



GUIDE

Le Décodage Capillaire Émotionnel :
quand le cheveu devient langage de l'âme

**"Et si nos cheveux portaient en eux
les maux que notre
âme n'a jamais su dire ?"**

Pendant des années j'ai observé... Écouté, senti, ressenti.

Au fil de mon parcours, j'ai vu des femmes se transformer dans mon fauteuil, parfois sans même qu'un mot soit prononcé. Leurs regards, leurs silences, leurs soupirs, leur posture... Le corps disait souvent ce que les mots n'osaient exprimer. Et les cheveux, eux, parlaient encore plus fort.

Ils se desséchaient, tombaient, résistaient ou se laissaient aller.

Ils traduisaient les blessures, les retenues, les besoins, les deuils, les renaissances.

Peu à peu, j'ai compris que derrière chaque mèche, il y avait une mémoire.

Derrière chaque coupe, un possible renouveau.

C'est ainsi que, naturellement, est né en moi le besoin d'écouter autrement.

Non plus seulement avec les mains ou les ciseaux... mais avec le cœur.

C'est ainsi qu'est né le décodage capillaire émotionnel.

Un langage subtil, au croisement du visible et de l'invisible.

Une voie de reconnexion à soi... jusqu'à la racine et toucher l'essence profonde qui ne demande qu'à s'exprimer librement



Introduction

Et si les cheveux vous parlaient ?

Et s'ils portaient en eux les murmures d'expériences passées, les traces d'émotions retenus, les mémoires silencieuses qui blessent encore ?

Depuis toujours, les cheveux racontent.

Ils tombent, s'emmêlent, se rebellent, se figent, se coupent ou s'illuminent au rythme de notre vécu intérieur.

Mais avons-nous appris à les écouter ?

Le décodage capillaire émotionnel, tel que je le pratique et le transmets, est une rencontre sacrée entre le visible et l'invisible, entre matière et émotion, entre l'autre et soi.

C'est une lecture subtile et intuitive de ce que les cheveux portent en eux : tensions internes, blessures de l'âme, émotions refoulées, empêchements profonds mais aussi désirs de transformation.

Ce guide est une invitation à ralentir, à ressentir, à entendre au-delà des mots et prendre contact avec cette fibre qui vibre votre vie.

Je vous y partage les 4 étapes fondatrices de cette approche, à la fois thérapeutique, symbolique et profondément humaine.



1. La Présence – Offrir un espace d'Être

Avant toute chose : être là, totalement et entièrement.

Pas dans le faire, pas dans le jugement.

Juste dans cette qualité rare de présence qui apaise tout et sécurise.

La présence, c'est ce vide plein.

Ce regard sans jugement, ce silence qui contient.

Ce cœur qui ne cherche rien... mais qui est prêt à tout recevoir.

*En tant qu'accompagnante du cheveu, tu ne viens pas avec une intention de
comprendre ou de réparer.*

Tu offres ton ancrage, ta stabilité, ta sensibilité ouverte.

La personne ressent qu'elle peut se déposer, sans masque et en toute sécurité

Et les cheveux, eux aussi, commencent à se libérer...

Ils savent qu'ils seront écoutés.

*Laisse toi emporter par tes ressentis, ce que ton corps te dit et tu mettras des
mots sur les maux.*

*Ils peuvent t'appartenir comme appartenir à l'autre et c'est en cela que
l'effet miroir fait son œuvre.*

Ne prends rien personnel et fais confiance au processus .

2. L'Écoute active – Entendre ce qui ne se dit pas

Ici, les mots deviennent précieux... mais le silence aussi.

Tu écoutes la voix : le timbre de la voix t'en dira long sur l'émotion du moment.

Le cheveu : dans sa texture, son état général, son aspect, sa densité, sa tenue...

Ton ressenti : ton corps va te parler tout comme le corps de la personne face à toi. Ses positions, ses réactions physique.

*Les hésitations : pas facile de se dévoiler, se sentir en sécurité va l'y aider.
Reste attentive aux mouvements des corps.*

Chaque mèche peut contenir un souvenir refoulé.

Chaque épi, une émotion non exprimée.

Chaque chute, une perte inconsciente.

Dans cette étape, tu accueilles le récit, mais tu perçois aussi ce qui ne peut pas encore se dire.

Être patiente et le cœur ouvert.

L'écoute est verbale, non verbale, émotionnelle, énergétique.

Tu poses des questions ouvertes, tu reflètes parfois un mot-clé, une image.

Tu ne supposes pas.

Tu ne forces rien.

Tu laisses sa vérité émerger doucement, par elle-même.

3. L'Accompagnement – Guider sans diriger

À ce stade, une connexion est établie.

Tu deviens éclareuse, traductrice douce entre ce que les cheveux révèlent... et ce que la personne est prête à entendre.

Il ne s'agit pas de "dire à l'autre" ce qu'il vit.

Il s'agit de l'aider à nommer, à ressentir, à reconnaître et accueillir

Tu lui permets les prises de consciences, de mettre des mots sur ses maux.

Tu peux relier certaines zones du crâne ou textures capillaires à des émotions, des organes, en t'aidant des éléments de la médecine traditionnelle chinoise.

Tu peux évoquer une symbolique, proposer un lien subtil, une analogie.

Mais surtout, tu accompagnes au rythme de l'autre.

Tu ne précipites pas. Tu ne projettes pas.

Tu soutiens, tu proposes, tu valides ce qui se manifeste avec bienveillance.



4. La Réalisation – L'acte symbolique

Cette dernière étape n'est pas toujours une coupe. Cela peut être juste une mise en place naturelle qui allège.

C'est toujours un passage, parfois une libération.

De belles prises de conscience qui apportent de la lumière là où était encore l'ombre.

C'est le moment où l'invisible devient visible.

Où le corps, enfin, intègre ce qui a été ressenti.

Où l'on dépose... ou l'on libère.

Cela peut être une coupe au rasoir comme un rituel de détachement.

Une émotion qu'on laisse nous traverser.

Un cheveu qu'on honore.

Une parole qu'on ose enfin dire. Une émotion enfin exprimée qui circule pour délivrer son message avant de s'en aller.

Ce moment peut être doux, intense, bouleversant... mais il est toujours juste.

Il permet à la personne de reprendre les rênes de son histoire.

Elle ne subit plus son cheveu.

Elle devient co-créatrice de son chemin.



Pourquoi cette approche transforme

*Parce qu'elle reconnecte la personne à son MOI PROFOND.
Parce qu'elle ramène du sens là où il n'y avait que souffrance ou
automatisme.*

*Parce qu'elle réveille une écoute subtile et le respect de Soi
Et surtout, parce qu'elle fait du cheveu un pont entre le corps, le cœur et
l'âme.*

Pour qui ?

*Pour les coiffeurs et coiffeuses qui sentent que leur métier peut devenir un
art sacré.*

*Pour les thérapeutes qui souhaitent ajouter la sagesse du cheveu à leur
accompagnement.*

*Pour toute personne en quête de transformation intérieure... prête à
s'écouter jusqu'à la racine.*



Petite pratique : Écouter ses cheveux autrement

Asseyez-vous dans un endroit calme, face à un miroir.

*Prenez le temps de vous regarder, votre position, votre corps et vos cheveux.
Fermez les yeux un instant et portez votre attention sur votre cuir chevelu :*

*est-il tendu, relâché, il picote, il tiraille ?
Pas de jugement, juste une constatation.*

Respirez profondément.

*Puis, ouvrez les yeux et regardez vos cheveux...
Prenez le temps de les rencontrer.
Prenez une mèche entre vos doigts.*

Puis passer vos mains sur toute la chevelure en ressentant la matière

Prenez votre temps :

“Quelle sensation émerge à cet instant ? Quel mot vous vient à l’esprit ?”

*Écoutez, sans attendre de réponse mentale.
Laissez le corps, l’émotion ou une image parler.*

*Comment cela résonne en vous ?
Notez ce qui vient, même infime.
C’est déjà un début de décodage*

Conclusion

Le décodage capillaire émotionnel est plus qu'une technique.

C'est une posture de vie.

Une manière d'honorer le visible comme le sensible.

De voir dans chaque cheveu non pas un fil à couper, mais un message à révéler.

Et si c'était le début d'une nouvelle écoute de vous-même ?

Si vous sentez l'appel... je suis là, tout simplement.

Que vous vouliez vous former à cette approche ou recevoir un décodage capillaire émotionnel.

contact@pichetmariefrance.com

