Good vibes

Prête à réenchanter votre quotidien ?

PAR SOPHIE BILLAUD ET CHLOÉ PLANCOULAINE

L'EXPÉRIENCE DU MOIS

Chloé a testé… une séance de coiffure énergétique

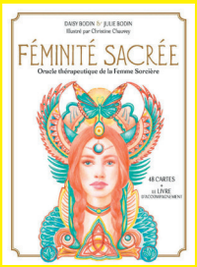
Dans une petite rue pavée de Lyon, Céline Rudoni, coiffeuse et énergéticienne, m'accueille dans son salon. Musique relaxante, cristaux disposés un peu partout, je me sens dans un cocon. Céline me demande de lui parler de mon rapport à mes cheveux. Je les kiffe, je les ai portés très longs, jusqu'à récemment où je suis passée au carré sur un coup de tête. **« Le cheveu porte des mémoires. On a parfois besoin de les couper pour se libérer du poids du passé. »** Ça me parle. Céline enchaîne avec une lecture du cheveu : texture, souplesse, épi… Chaque détail dit quelque chose de mon vécu. Par exemple, **la couleur gris clair de mon crâne montre la fin d'un cycle et une période de deuil : bingo.** Et mes racines à tendance grasse, le stress de ces dernières semaines. C'est comme si Céline parcourait mon journal intime avec bienveillance, pour en éclairer les zones d'ombre. On passe au shampooing, avec des huiles essentielles adaptées à mon profil, puis elle m'invite à fermer les yeux et me guide jusqu'à un état de profonde relaxation. Après un massage shiatsu du crâne, je sens son énergie me traverser jusqu'aux pieds ! On passe à la coupe, au rasoir, toujours les yeux fermés. Je ressens chaque mouvement de lame, certains comme des caresses, d'autres plus douloureux : « C'est normal, pour une première coupe énergétique, il y a plus de choses à nettoyer. » Je ressors sur un petit nuage et quelques jours plus tard, **mes cheveux sont magnifiques, beaucoup moins gras et ternes.** Il n'y a pas qu'eux qui ont changé : en une semaine, je me suis libérée d'une amie toxique et j'ai rencontré une personne formidable. Merci Céline ! 85 € la coupe, 140 € avec la lecture du cheveu, lefildelame.com. ■

LA FILLE À SUIVRE

Aux États-Unis, Simrit Kaur est la pop star de la musique mystique. On adore sa voix lumineuse et son univers qui mixe ethereal wave, worldbeat, percussions… Ses concerts sont de véritables voyages méditatifs, et ses tenues sont créées par des artistes avec qui elle travaille en étroite collaboration. On suit son actu sur @simritkaur.

L'ARTISANAT DU ZEN
Derrière ces coussins de méditation poétiques faits main, on découvre Anne Jacquinot, une artiste engagée qui prône un retour à la simplicité. Et ça fait du bien. amessensibles.fr

EXPLORER SON FÉMININ SACRÉ
À l'issue de chaque tirage, les cartes nous dévoilent des messages pour enfin oser vivre nos rêves. Féminité sacrée, oracle thérapeutique de la femme sorcière, livret + 48 cartes, de Daisy et Julie Bodin, éd. Eyrolles, 23 €.



SOINS PAR LES MAINS
Depuis vingt ans, Lila Rhiyourhi soigne ses patients grâce à ses dons de magnétiseuse et d'énergéticienne. Dans *Secrets de guérisseuse,* tout est expliqué avec simplicité. Éd. Leduc.s Pratique, 17 €.

COMPAGNON DE YOGA
Chandelle, salutation au soleil ou lotus, le renard de Maison Kitsuné enchaîne les postures avec la facilité d'un maître yogi ! Décliné sur des tee-shirts et des sacs, on a trouvé le meilleur partenaire pour nos cours de vinyasa. Collection Yoga Fox, Maison Kitsuné.

IAN CURCIO ET CHRISTINE CHAUVET ; DR.

CosmoSpirit559.indd 68 30/06/2020 18:10
COSN0559_068_CO8433770.pdf