



Marc Dugast  
Morphopsychologue Conseil

## Crédits

Copyright © 2023 Marc Dugast

Les erreurs qui peuvent subsister sont le fait de l'auteur. Le piratage prive l'auteur ainsi que les personnes ayant travaillé sur ce livre de leur droit.

Design de couverture : Régis Villiers

Relecture et corrections du texte : Sylvia Villiers

Coordinatrice : Carrie Millot

Maquette : Blandine Pouchoulin

Tous droits réservés. Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite ou transférée d'aucune façon que ce soit ni par aucun moyen, électronique ou physique sans la permission écrite de l'éditeur, sauf dans les endroits où la loi le permet. Cela inclut la photocopie, les enregistrements et tout système de stockage et de retrait d'information. Pour demander une autorisation, et pour toute autre demande d'information, merci de contacter Marc Dugast – 16 rue du Cherche Midi 75016 Paris.

ISBN : 979-10-359-9038-1

MARC DUGAST

Première édition : Février 2023

Dépôt légal : Février 2023

[www.marcdugast.com](http://www.marcdugast.com)

# **Table des matières**

## **Avant-propos**

### **Chapitre 1** : L'origine de la méthode de la Morphopsychologie appliquée à la beauté de l'image de Soi

- L'importance du cheveu : « *Et si votre cheveu parlait de vous* »
- L'Observation : « *Comprendre la forme de son visage* »
- Les 7 clés pour lire son visage : « *Découvrir ses traits de caractères* »

### **Chapitre 2** : L'écriture du Mémoire en Morphopsychologie - *Découvrir le lien entre la Morphopsychologie, le visage et le cheveu*

### **Chapitre 3** : La création de la méthode Marc Dugast morphocoiffure et morphorelooking

La Méthode détaillée : *Pratiquer pas à pas la morphopsychologie appliquée aux huit formes de la silhouette et du visage*

- La Morphocoiffure : *L'adaptation de la coiffure aux huit formes de visage*
- La Morphocouleur : *L'adaptation de la couleur aux huit formes de visage*
- Le Morphorelooking : *L'adaptation du look au huit univers de silhouette*
  - Le Morphostylisme - *L'adaptation du stylisme à chaque univers*
  - Le Morphomaquillage - *L'adaptation du maquillage à chaque univers*
  - La Morphoptique - *L'adaptation des lunettes à chaque univers*

### **Chapitre 4** : Mon Histoire de vie - *Du cheveu vers la Morphopsychologie*

Le parcours de mon enfance à ma vie professionnelle

- Pourquoi ce parcours : *les circonstances de la vie qui vous emmène sur votre chemin de vie*
- La vie professionnelle : *Les drôles de surprises qui sillonnent votre vie professionnelle*
- La réalisation de ses rêves : *Est-ce bien votre choix ?*
- La finalité : *est-ce une vie épanouie ?*



## **Les Témoignages et les reconnaissances**



- Les articles et interviews des médias, presse professionnelle et publique, les radios et les télévisions
- La confiance des professionnels de la coiffure française et étrangère
- La reconnaissance de ma famille et de mes amis proches et de ma clientèle, qui m'ont aidé à écrire ce livre
- Conclusion : « *Aider une femme à se ressentir belle, c'est rendre une femme heureuse* »



Marc DUGAST

## **La beauté à l'image de Soi**

La Morphocoiffure est une approche totalement nouvelle de la coiffure créée par Marc DUGAST Morphopsychologue Conseil en Image de Soi. Son rôle est de tisser un lien étroit entre ses caractéristiques physiques et psychiques, afin de trouver l'harmonie entre l'être et le paraître, ou plus prosaïquement transformer « *une gueule de raie en gueule d'amour* ».

Cette approche se fait à travers toutes les dimensions du paraître, la forme de la silhouette et du visage, le cheveu, la couleur, le maquillage, le stylisme et ses accessoires, les lunettes, les tatouages et les piercings.

Pourquoi cette couverture de la Vénus de BOTICELLI ?

Elle représente la beauté à l'image de Soi, illustrant le corps nu à l'état pur enlacé par la chevelure de la tête aux pieds qui relie l'énergie spirituelle à l'énergie de la matière et nous renvoie à l'image du caducée enlacé de deux serpents symbolisant la source de la vie.

Le récit de ce manuscrit est basé sur la démonstration que l'alliance entre les deux oppositions reflète naturellement la Beauté à l'image de Soi.

L'accomplissement de cette recherche est la création de la Morphocoiffure.

## Avant-propos

*« Miroir... Miroir... ô mon beau miroir, suis-je la plus belle ? »*  
*« Vous êtes toutes belles Mesdames, Marc Dugast vous explique pourquoi »*



Masson / Shutterstock.com

Chaque matin, une femme vérifie son image, qui lui renvoie inmanquablement le reflet de soi à cet instant T... Au fil de la journée, sur les boulevards, de vitrine en vitrine, son image de soi la suit inlassablement... A l'arrivée sur son lieu de vie ou de travail, son premier réflexe est souvent de passer par les toilettes ou la salle d'eau pour jeter un dernier coup d'œil au miroir, pour voir si le reflet de son image d'elle-même est bien resté le même.

En réalité, que regarde-t-elle vraiment dans ce miroir ? Son visage, sa coiffure, son maquillage ou, plus subtilement, l'image que celui-ci lui renvoie ? Notre visage ne serait-il qu'une image, ou une illusion ?... Et pas n'importe quelle image, une image de soi ou, plus précisément, une image de rêve, inconsciente, un impossible reflet composé de tous nos possibles.

Notre valeur devient l'objet de toutes nos attentions. Chaque jour, le tableau est à recomposer. Totales et mouvantes, les femmes sont des rives émouvantes qu'il est très difficile d'aborder. Au regard de cette vulnérabilité, la mode se transforme en un tyran qui se joue de nos pulsions séductrices. Chaque jour, ce monstre cruel impose sa volonté, nous habille, nous juge, nous colorise, blanchit nos nuits. Au-delà de cette apparence, le temps érode chaque jour cette falaise si lisse, si douce, si fraîche et si fragile, dans son incessante caresse à façonner son empreinte au fil des ans.

Quel secret de jouvence pourrait-on utiliser pour allier cette quête impertinente du reflet de soi face à son miroir, de l'image de son apparence, de l'image cachée au fond de ce miroir et de l'image rêvée de soi ? Cette recette miracle, c'est aussi ce que révèle l'impossible quête de Marc Dugast.

**« Rendre visible l'invisible »**



# Chapitre 1

**L'origine de la méthode de la Morphopsychologie  
appliquée à la beauté de l'image de Soi**



## Son métier : Coiffeur ? Oui, mais pas que...

Il débute son parcours professionnel à Angers, à l'âge de 15 ans, chez A.L., champion de France de coiffure masculine, puis à Paris, à la Madeleine, chez J. H., champion du monde, et à Nantes, rue Jean-Jacques Rousseau, chez M. P., champion du monde également. Après son CAP et son BP, il ouvre, à 23 ans, son premier salon, à Nantes, et commence à parcourir les cinq continents.

En 1978, il entre au sein du Groupe H.C. et devient animateur en management artistique local, régional et national. En 1982, il s'intéresse à la Morphopsychologie, créée par le Dr Corman, psychiatre à Nantes et suit des études avec C.B., professeur de la Société française de Morphopsychologie, auteur de « *L'ABC de Morphopsychologie* ».

En 1986, il prend la Direction des stages H.C. et crée un stage intitulé « *Culture Plus* », où l'on enseigne l'art plastique, la Coloranalyse et la Morphopsychologie. Pionnier dans ce domaine, il comprend que la formation d'un coiffeur doit s'étendre à l'étude des arts et la compréhension des couleurs, en relation avec l'aspect psychologique de la personne.

En 1988, il possède six salons de coiffure en propre ou de manière associative et il est diplômé en Morphopsychologie, le seul dans sa profession à cette époque. Fasciné par cette science humaine, il commence un mémoire basé sur le rapport entre la Morphopsychologie, l'esthétisme et la coiffure. En 1989, H.C. prend une nouvelle direction et il est nommé Directeur artistique national. Parallèlement, il poursuit son travail de salon et de Morphopsychologie et étudie le pourquoi de la réussite de Monsieur Alexandre de Paris.

En 1993, Il termine son mémoire sur la relation entre la Morphopsychologie, l'esthétisme et la coiffure et obtient sa validation par le Dr Corman ainsi que sa publication dans la revue spécialisée des Morphopsychologues. Il quitte Nantes pour rejoindre la capitale et s'installe à St-Germain des Prés. En 1994, il rencontre P.R., pour étendre son mémoire au stylisme, et projette une étude sur les couleurs par rapport à la Morphopsychologie.

En 1996, il tient une conférence devant la presse, les Morphopsychologues, la Direction du fournisseur L'Oréal et les membres de H.C., réunissant 1000 personnes dans la salle bleue du Palais des Congrès. Il lance alors la Morphocoiffure.

En 1998, il crée le salon pilote de la Franchise Marc Dugast, Morphocoiffure, à St-Germain des Prés, dans un espace de 420m<sup>2</sup> réunissant la coiffure, le maquillage, l'esthétique et les massages du corps.

En 2000, il crée la Franchise Marc Dugast Morphocoiffure et réunit une trentaine de salons sous franchises et licences.

En 2007, il vend son salon et se met en veille technologique.

En 2009, il réinstalle son salon en appartement privatif, pour se consacrer à l'application de la Morphocoiffure sur ses clientes, au-dessus du restaurant L-e Procopé,

créé en 1686 à Paris, 13 rue de l'Ancienne comédie et siège d'éminents personnages de l'époque, tels Lafayette, des révolutionnaires comme Robespierre, Danton, Saint-Just, Marat et d'autres, des Bonapartistes, des artistes et des écrivains (Molière, Diderot, Rousseau, Voltaire, etc.). C'est en ce lieu qu'ont été signés les Droits de l'homme.

En 2017, il vend son salon et décide de transmettre, via les formations, son savoir à tous les professionnels de la coiffure et de l'esthétisme ainsi qu'au grand public intéressé par la compréhension de la beauté.

## **Ses premiers pas vers la coiffure**

L'âge de raison lui rappelle ses devoirs et la question du métier se pose : pratiquer la profession de boulanger ou poursuivre ses études et embrasser une carrière commerciale, comme son père après la boulangerie. Face à ce choix, si déterminant pour beaucoup, il surprend son entourage en décidant d'arrêter ses études en 4ème, car il est prêt à se lancer dans n'importe quel corps de métier. Il se lance alors tête baissée dans la coiffure en qualité d'apprenti.

Un jour, il ne se présente plus au collège, dans le dos des parents... Plus tard, de colère, son père l'emmène à la ferme pour devenir paysan. Il était content et rejetait l'école... Rejeté par les paysans compte tenu de son profil, il cherche un travail dans les petites annonces du journal régional. D'électricien à garçon de café, voire cuisinier, il se retrouve coiffeur chez un champion de France en coiffure pour hommes et apprend. Il rêvait à cette époque d'obtenir un CAP et son Brevet Professionnel, pour pouvoir ouvrir un salon de coiffure.

Son rêve le plus fou était de coiffer un joueur du SCO d'Angers, car depuis sa plus tendre enfance, son père l'emmenait avec ses deux frères voir les matchs de foot, puis il décide de devancer l'appel à l'armée pour pouvoir partir vers l'étranger.

Finalement, il est basé au Mans et rentre dans les commandos, car il ne voulait pas exercer son métier de coiffeur dans son régiment de têtes rasées et gardait à l'esprit de pouvoir partir à l'étranger.

Nous sommes en 1968 : les cheveux sont longs et les idées courtes, comme le chantait alors Antoine. Forte tête, rebelle, ironique et provocateur, il se fait raser sa chevelure blonde comme les blés, juste pour ennuyer ses supérieurs, et refuse de couper les cheveux aux nouveaux appelés, prétextant que passer la tondeuse à la GI n'est pas être coiffeur.

Résultat : il se retrouve chez les commandos. Il revient ensuite chez son ancien patron d'apprentissage, à Nantes, puis prend la direction Paris. Son premier patron l'envoie six mois à Madeleine chez J.H., où il rencontre une clientèle haut de gamme, dont Maurice Chevalier et beaucoup de grands patrons d'entreprises.

Nouveau choix cornélien : de peur de rester à Paris, il retourne à Nantes chez un nouveau patron, également champion du monde. Cela l'entraîne vers une nouvelle

aventure qui lui met le pied à l'étrier dans son parcours professionnel empreint d'innovations continues.

Il travaille, en 1972, à Nantes, dans un salon modèle américain, le premier salon unisexe dans la coiffure. Avidé de nouvelles expériences, il apprend la coiffure dédiée aux femmes modernes avant-gardiste, avec de nouvelles techniques anglo-saxonnes.

A 23 ans, il gère puis achète plusieurs salons, à Nantes, Angers, Vannes, etc. Il rencontre le FCN, les joueurs et les dirigeants, puis intègre un groupe de coiffure de l'époque : le Hair Club. Une rencontre... Il coiffe le fils du docteur Corman, le fruit du hasard... Un nouveau défi et le début de sa spécialisation... La Morphocoiffure.

## **La Morphocoiffure**

Sa spécialisation consiste à créer l'harmonie entre l'être et le paraître et adapter le paraître à ce que l'on est.

Marc Dugast est le premier coiffeur à s'intéresser à la Morphopsychologie, créée en 1937 par le Dr CORMAN, Psychiatre à Nantes et auteur de nombreux ouvrages dans ce domaine. Il est diplômé de la Société Française de Morphopsychologie (SFM) en 1988 et l'Association des Morphopsychologues Conseils (AMC) lui donne le titre de Morphopsychologue conseil en 1993. Marc Dugast écrit un mémoire sur la relation entre la Morphopsychologie et la coiffure, agréé par le Dr Corman et publié en 1993, dans la revue spécialisée des Morphopsychologues. L'union de son savoir-faire, la coiffure, et de son savoir, la Morphopsychologie, donne naissance à sa création, la Morphocoiffure, en 1996, et au Morphorelooking, en 1998.

La Morphocoiffure est une approche sensible et totalement nouvelle de la coiffure et permet de tisser un lien étroit entre les caractéristiques physiques et psychiques de la personne afin de trouver l'harmonie entre l'être et son paraître. Il est le créateur d'une méthode sans précédent et unique au monde. Depuis plus de 25 ans, son savoir se diffuse. Il expérimente cette approche auprès de sa clientèle et enseigne ce savoir-faire aux professionnels de la beauté, coiffeurs, maquilleurs et conseils en image. Ces derniers lui ont fait confiance et font honneur à sa méthode.

Le Morphorelooking est une extension de la coiffure au maquillage et au stylisme et ses accessoires.

## **Le Morphoconseil**

Aujourd'hui, Marc Dugast se lance de nouveaux défis. La Morphopsychologie lui a beaucoup apporté. Il souhaite faire partager son savoir avec vous et intervient en qualité de Morphoconseil.

Le Morphoconseil lui ouvre des portes vers de nouveaux horizons en dehors de la coiffure et lui permet d'intervenir auprès de particuliers et d'entreprises pour les aider à mieux comprendre leur fonctionnement. Il aide la personne

à découvrir le potentiel naturel qu'elle possède et soulève les points d'effort qu'elle a besoin d'accepter pour dépasser les limites qu'elle se fixe inconsciemment. Conférencier, il répond à des questions du quotidien sur des sujets aussi vastes que le regard sur l'image de soi, la relation aux autres et la façon d'interagir avec son environnement.

Sa Vision : être porteur de sens. Il transmet son savoir et son expérience à toutes les personnes dans l'objectif qu'elles se sentent bien avec elles-mêmes telles qu'elles sont et veulent paraître pour trouver leur vraie raison d'être. Pour cela, il observe la Morphologie de la personne, qui exprime ses traits de caractère.

En qualité de Morphopsychologue en image de soi, il fait la relation avec ce qu'elle nous montre à travers la coiffure, la couleur et le stylisme. Ses traits de caractère permettent de vérifier si elle est en accord ou non avec elle-même. Il lui explique pourquoi et comment elle peut être en harmonie avec elle-même. Son rôle est de conseiller, son choix restant prioritaire.

Cheveux longs ou courts ? Frange ou pas ? Lisse ou bouclé ? Carré ou dégradé ? Couleur ou pas ? Mèches ou reflets ?

Toutes ces questions récurrentes, vous les connaissez par cœur ! Elles interrogent votre quotidien, votre identité, votre image.

Votre coiffure a un sens, mais quel est-il ? Marc Dugast vous répond et vous explique pourquoi. Pourquoi vouloir changer de coupe ? Pourquoi vouloir une frange ? Pourquoi passer du long au court, du blond au brun, et vice versa ?

Pour Marc Dugast, tout a un sens et tout est relié. L'essentiel est de trouver le pourquoi de chaque chose et de dérouler les fils qui relient les uns aux autres. Le résultat est de tisser la toile de l'ensemble. Soyez en accord avec vous-même. Votre apparence reflète l'harmonie ou la disharmonie avec votre être intérieur. Lorsque vous ne vous sentez pas bien, cela signifie qu'il y a dissonance avec vous-même.

Prenons un exemple : vous avez passé une excellente nuit et vous vous levez le matin tel un oiseau prêt à s'envoler. Ce matin-là, vous passez peu de temps dans la salle de bains : un coup de brosse dans les cheveux, un léger maquillage, un jean, un top, des baskets et vous sortez.

Surprise ! Ce jour-là, toutes les personnes que vous rencontrez vous disent :

*« Qu'est-ce que tu es belle aujourd'hui ! Qu'as-tu fait ? ».*

Justement, rien ! Le lendemain matin, votre nuit a été quelque peu mouvementée (sommeil agité, pensées négatives, conjoint énervé...) et, lorsque vous sortez du lit, excitée, vous renversez votre tasse de thé ou de café, la douche fonctionne mal, vous rencontrez des difficultés à régler l'eau, votre mari vous énerve, les enfants ne veulent pas se lever. Vous passez plus de temps que d'habitude à vous préparer. Premiers accusés, les cheveux qui ne veulent pas se mettre dans le bon sens, avec des épis partout. Vous vous maquillez dans la voiture car vous ne voyez rien, vous changez de tenue, mais rien ne va. D'un seul coup, vous avez grossi...

Surprise ! Ce jour-là, bien que vous ayez passé plus de temps que d'habitude à vous préparer, personne ne vous dit rien. Pire encore, quand on ne vous fuit pas, vous avez le sentiment que l'on vous agresse.

Que se passe-t-il ? La réponse est simple.

A chaque fois que vous ne vous sentez pas bien à l'intérieur de vous-même, quelles qu'en soient les raisons, votre beauté extérieure ne rayonne pas, bien que vous ayez passé plus de temps que d'habitude à réparer les dégâts qui occultent la lumière. Moralité : une femme heureuse est toujours belle, et ce quelle que soit son apparence physique. Mon travail est de vous expliquer pourquoi et comment refléter la beauté intérieure qui se dégage de chaque être quel qu'il soit. Vous allez découvrir dans ces quelques lignes toute ma recherche et mon expérience au sein de mon métier et de mon parcours, personnel et professionnel, ainsi que les étapes à franchir pour parvenir à atteindre la véritable sérénité, celle du dépassement de sa propre image de soi. A cet instant, vous n'avez plus à paraître belle en permanence, vous êtes belle à chaque instant et on aime simplement ce que vous êtes, une belle personne, avec laquelle on aime partager chaque moment de vie. Pour vous donner un aspect concret de cette approche, voici un exemple simple de questionnement sur l'image de sa coiffure.

Est-ce qu'une frange m'irait ? Là où la plupart des professionnels de la beauté visualisent l'effet de l'image que cela donne, je vous explique pourquoi oui et pourquoi non : Oui parce que vos yeux sont abrités et le front est redressé, non parce que vous avez les yeux ouverts et le visage projeté, avec le front dégagé.

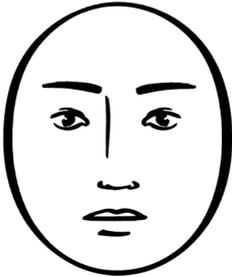
Qu'est-ce que cela change de passer de brune à blonde ? Blonde, vous vous mettez en lumière et vous vous exposez. Brune, vous vous mettez dans l'ombre et vous prenez vos distances.

Quelle est la différence entre une couleur froide et une couleur chaude ? La couleur froide vous protège de l'extérieur, la couleur chaude vous ouvre à l'extérieur. La seule question à vous poser à cet instant est : suis-je prête ou non ?

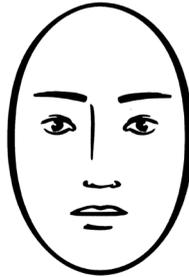
En se basant sur une science humaine, la Morphopsychologie, Marc Dugast écrit un mémoire sur la relation entre l'aspect psychique et l'aspect physique de l'image personnelle. La méthode repose sur l'observation de la Morphologie du visage et l'analyse psychique de la personne, prouvée par des études et tests psychologiques indépendants. L'objectif est d'établir un conseil sur mesure dans le respect de la personne en cessant de lui conseiller le contraire de ce qu'elle est. Cette méthode est expérimentée depuis plus de 25 années par son créateur et tous les professionnels de la beauté qui ont suivi ses enseignements. La cliente comprend mieux le conseil donné par le coiffeur, ce qui lui donne confiance en soi. Pour enseigner cette méthode, Marc Dugast crée huit formes de visages qu'il présente comme des archétypes.

# Les Huit formes de visage

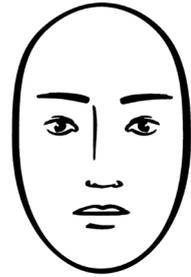
## Les formes arrondies



Rond

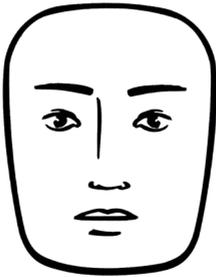


Ovale

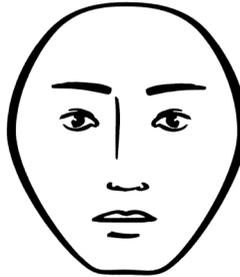


Allongé

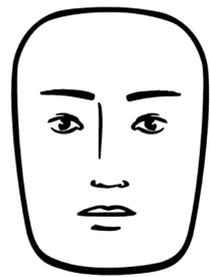
## Les formes anguleuses



Carré

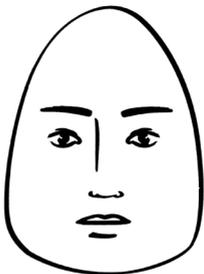


Hexagone

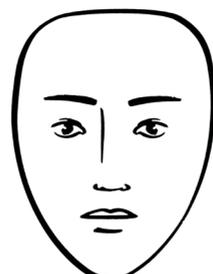


Rectangle

## Les formes spécifiques triangle pointe en haut et triangle pointe en bas



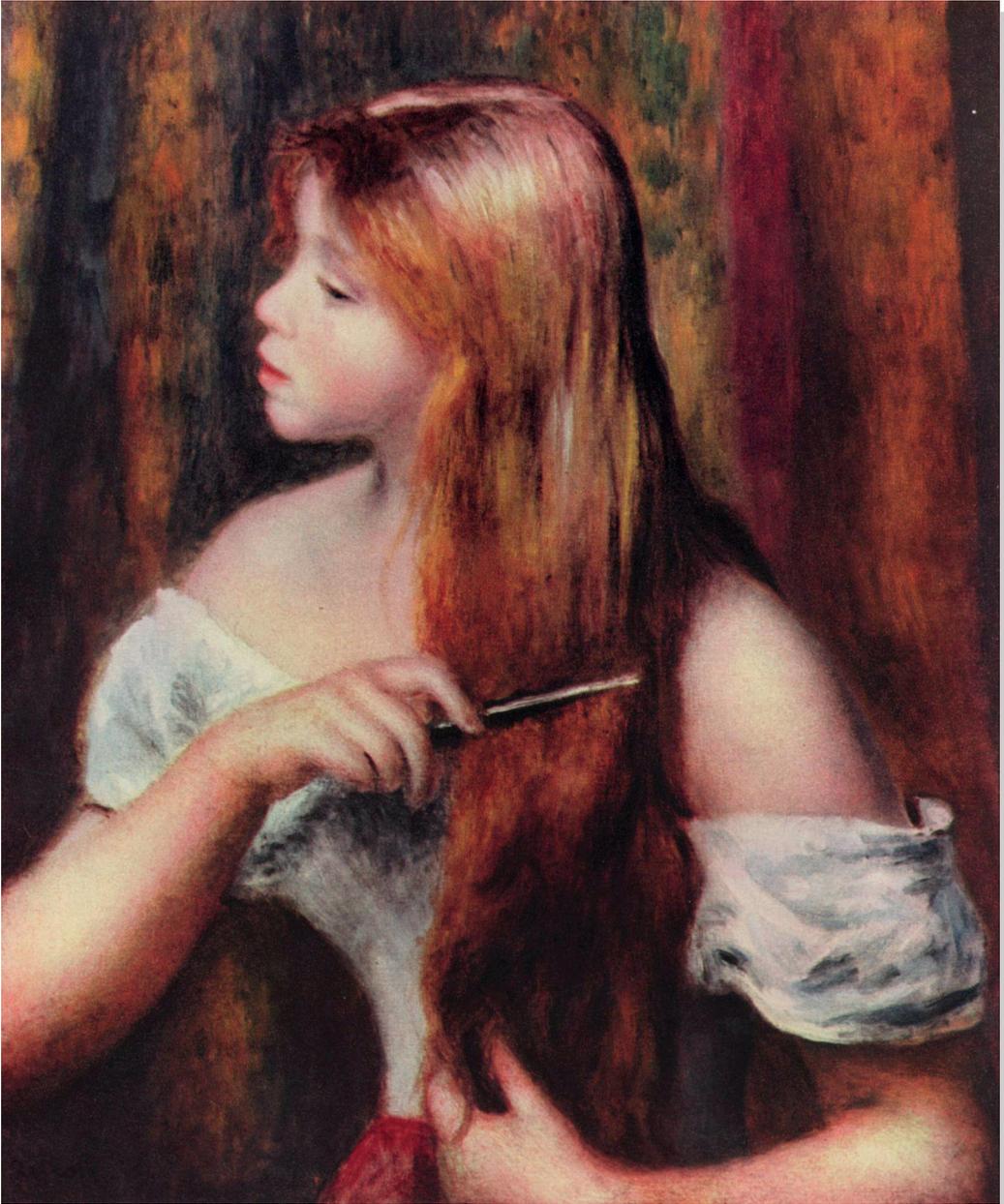
Triangle pointe en haut



Triangle pointe en bas

## Le Cheveu

« Et si votre cheveu parlait de vous ? »



Jeune fille coiffant ses longs cheveux, Auguste Renoir, 1894

## L'importance du cheveu

« *Et si votre cheveu parlait de vous* »

**L'histoire du cheveu :** De tout temps, le cheveu est le lieu du corps qui a subi le plus d'influences historiques, culturelles et sociales. Tout ce que nous sommes ou presque peut s'y lire.

Pouvoir, caste, lien avec Dieu, ou appartenance à une tribu symbolise cette relation étroite entre le divin et l'humain.

Entre les cheveux longs dans le style Hippie qui expriment le refus du matérialisme, le style Punk avec les cheveux en partie rasés, le refus du futur, le style Rococo et le romantisme l'esprit féminin à la garçonne dans les années vingt pour l'esprit masculin.

Quant à l'occident, une longue crinière image l'orgueil et la sensualité.

Le sens de son utilisation dans l'image de Soi. Le cheveu, guide de l'ombre à la lumière. Comment un cheveu peut-il aider à passer de l'ombre à la lumière ?

L'ombre est la matière, la lumière est spirituelle, le cheveu est l'intermédiaire.

*Que représente le cheveu ?* Le cheveu représente l'énergie vitale de l'être. Il est de la même constitution que les os et les phanères (ongles, poils, cheveux). Il est le fil conducteur entre l'énergie psychique et l'énergie physique.

*À quoi sert-il ?* Le cheveu sert essentiellement à la protection du crâne, comme le poil pour la peau.

*Quelle est sa symbolique ?* La symbolique du cheveu, associée à la féminité, protège l'être de son environnement.

Le cheveu représente également les énergies psychiques dans le corps.

On les appelle communément « *les antennes du ciel* » et « *Les fils de l'âme* ».

*Pourquoi ?* Les racines du cheveu puisent leur énergie dans l'univers, ancrée dans la matière.

*Résultat :* l'énergie de notre tignasse rayonne à l'intérieur de nous ; elle sert d'intermédiaire entre l'ombre et la lumière.

*Comment ?* Dalila coupe l'opulente chevelure de Samson et supprime ainsi le lien avec sa force divine et sa confiance en Soi. C'est une manière de s'incarner et de créer sa vie sur terre.

*Que signifie cette symbolique ?* Couper ses cheveux, c'est se couper de sa source énergétique et de sa force divine. En réalité, le cheveu puise cette énergie inépuisable dans une dimension spirituelle source de confiance. Le cheveu est le catalyseur des champs énergétiques impliqués dans les pensées et les émotions. On parle ainsi de Force, de Virilité et de Pouvoir.



**Samson et Dalila : Mashosh / Shutterstock.com**

*Couper ses cheveux , c'est se couper de sa source énergétique et de sa force divine.*

**Au temps des Pharaons**, les perruques constituées de cheveux naturels, de laine et de fibres de feuilles font fureur chez les Égyptiens. Le degré de sophistication est proportionnel au rang social. En Egypte, berceau de notre connaissance, la chevelure symbolisait déjà la puissance sociale.

**Au Moyen-Age**, les cheveux longs sont réservés aux rois et à la noblesse.

Au XVIII<sup>e</sup> siècle, à la cour du Roi, les cheveux sont recouverts d'une perruque. En la perdant, le Roi de France perdait immédiatement sa royauté. Les maires du palais pouvaient ainsi se débarrasser des Rois fainéants en les faisant raser et en les enfermant dans un cloître.

Chez les Amérindiens, le scalp de l'ennemi était un trophée.

**Les Romains** infligeaient également la tonsure aux peuples vaincus.

Couper les cheveux d'un Samouraï le déshonorait. Les castes administratives et militaires chinoises, coréennes et japonaises accordaient une grande importance à la coiffure et à la longueur des cheveux.

Les cheveux longs de la période Hippie sont le symbole de la rébellion contre l'ordre établi et la loi du Père, dont l'esprit militaire était la représentation.

Les cheveux ont un rapport très fort avec la séduction, l'intimité, la pudeur et la sexualité, à travers la tricophilie (masser, coiffer, toucher). Ils sont un langage affectif.



**Hippie** aux cheveux longs - michelangeloop / Shutterstock.com

*Les cheveux longs sont le symbole de la rébellion contre l'ordre établi et la loi du père.*

**Dans la Grèce Antique**, les jeunes filles portent les cheveux longs, signe de leur virginité et de leur vigueur sexuelle. A leur mariage, elles coupent leurs cheveux et les offrent à la Déesse de la fertilité. Elles lui redonnent ce qu'elles incarnent dans tout leur corps.

Les Moines chrétiens, les bonzes, les nonnes s'imposent la tonsure en signe de renoncement aux plaisirs charnels et à la sexualité. Les femmes pratiquantes doivent se couvrir la tête avant d'entrer dans l'église, afin de ne pas provoquer l'envie des anges. Certaines musulmanes cachent leur chevelure également.

## **Quel est le rapport du cheveu avec l'aspect psychique ?**

**Sur le plan psychologique**, nos cheveux sont le reflet de nos états émotionnels. Ils sont affectés par les événements marquants de notre vie. C'est pourquoi, lors d'un bouleversement, comme un échec sentimental ou professionnel, nous avons besoin de couper nos cheveux. La boule à zéro, c'est repartir de zéro, ce qui explique cette part d'ombre que l'on coupe pour repartir vers la lumière.

## **Quel est son rapport avec l'aspect physique ?**

Au-delà de son état d'être, l'aspect physique du cheveu révèle un mal-être. Une chute de cheveux chez la femme est souvent la cause d'une déficience physique et/ou psychique.

Comment le cheveu nous guide-t-il de l'ombre à la lumière ? En premier lieu, nous devons observer les symptômes physiques : chute de cheveux, appauvrissement du cheveu, itération du cheveu, cheveu cassant, cheveu terne.

En second lieu, nous devons observer les symptômes psychiques : un rapport s'établit avec l'état psychique de la personne à l'instant présent. Le cheveu est un baromètre indiquant la température de la santé physique et morale. Prenons comme exemple des expressions telles que : « *j'ai mal aux cheveux* », « *il y a de quoi s'arracher les cheveux* » et « *se faire des cheveux* ».

## La Chute de cheveux

Une chute de cheveux subite et abondante est le signe visible d'une émotion consciente ou inconsciente qui perturbe le psychique. Cette perturbation peut être transgénérationnelle et inscrite dans la mémoire cellulaire. Pour arrêter cette chute, au-delà des produits existants, il est nécessaire d'en rechercher la cause. Une aide psychologique est souhaitable car l'origine de ce phénomène est une douleur émotionnelle intense.

Par exemple, je coiffe régulièrement une amie qui a une abondante chevelure. Elle perd ses cheveux abondamment et anormalement. Ils restent facilement dans ses doigts sans tirer dessus. Après avoir passé tous les symptômes possibles en revue et vérifié l'état de santé (prises de sang, analyses, etc.), rien de conscient n'émerge.

Alors, seule solution possible, interroger son inconscient.

Comment ? Simplement en se posant la question : pourquoi est-ce que je perds mes cheveux ? Ensuite, il suffit d'attendre la réponse, qui arrive souvent de manière inattendue. Arrivée à la caisse, au moment où je lui remets son vestiaire, elle me dit : « *Tu sais, c'est comme quand mon père qui s'est suicidé.* ». Je ne risquais pas de le savoir ; je l'apprends à cet instant. Je suis à l'écoute et lui demande :

« *C'était quand déjà ?... Un 27 août, j'étais jeune.* » Nous sommes en juillet et elle est en train de quitter son ami.

« *Que ressens-tu encore aujourd'hui émotionnellement ?* » Mon père m'a abandonnée alors que j'étais encore une enfant... - A tout hasard, est-ce que ton ami est plus âgé que toi ? - Oui, je n'aime pas les hommes de ma génération... - Et ton ex-mari ? - Idem... »

En clair, mon amie n'a pas fait le deuil de son père et se remarie avec lui symboliquement. A chaque fois que la date anniversaire de la mort de son père approche, elle éprouve une profonde anxiété et si de plus cela s'accompagne d'une nouvelle séparation, inconsciemment, cela exacerbe son sentiment d'abandon.

Je vais maintenant vous parler d'une cliente qui perdait ses cheveux anormalement. Ils tombaient lorsqu'elle passait la main dedans, en dehors des shampooings ou de la période automnale, au même titre que les arbres perdent leurs feuilles à ce moment-là. Je lui demande :

« A tout hasard, cette période coïncide-t-elle avec un évènement dramatique que vous auriez vécu et dont vous n'auriez pas fait le deuil ».

Ce qui reste enfoui est bien vivant dans l'inconscient. Elle me répond immédiatement, son émotion intense et ses larmes confirmant cet état de fait, et pourtant, elle était persuadée d'avoir dépassé ce sujet douloureux de la perte d'un enfant il y a bien longtemps.

*Autre témoignage* : lors d'un MCB (Mondial Coiffure Beauté), alors que je donne une conférence sur le rapport du cheveu aux émotions, dès 10h, le dimanche matin, une amie journaliste me questionne sur ce thème et m'invite à faire une interview pour son journal. Je parle du rapport du cheveu à la mort. A ma grande surprise, plusieurs personnes viennent me voir à la fin de l'interview après avoir entendu mes propos.

Notamment, une jeune fille me dit : « Lorsque je vous ai entendu, les poils se sont dressés sur mon corps et j'ai eu la chair de poule. Je viens juste de comprendre pourquoi je perds régulièrement mes cheveux tous les ans à la date anniversaire de la mort de mon père ».

La chute de cheveux est anormale chez une femme et symbolise une perte importante, qui a souvent un rapport avec la mort. Attention, la perte des cheveux due à une chimiothérapie est accidentelle et n'a rien à voir avec ce symptôme. Trouver ses cheveux moches traduit une difficulté à se trouver belle et à s'aimer naturellement. Le cheveu récupère le mal-être psychique et transmet une image de soi dégradante.

Pour retrouver la lumière, il est nécessaire de travailler sur Soi psychiquement et de s'occuper de Soi physiquement, avec bienveillance et amour de son corps. Dire que l'on a mal aux cheveux, c'est exprimer une blessure intérieure suite à une déception, profonde ou superficielle.

Par exemple, on peut avoir été blessé par des paroles désagréables remontant à l'enfance et éprouver un sentiment d'humiliation : « Ta sœur est plus belle que toi ».

« Dommage que tu ne sois pas un garçon. On dirait une souillon ».

## **Comment le cheveu nous guide-t-il de l'ombre vers la lumière ?**

Ce passage distingue le cheveu sous plusieurs aspects : Le cheveu est le végétal chez l'Homme et ses réactions sont plus ou moins identiques à celles d'une plante. On dit souvent qu'une personne qui a la main verte aime ses plantes et s'en occupe avec amour. Les plantes génèrent des émotions, au même titre que tout être vivant sur terre. Lorsque la terre et l'environnement sont défavorables, la plante meurt. Il en est de même du cheveu.

La Matière, la Texture, l'Implantation, la Longueur, la Couleur sont des éléments tangibles pour nous aider à comprendre l'état d'esprit dans lequel nous sommes, inscrits dans notre environnement et la matière, et à retrouver la lumière.

## La Matière



Frisée

Max kegfire / shutterstock.com



Bouclée

OPOLJA / Shutterstock.com



Ondulée

Sofia Zhuravetc / Shutterstock.com



Raide

Subbotina Anna / Shutterstock.com

L'épaisseur du cheveu est le reflet d'une bonne énergie vitale et d'une forte défense immunitaire. La force de caractère est basée sur l'aspect physique, signe d'une base instinctive solide et puissante. La personnalité est dirigée par les besoins instinctifs et la réalisation est prioritaire. Si la personne travaille en dehors de son élément, la nature est privée de sa nutrition essentielle, l'énergie physique.

Un cheveu appauvri est synonyme d'un stress intérieur et traduit des difficultés à gérer la tension ressentie. L'énergie vitale chargée de réguler les capacités de l'individu doit se recentrer sur la défense de son équilibre intérieur et ne nourrit plus le cheveu, qui finit par s'appauvrir.

Un cheveu sert de protection. Sans lui, on se sent tout nu. Mettre son visage à nu, c'est exposer son être intérieur aux autres. Je vais, pour expliquer cette analogie, prendre l'exemple de « Au Théâtre ce soir ».

Les spectateurs attendent que la pièce commence, le rideau est baissé, puis les trois coups retentissent. Le rideau se lève et ils découvrent la scène, les acteurs entrent en action et jouent la pièce.

Les cheveux sont un rideau de protection vis-à-vis de notre monde intérieur. Dégager le visage, par exemple en les coiffant en arrière, c'est lever le rideau et faire découvrir aux autres notre scène de vie intérieure. Lorsque la féminité est extravertie, la chevelure est ressentie comme une force, alors que lorsque l'aspect masculin prévaut, le besoin se fait sentir de la raser ou de la couper : perte d'identité pour la femme, symbole d'affirmation pour l'homme.

## La culture, l'éducation et le cheveu

La culture, la religion et l'éducation influencent la chevelure. Par exemple, je travaille régulièrement au sein de deux grandes écoles de coiffure au Japon, depuis plus de vingt ans, et je remarque l'évolution de la texture des cheveux au même rythme que l'évolution personnelle des Japonais au sein de la société. Les cheveux des Japonais sont raides et sans élasticité ; ils retombent autour du visage, sans forme particulière.

C'est une question qui m'a hanté pendant plusieurs années avant que je comprenne la relation entre l'aspect physique et l'aspect psychique émanant de leur chevelure. Aujourd'hui, j'ai un élément de réponse en me basant sur la culture ancestrale du peuple japonais. Le Japonais doit maîtriser en permanence ses émotions intérieures quelles que soient les circonstances. Conséquence, l'expression des émotions symbolisant la féminité étant refoulée, le cheveu perd sa souplesse et son élasticité.

Le contrôle et la maîtrise mentale empêchent l'expression naturelle du cheveu.

Le contrôle physique consistant à emmailloter les pieds des petites filles empêchait le développement de la féminité et du corps.

Conséquence : aspect juvénile, partie basse du corps déséquilibrée et dents mal implantées.

## La Longueur du cheveu

La longueur du cheveu, l'esprit de la coiffure mais aussi sa couleur reflète aussi notre façon de communiquer. La longueur est symbole de féminité, le cheveu court symbole de masculinité. Le cheveu mi-long est l'équilibre entre les deux. La réponse à la question :

« *Pourquoi les hommes ne veulent-ils pas que leurs femmes portent leurs cheveux courts* » réside dans leur inconscient. Elles se coupent ainsi de leur féminité et, par analogie, cela les rend indépendantes.

### Couper ses cheveux :

Cette décision est une prise de risques qui oblige à passer à autre chose, aller vers un changement, voire une mutation.

