, il est courant de ne pas intervenir sur les cheveux de l'enfant avant l'âge de 1 an et demi à 3 ans. D'autant plus qu'il va perdre, au cours des six premiers mois de sa vie, le duvet qu'il a (ou pas) à sa naissance, selon un cycle normal de pousse et de chute. Ensuite, on les laisse pousser sans jamais les

couper. Dans de très nombreuses traditions des cinq continents (et eu égard quelques variantes), le rituel de la première coupe de cheveux a lieu aux alentours de 2 à 3 ans.

Cette cérémonie, qui survient plus ou moins après l'acquisition de la marche (ou un peu plus tard), marque la sortie du nouveau-né du stade « bébé » et son entrée dans le stade « enfant ». C'est aussi une manière, après que l'enfant a passé tout son temps auprès de sa mère, d'en marquer la séparation. Il permet l'achèvement du petit enfant et annonce son entrée dans le monde. Les cheveux perdus sont le signe de cette rupture et de cette séparation.

Chez les peuples autochtones de Bolivie amazonienne, par exemple, c'est lors de cette cérémonie que l'enfant est inscrit au registre de l'état civil et devient officiellement un citoyen. Pour l'occasion, les cheveux de l'enfant sont tressés avec des rubans de couleur pour éloigner les sorts et ériger autour de lui une protection spirite contre toute maladie ou agression. Chaque couleur de ruban est associée à un domaine en particulier : l'argent, la fertilité, la santé, l'espoir... Lors de la cérémonie, chaque membre de la famille coupe une tresse et un ruban de la couleur qu'il a choisie pour formuler, devant tous, le vœu correspondant adressé à l'enfant. Les cheveux sont ensuite brûlés. Chez les hindous, les cheveux de l'enfant sont ensuite enterrés dans une étable ou jetés dans une rivière.

Dans la tradition juive, le rituel de la première coupe se tient précisément le jour du troisième anniversaire de l'enfant. Elle marque la séparation du cocon parental et le début de son éducation religieuse. Là aussi, tous les invités coupent tour à tour un bout de mèche de cheveux. Certains parents font l'offrande du poids en or ou en argent des cheveux coupés. En Mongolie, même chose, le rituel de la première coupe de cheveux permet de réunir les proches et de prononcer des prières pour la vie future de l'enfant. Ici, les cheveux sont conservés par la famille, qui pourra s'en servir ultérieurement si le besoin se fait sentir de le guérir d'une maladie.

Dernier exemple, au Kosovo, traditionnellement, les cheveux de la première coupe de l'enfant sont enveloppés dans un billet de banque.

Pendant une nuit, ils sont placés sur le linteau de la porte d'entrée et, le lendemain, sont jetés dans le courant d'une rivière³⁰.

Quelques conseils spirites

Votre enfant n'a peut-être pas de cheveux à la naissance. Sachez que cette absence ne prédit absolument pas la qualité de sa chevelure une fois devenu adulte. En revanche, si vous, votre partenaire ou les membres de votre famille avez tendance à avoir une chevelure peu fournie, il est possible que le facteur génétique intervienne. Quoi qu'il en soit, qu'il ait ou non des cheveux, le nouveau-né va les perdre naturellement pendant les six premiers mois de sa vie, sous l'effet du bouleversement hormonal.

Couper les cheveux d'un enfant avant 18 mois ne me semble pas souhaitable. Certaines croyances occidentales ont pourtant la vie dure, notamment celle selon laquelle plus on coupe les cheveux de bébé, plus ils repoussent forts et épais. Vous avez maintenant compris que leur texture dépendra à la fois de la génétique et de la vitalité de l'enfant. Cette texture ne s'installera que progressivement, après les trois premières années, pendant lesquelles l'apparence normale du cheveu est plutôt fine et fragile.

Aussi, je vous recommande de couper les cheveux de votre enfant le plus tard possible, lorsqu'il est vraiment gêné pour voir par exemple. S'il existait un rituel de la première coupe de cheveux vers 2-3 ans, c'est parce que les cheveux de l'enfant jouent naturellement un rôle important dans son équilibre et que le mieux est donc de ne pas y toucher avant que ce soit vraiment nécessaire. Le cheveu est tellement relié à l'esprit (et l'enfant lui-même encore très proche de sa nature spirite) que le plus grand respect est préconisé dans la toute petite enfance. Si cela peut attendre l'entrée à la maternelle, ne vous en privez pas.

LA TRICHOTILLOMANIE : À PRENDRE AU SÉRIEUX

Il arrive que certains enfants agrippent leurs cheveux et finissent par se les arracher. Cela survient plutôt chez le tout-petit, ou entre 12 et 24 mois, de manière ponctuelle. Au début, ce comportement a tendance à s'observer le soir, dans son lit, mais il peut se poursuivre pendant la nuit. Lorsque cela devient fréquent, il y a tout lieu de s'en préoccuper : cela peut être le signe d'un enfant qui a besoin d'être rassuré, apaisé,

tranquillisé. Le fait de s'arracher soi-même les cheveux (ce que l'on appelle la « trichotillomanie ») survient généralement après une angoisse, une peur en lien avec ses parents : peur de l'abandon, de la séparation... C'est la manifestation d'une dérégulation émotionnelle et, par ce geste, l'enfant tente d'arriver par lui-même à un apaisement. Mais à cet âge, il a absolument besoin de l'adulte pour y parvenir.

Il y a deux rituels qui me semblent intéressants de maintenir avec le tout jeune enfant. Le premier, c'est une offrande aux spirites et à Dieu pour les remercier d'avoir apporté cette naissance dans votre vie. Accomplir cette offrande permet d'ouvrir son cœur à la gratitude et de reconnaître aux esprits ce qu'ils font pour vous. Ce remerciement nourrit l'énergie de la protection et la renforce afin qu'elle perdure. Il n'a pas besoin d'être fait au retour de la maternité, mais dans les semaines ou les mois qui suivent. Ce rituel vous aide à apprécier ce qui vous a déjà été donné et de faire circuler l'énergie de la générosité dont toute l'humanité va profiter.

Quelques exemples d'offrandes :

- préparez vous-même les plats que vous aimez le plus et invitez vos familles et amis ;
- offrez vos fruits préférés à une personne dans la rue ou à un être cher ;
- demandez à une personne dans le besoin ce qui lui ferait plaisir et offrez-lui ;
- achetez des produits pour les Restos du Cœur, des banques alimentaires... ;
- faites un don à une association d'aide à l'enfance, à votre lieu de culte...

Le second rituel est destiné à la protection de l'enfant. Vous pourrez l'accomplir lorsque vous aurez coupé la première mèche de ses cheveux.



RITUEL DE PROTECTION POUR L'ENFANT

- Procurez-vous les éléments suivants en double de manière à pouvoir réaliser d'emblée deux sachets. Voici le nécessaire pour chacun :
 - un petit sachet rouge ;
 - trois grains d'encens naturel ;
 - un brin ou une mèche de cheveux de votre enfant ;
 - trois brins de thym et de laurier (ou 3 baies de genièvre séchées) ;
 - trois pincées de gros sel.
- Mettez le tout dans le sachet rouge. Et faites-en de même avec le second.
- Laissez-en un par exemple dans le sac à dos de votre enfant (dans une poche fermée ou même cousue) et disposez-en un autre sous son matelas.

Vous pourrez renouveler ce rituel tous les mois, plutôt lors de la pleine lune.

Avec un enfant un peu plus âgé, vous avez probablement pris l'habitude, avant la rentrée des classes, d'instaurer un passage obligé chez le coiffeur. C'est une excellente idée et c'est encore bien une façon tout à fait pertinente de marquer la fin des vacances et le début d'une nouvelle année scolaire.

Ensuite, il y a le passage de l'adolescence vers l'âge adulte, qui mérite d'être marqué de façon symbolique. En effet, aujourd'hui, les signes de passage vers l'âge adulte sont très nombreux et très étalés dans le temps. Ils finissent par s'étirer sur une longue période : l'utilisation du téléphone portable, l'autonomie dans les transports, la majorité civile, le premier logement hors de la maison, le fait de prendre une chambre... Il y a tellement de miniseuils qu'il n'y a plus de cap marquant.

En absence de rite de passage de l'adolescence à l'âge adulte, pourquoi ne pas choisir de marquer un événement fort, qui aidera le jeune adulte à franchir cette étape parfois délicate ? Être reconnu par les autres comme étant « capable » fait, à ses yeux, une grande différence, même s'il ne le dit pas.

Les cheveux se révèlent être un support de choix. Pour preuve, la demande qui émane des jeunes eux-mêmes pour que soient à nouveau organisées, à la fin de leurs études, des cérémonies officielles. La remise des diplômes s'accompagne alors du port d'une coiffe, d'une toque ou autre objet qui marque la consécration. Il s'agit en quelque sorte du couronnement symbolique des jeunes devenus adultes. Peu importe d'ailleurs qu'il s'agisse d'un chapeau, d'une toque ou d'un simple changement de coiffure : l'entrée dans l'âge adulte peut être facilitée par le fait de se couper les cheveux, un détail qui change dans la manière de se coiffer... Il peut aussi s'agir tout simplement, lors de la célébration d'un anniversaire, de tresser une couronne de lauriers et de la lui offrir. Le laurier apporte protection et force. Il est un symbole de victoire, de génie et de sagesse. Saviez-vous qu'on lui doit le nom du baccalauréat ? Le terme « baccalauréat » vient en effet des mots *bacca laurea* : les baies de laurier avec lesquelles on fabriquait des couronnes de rameaux et qui étaient offertes aux doctorants en médecine fraîchement diplômés. Il s'est ensuite étendu à la fin des études secondaires.

29. L. Rhiyourhi, *Vous aussi, vous êtes médium*, Leduc, 2019.

30. A. Doja, *Naître et grandir chez les Albanais. La construction culturelle de la personne*, L'Harmattan, 2000.

CHAPITRE 4

AUTRES RITUELS SPIRITES

Vos cheveux sont d'importantes sources de puissance vitale et spirite. Aussi sont-ils naturellement d'excellents supports de prière et de rituels pour accroître votre protection énergétique ou vous aider à concrétiser vos plus beaux projets.

De tout temps, les hommes ont utilisé les cheveux pour accomplir des rituels destinés à la guérison, à l'amour, à la chance ou encore pour influencer les éléments. En Sibérie, par exemple, dans le peuple autochtone des Evenques, on prélève un cheveu sur chacun des hommes et on en tresse une bourse pour faire revenir le soleil. À Londres, jusqu'au siècle dernier, il était de coutume, lorsqu'un enfant était malade, de prélever un peu de ses cheveux puis de les mettre dans un sandwich ou quelque chose d'appétissant que l'on donnait au premier chien venu. La maladie devait alors passer du corps de l'enfant à celui de l'animal. Dans nos campagnes, quand une personne souffrait d'une forte fièvre, on déposait une mèche de ses cheveux derrière l'écorce d'un tremble afin que ce soit l'arbre qui s'agite et qui tremble à la place du malade et que la fièvre de ce dernier disparaisse.

LES CHEVEUX COMME OFFRANDES VOTIVES

Dans la Grèce antique, pour obtenir la guérison de certaines maladies, les Athéniens faisaient don de leur chevelure au dieu de la Médecine, Asclépios, ou à sa fille, la déesse Hygie, elle aussi divinité de la Santé.

Lorsque les cheveux n'étaient pas offerts directement, ils étaient coupés, et c'est le don en monnaie de leur poids qui était versé au sanctuaire ou au culte, duquel on espérait la guérison ou la réalisation de son vœu le plus cher. Il en était ainsi en Égypte ancienne, comme le rapporte Hérodote :

des parents qui priaient pour la guérison de leurs enfants. Toujours en Égypte, on rasait aussi le crâne des fils uniques et l'offrande de leurs cheveux devait leur garantir le bonheur. Ainsi, on offrait ses cheveux aux dieux pour se mettre sous leur protection ou demander la réussite d'une entreprise, d'un examen, d'une union et, le plus souvent, le rétablissement de la santé.

Certains de ces rituels perdurent encore aujourd'hui, comme l'offrande de la chevelure que pratiquent les hindous au temple de Tirupati, dans le sud de l'Inde. Tirupati est la première destination des pèlerins hindous et le deuxième site religieux le plus visité au monde après le Vatican. Ce temple (qui accueille chaque année 40 millions de visiteurs) est considéré comme la demeure sur Terre du dieu Vishnou, communément appelé Balaji, éminemment protecteur et sauveur envers toute la création.

Selon la légende, Balaji serait devenu partiellement chauve suite à une blessure causée à la tête par un berger. La princesse Neela Devi l'aurait remarqué et pensé qu'un visage aussi attirant que le sien se devait de n'avoir aucun défaut. Elle aurait coupé une partie de sa chevelure et, utilisant ses pouvoirs magiques, l'aurait implantée avec succès sur la tête de Balaji. Ce dernier, touché par son sacrifice, lui promit que quiconque visiterait le temple sacré de Tirupati et se raserait la tête serait béni et verrait tous ses souhaits exaucés.

Chaque jour, près de dix mille hindous, hommes et femmes, viennent offrir un bien infiniment précieux à leurs yeux : leur chevelure. Ils viennent se faire raser la tête soit pour être libérés du karma, soit pour demander la réalisation d'un vœu ou remercier pour son accomplissement. Cette pratique fournit en cheveux l'industrie mondiale de la perruque. Pas moins de plusieurs centaines de tonnes de cheveux d'excellente qualité sont ainsi récoltés et exportés chaque année.

RENFORCER LA PROTECTION ET ATTIRER LA CHANCE

Une bonne protection énergétique fait bien plus que vous éviter le mauvais œil. En préservant l'intégrité des énergies de votre aura, elle vous permet de rester au contact de votre soi divin, de votre joie, et de vous maintenir

dans votre lumière naturelle. Cela attire en retour la chance, le bonheur et les événements favorables.



RITUEL DE PROTECTION ET PORTE-BONHEUR

- Procurez-vous les éléments suivants :
 - un sachet en velours rouge à cordonnet ;
 - trois grains d'encens naturel (benjoin ou oliban) ;
 - une mèche de vos cheveux ;
 - trois pincées de gros sel ;
 - quelques graines de cumin, d'anis, de pavot ;
 - quelques copeaux d'écorce de bouleau (si possible) et/ou noix de muscade ;
 - un l'anis étoilé (aussi appelé « badiane ») séché.
- Mettez tous ces ingrédients dans le sachet rouge en y mettant votre amour et votre intention en faveur de la protection et de la chance. Faites cela un jour de pleine lune.
- Ensuite, gardez-le sur vous, dans votre manteau, votre poche ou votre sacoche.

En mettant un fragment de vos cheveux au contact d'éléments porteurs de pureté, de protection spirite, de vibrations positives, vous vous donnez la possibilité d'en bénéficier pour vous-même. En effet, la chance, le bonheur, ne nous arrivent pas par hasard. Ils viennent à nous lorsque nous-mêmes dégageons de bonnes vibrations.

Lorsque vos corps énergétiques sont lumineux, forts, solides, ils appellent à eux des opportunités constructives et positives, des relations épanouissantes et des contacts qui vous ouvrent des portes pour réaliser vos rêves. Si vous souhaitez approfondir cette thématique, vous pouvez vous reporter à mon livre *Nettoyez votre énergie*³¹, qui rassemble tous les

rituels et protocoles nécessaires pour purifier et protéger vos corps afin de vivre dans la santé, l'abondance et l'amour.

SE DÉBARRASSER DES MALHEURS, DE LA MALCHANCE

En côtoyant d'autres personnes, il arrive que des échanges de nature subtile (pas toujours bénéfiques) se fassent entre les auras. Cela se ressent rapidement : vous avez des idées noires, vous ne vous sentez pas bien. Vous remarquez que vous êtes fatigué sans raison ou que vous avez tout le temps envie de manger, de fumer ou de boire. Ou bien, tout simplement, la chance vous a quitté. Vous vous disputez plus que d'habitude avec votre entourage.

En premier lieu, il convient de vérifier si ce n'est pas le mauvais œil (voir p. [158](#)) et de commencer par la prière dédiée. Mais si cela ne suffit pas, vous pouvez accomplir le rituel qui suit.



RITUEL SPIRITE DE LIBÉRATION

- Prenez une assiette en verre ou en porcelaine (pas de plastique ni de carton) qui ne servira désormais plus qu'à vos rituels.
- Mettez un petit peu d'eau dedans.
- Placez une petite mèche de vos cheveux, que vous pouvez prélever sur votre peigne.
- Puis déposez 4 gouttes d'huile d'olive suivant le signe de croix, avec au centre votre mèche de cheveux, et récitez aussitôt la prière suivante (le signe de croix est à faire sur vous-même) :
 - « Voici la croix du Seigneur,
 - Fuyez, puissances ennemies,
 - Le lion de la tribu de Judas,
 - Rejeton de David a vaincu,

Alléluia ! Alléluia ! Alléluia !

Saint Antoine de Padoue, qui chassez les démons, priez pour nous,
afin que nous devenions dignes des promesses de Jésus-le-Christ.

Des embûches du démon, Grand Saint Antoine, délivrez-nous.

Et donnez-nous de prendre le dessus sur tout mal, s'il plaît à Dieu.

Qu'il en soit ainsi. »

- Versez une grosse poignée de gros sel sur votre assiette.
- Faites semblant de cracher dessus 7 fois et jetez le contenu dans les toilettes.

Même si vous ne vous sentez pas concerné, il est bon de réciter une fois par semaine (par exemple) cette prière pour se protéger des choses négatives :

« Heureux l'homme qui ne marche pas selon le conseil des méchants,
Qui ne s'arrête pas sur la voie des pécheurs,
Et qui ne s'assied pas en compagnie des moqueurs,
Mais qui trouve son plaisir dans la loi de l'Éternel,
Et qui la médite jour et nuit !
Il est comme un arbre planté près d'un courant d'eau,
Qui donne son fruit en sa saison,
Et dont le feuillage ne se flétrit point :
Tout ce qu'il fait lui réussit.
Il n'en est pas ainsi des méchants :
Ils sont comme la paille que le vent dissipe.
C'est pourquoi les méchants ne résistent pas au jour du jugement,
Ni les pécheurs dans l'assemblée des justes ;
Car l'Éternel connaît la voie des justes,
Et la voie des pécheurs mène à la ruine. »

ACTIVER SON PROJET LE PLUS CHER

En tant que source de pouvoir spirite, la présence du cheveu améliore la force des rituels que l'on peut accomplir pour obtenir la réalisation de ses souhaits. Assurez-vous, avant d'entreprendre ce protocole, d'avoir bien pris le temps de la réflexion pour définir et formuler le vœu dont vous souhaitez la réalisation. Ce doit être un projet qui peut être un besoin (logement, travail...) ou qui répond à une aspiration profonde de votre âme, l'un de vos plus beaux rêves. Il doit être positif, clair, précis, exprimé au présent et n'impliquer aucune autre personne. Lorsque vous aurez défini le vœu prioritaire du moment, vous pourrez accomplir le rituel spirite suivant pour aider à sa réalisation.



RITUEL D'AIDE À LA RÉALISATION DES VŒUX

- Procurez-vous une bougie blanche, un gros œuf frais bio, une aiguille, un petit bout de papier rouge, un stylo noir. Cherchez le côté de l'œuf qui a le bout le plus petit. Avec l'aiguille, faites un trou d'un centimètre du côté. Videz-le et lavez-le. Mettez-le de côté.
- Prévoyez, une semaine avant, le moment auquel vous allez accomplir ce rituel. Demandez aux spirites de bien vouloir être avec vous pour ce rendez-vous au jour et à l'heure choisis afin de procéder au rituel d'aide à la réalisation de votre vœu.
- Le jour venu, lavez-vous bien en conscience de la tête aux pieds.
- À l'heure convenue, allumez la bougie. Remerciez les spirites pour l'aide qui vous est apportée.
- Écrivez votre souhait sur le papier rouge.
- Roulez-le et mettez votre mèche de cheveux à l'intérieur.
- Introduisez-le dans l'œuf : tout le papier doit être à l'intérieur.
- Dites la prière suivante : « Esprit Infini, supprime le négatif de ma demande. Entoure-la de ton énergie de lumière. C'est fait d'une façon immédiate et parfaite selon le plan Divin. Merci. »
- Mettez-le dans votre maison, en regardant la boussole pour le placer dans un endroit qui se trouve à l'ouest, ou bien, si vous préférez, vous

pouvez aussi le remplir de miel et aller l'enterrer en forêt, dans la nature ou dans un parc.

ATTIRER L'AMOUR DANS SA VIE

Les rituels que je vous propose sont spirites. Ils vous sont donnés par de bons esprits pour vous aider à vous libérer et à vous réaliser personnellement. J'attire votre attention sur la vigilance que vous devez avoir si vous cherchez sur Internet des rituels d'amour qui utilisent le pouvoir des cheveux. Vous allez trouver beaucoup de procédés qui peuvent faire beaucoup de mal aux autres et à vous-même par voie de ricochet.

Vous devez savoir que tous les actes visant à agir sur une autre personne, que ce soit pour la séduire, la conquérir, la faire revenir ou la venger, relèvent d'une forme de magie que l'on appelle « noire », car elle porte atteinte à l'intégrité ou au libre arbitre de la personne.

La magie spirite que je pratique émane d'une pure énergie d'Amour. Elle est exclusivement orientée vers l'intérêt de chacun et de tous. Autant vous serez aidé par des bons esprits si vous cherchez un partenaire qui vous convient et avec lequel vous pourrez grandir et vous soutenir mutuellement, autant il est absolument inenvisageable pour moi d'imaginer agir sur une autre personne.



RITUEL POUR ATTIRER L'AMOUR

- Procurez-vous :
 - un sachet à cordonnet de tissu velours rose ou rouge ;
 - deux tout petits morceaux de quartz rose, 1 ou 2 cm suffisent ;

- quelques pétales de violette séchés, de lavande ou bien de camomille ;
- quelques grammes de verveine séchée et broyée, sur lesquels vous déposerez, si possible, une goutte d'huile essentielle de rose de Damas (ou d'absolue, moins onéreuse) ;
- une mèche de vos cheveux.
- Confectionnez le sachet un vendredi de lune croissante.
- Incorporez dans le sachet les pierres et les pétales.
- Inscrivez sur un petit bout de papier ce que vous souhaitez : par exemple : « Je rencontre la personne qui m'est destinée et avec qui je serai heureux (heureuse) dans cette vie. »
- Enroulez votre mèche de cheveux à l'intérieur du papier.
- Placez-le dans votre sachet.
- Prenez-le dans vos mains quelques minutes pour lui transmettre votre amour et votre foi dans la rencontre du partenaire qu'il vous faut.
- Gardez-le sous l'oreiller, de l'autre côté du lit, pendant 7 jours. Puis videz-le dans une rivière avec du courant (pas d'eau stagnante).

CONCLUSION

Oui, vos cheveux vous parlent... Ils vous parlent de vous, de vos vulnérabilités, de vos besoins, de vos forces, de vos pouvoirs magiques. Je vous invite à les reconsidérer sous un angle énergétique et spirite. Les cheveux sont porteurs d'une force qui est loin d'être symbolique. Elle est reliée au monde spirite et à votre âme. Votre chevelure est également connectée au treillis de l'Univers, la trame énergétique sur laquelle vous pouvez écrire votre destin.

Réhabilitons le sacré dans nos vies quotidiennes. Il n'y a vraiment rien de superficiel dans le fait de vouloir une magnifique chevelure, bien au contraire, croyez-moi. Si vous entreprenez de prendre soin de vos cheveux, vous allez mieux vous nourrir, mieux vous connaître, mieux vous aimer, vous libérer de vos peurs et bien mieux vous porter. Ne vous étonnez pas si vous assistez à des phénomènes surprenants, par exemple si vos cheveux disparus repoussent ou si vos cheveux blancs se colorent.

Ce « prendre soin » ne s'adresse pas qu'aux femmes. Les hommes aussi tirent un grand bénéfice sur leur bien-être après un passage chez le coiffeur³². Quand vous êtes bien coiffé, vous êtes mieux payé. En vérité, parce que vous avez une meilleure estime de soi et que cela rayonne à l'extérieur. Voyez à quel point vos cheveux sont vos compagnons sur votre chemin de reconquête de votre divinité, de votre identité d'être divin. Vos cheveux représentent la parure de votre tête. Respectez-les, aimez-les pour ce qu'ils sont : des baguettes de fées qui vous aident à rapprocher vos rêves de votre réalité.

Réveillez votre âme d'enfant. Croyez en la magie. Mon intention en écrivant ce livre était de vous permettre de vous réapproprier votre magie, cette

force subtile qui va devenir de plus en plus quotidienne dans nos vies. La magie est une énergie active, disponible pour chacun. Vos cheveux vous donnent un accès facile et puissant à cette pure force spirite. N'oubliez pas que les sorcières étaient rasées avant d'être livrées au bourreau au Moyen Âge ; il fallait les priver de leurs pouvoirs magiques.

Appréciez le chemin que l'humanité a parcouru. Réinvestissez en conscience le pouvoir que vous octroient vos cheveux. Redevenez votre propre magicien. Soyez de mèche avec vos cheveux ! Regardez comment, dans chaque culture, les mots nous parlent de ces forces. En Espagne, il existe une expression extraordinaire, « *por un pelo* », que l'on traduirait par « à un poil » et qui signifie « par miracle ».

Maintenant que les énergies ont encore changé sur la Terre, que ses vibrations se rapprochent de la source du Créateur, saisissez-vous de la magie que vous offrent vos cheveux. Si vous souhaitez approfondir, venez vous former pour pouvoir, ensuite, comme je le fais parfois, prendre vos ciseaux et votre tendresse et descendre dans la rue redonner le sourire à ceux qui ne peuvent pas se rendre régulièrement chez le coiffeur. Quelle joie est la mienne lorsque je vois leurs énergies changer et une transformation s'opérer, intérieure comme extérieure... Ainsi l'âme agit pour le meilleur.

32. T. Roper et J. Barry, *Is Having a Haircut Good for Your Mental Health?*, in *New Male Studies*, vol. 5, 2016.



Des livres pour mieux vivre

Merci d'avoir lu ce livre, nous espérons qu'il vous a plu.

Découvrez les autres titres de la **collection** [ésotérisme](#) sur notre site. Vous pourrez également lire des extraits de tous nos livres et acheter directement ceux qui vous intéressent, en papier et en numérique ! Rendez-vous vite sur le site : www.editionsleduc.com

Inscrivez-vous également à notre newsletter et recevez chaque mois des conseils inédits pour vous sentir bien, des interviews et des vidéos exclusives de nos auteurs... Nous vous réservons aussi des avant-premières, des bonus et des jeux ! Rendez-vous vite sur la page : <https://www.editionsleduc.com/inscription-lettre-d-information>

Les éditions Leduc.s

10 place des Cinq-Martyrs-du-Lycée- Buffon
75015 Paris



Retour à la [première page](#).