

# L'ayurveda appliqué à la coiffure

Depuis 2018, Sylvie Espada a ouvert So Cosy, un salon de coiffure à **Orthez (64)**, où elle veille au bien-être de ses clients. Elle s'est formée en Inde pour améliorer sa pratique

TEXTE > CHRISTELLE CHABASSE

**A**près plus de vingt ans en coiffure à domicile, Sylvie Espada a posé ses ciseaux et ses poudres de coloration végétales dans le centre-ville d'Orthez. Elle y pratique la coiffure autrement en prêtant une attention soutenue à l'autre : don de cheveux, conseil pour les perruques à destination de patientes atteintes d'un cancer, coupe bénévole pour des populations en rupture... Dans ce salon très cosy, tout est pensé pour améliorer le bien-être : pas de musique, sèche-cheveux peu sonores, cabine de soins confortable...

## Massages crâniens...

Pour aller plus loin, elle est même partie en Inde, où elle a participé, avec huit autres socio-coiffeurs français, au premier stage organisé par Pascal Tribouillier, fondateur des produits de soins capillaires Daynà, inspirés de la tradition ayurvédique. Ce dernier a en effet bâti une « formation-immersion » au cœur des pratiques ancestrales ayurvédiques, alternant soins reçus et rencontres pour l'apprentissage. « Mon objectif, c'était de mieux comprendre l'ayurveda, philosophie de vie et médecine traditionnelle, explique l'Orthézienne. Dans mon salon, je veux appliquer la gestuelle indienne, faire le bon diagnostic concernant les cinq doshas (terre, air, eau, feu et éther) à mes clients. Bref, apporter le soin capillaire le plus adapté à chacun. » En fait, le cheveu, nourri par le flux sanguin, reflète la santé générale. C'est pourquoi les Indiennes n'hésitent pas masser le cuir chevelu à l'huile, et tant pis si leur chevelure est un peu grasse. La santé d'abord. Mais l'esthétique, aussi !



Dans son salon d'Orthez, Sylvie Espada pratique le shirodhara, une technique ayurvédique indienne qui consiste à laisser couler un filet d'huile sur le front  
Photo Christelle Chabasse

AVOIR DE L'ESPOIR ETRE FORT  
RIRE BEAUCOUP  
comme l'insane présente  
SOURIRE SOUVENT  
Réaliser ses rêves  
FINIR DE  
MOUR

