



*Angélique Lourdin*  
Coiffeuse & Énergéticienne Holistique

# LES SÉANCES ÉNERGÉTIQUES

par Angélique LOURDIN

LaHoChi

Féminin sacré

Lithothérapie

Luminothérapie



Bonjour, je suis Angélique, coiffeuse énergétique et praticienne holistique passionnée dans l'accompagnement de chacun(e) sur son chemin de bien-être global. Ma pratique repose sur l'harmonisation de l'être dans toutes ses dimensions : physique, émotionnelle, mentale et spirituelle, à travers des approches naturelles, équilibrantes et bienveillantes, telles que la coupe énergétique, le LaHoChi, le féminin sacré avec l'énergie des roses, la lithothérapie, la luminothérapie.

Mon métier est de vous accompagner à mieux comprendre vos besoins profonds, à libérer les blocages émotionnels ou énergétiques, et à cultiver un bien-être durable et épanouissant à votre rythme avec douceur. Que vous soyez en quête de sérénité, de libération émotionnelle, ou simplement de mieux-être au quotidien.

*Angélique*





# SOMMAIRE

---

## 1. LE LAHOCHI

- Qu'est ce que le LaHoChi ?
- Quelle est l'origine du LaHoChi ?
- Quels sont les bienfaits du LaHoChi ?
- A qui s'adresse le LaHoChi ?
- Ma pratique

## 2. LE FÉMININ SACRÉ

- Qu'est ce que le féminin sacré ?
- Quelle est l'origine du féminin sacré ?
- Quel est le lien entre le féminin sacré et la rose ?
- Comment retrouver son féminin sacré ?
- A qui s'adresse le féminin sacré ?
- Ma pratique





## SOMMAIRE - Suite

### 3. LA LITHOTHÉRAPIE

Qu'est ce que la lithothérapie ?

Quelle est l'origine de la lithothérapie ?

Quels sont les bienfaits de la lithothérapie ?

A qui s'adresse la lithothérapie ?

Ma pratique

### 4. LA LUMINOTHÉRAPIE

Qu'est ce que la luminothérapie ?

Quelle est l'origine de la luminothérapie ?

Quels sont les bienfaits de la luminothérapie ?

Ma pratique





# 1. Le LaHoChi

*Qu'est ce que le LaHoChi ?*

Le LaHoChi est une technique énergétique puissante et douce à la fois, qui repose sur l'imposition des mains pour harmoniser le corps et l'esprit.

Son nom est porteur de sens :



symbolise la lumière,  
l'amour et la sagesse

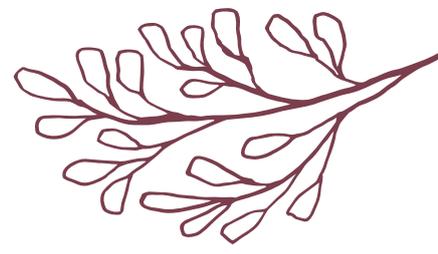


évoque le mouvement  
de l'énergie



désigne la force  
de vie universelle





Pratiqué dans un état d'intention et de présence, le LaHoChi permet de transmettre une fréquence vibratoire élevée, favorisant le bien-être, le recentrage et la libération des blocages énergétiques.

Cette méthode énergétique agit de manière subtile mais profonde, en accompagnant chaque personne dans son cheminement unique, qu'il s'agisse de renforcer sa vitalité, de libérer des tensions émotionnelles ou simplement de s'accorder un moment de sérénité.

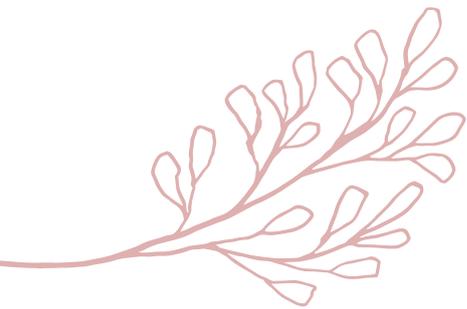
### *Quelle est l'origine du LaHoChi ?*

Le LaHoChi trouve ses racines dans une ancienne sagesse spirituelle. Fred Taylor est souvent mentionné dans les écrits sur le LaHoChi comme l'un des pionniers dans la diffusion de cette pratique, notamment en ce qui concerne son enseignement et sa transmission dans les années 1990.



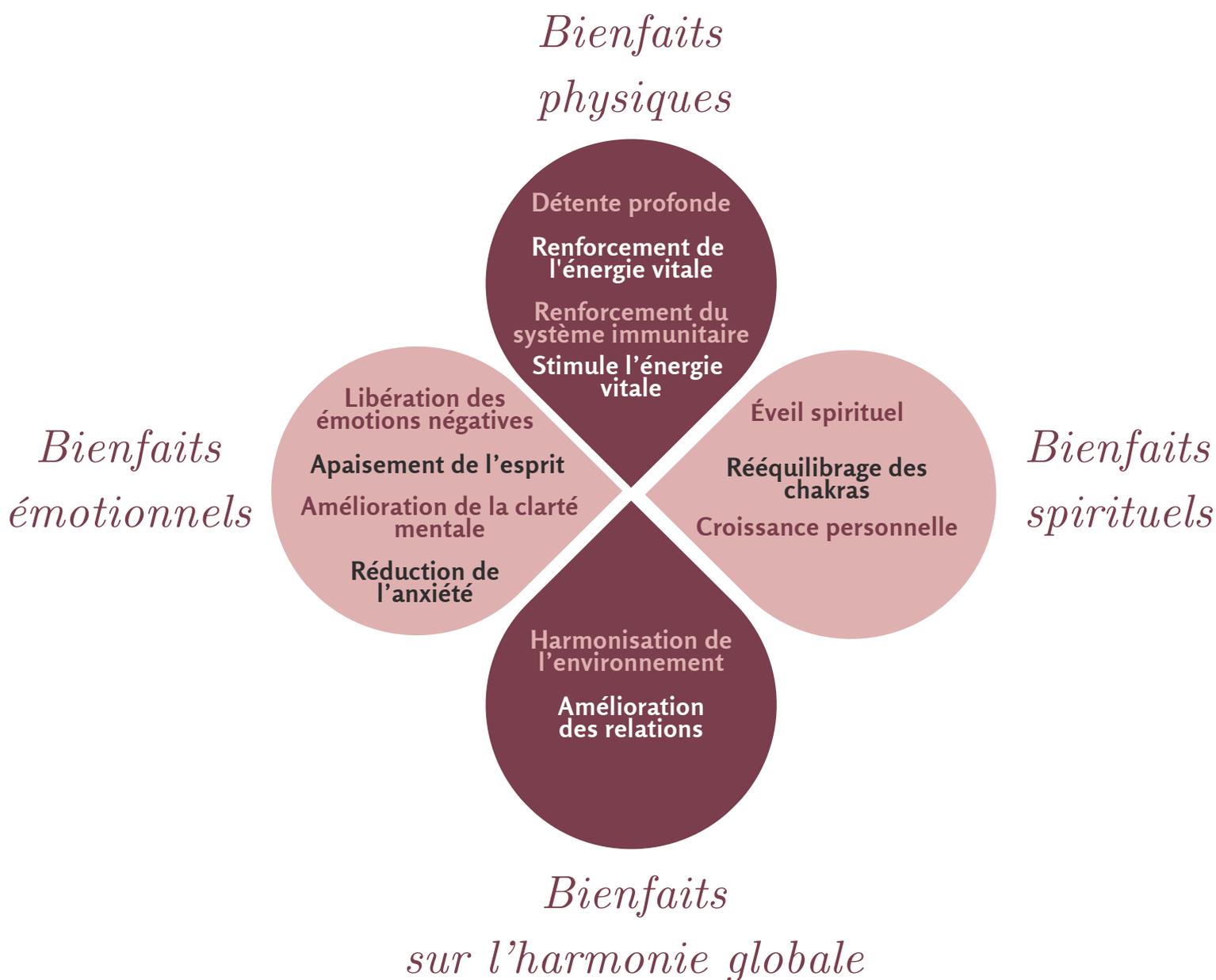
À travers ses enseignements, il a facilité la compréhension de cette pratique et a permis à de nombreux praticiens d'apprendre à l'utiliser cette énergie.





## *Quels sont les bienfaits du LaHoChi ?*

Les bienfaits du LaHoChi sont nombreux et touchent différents aspects de l'être humain : physique, émotionnel, mental et spirituel.





## *A qui s'adresse le LaHoChi ?*

Le LaHoChi est donc une pratique douce, et en même temps puissante, qui s'adapte à chaque individu, selon ses besoins spécifiques. C'est une invitation à la libération et à l'équilibre, tout en favorisant la réceptivité à recevoir des énergies positives.

## ***Ma pratique***

**Je vous reçois dans un cadre chaleureux, la séance se réalise habillé et confortablement installé sur une table de massage.**

**Avant de commencer nous échangerons sur l'objectif de votre visite.**

**Les séances de LaHoChi peuvent aussi être réaliser à distance sur photo. Cela fonctionne aussi bien. Nous fixons un rendez-vous afin que je vous donne certains renseignements nécessaires avant la séance.**





## 2. Le Féminin Sacré

*Qu'est ce que le Féminin Sacré ?*

Le féminin sacré est un concept spirituel et philosophique qui célèbre l'énergie féminine dans toutes ses dimensions. Présent dans de nombreuses traditions et cultures à travers le monde, il représente la force créatrice, l'intuition, la sensibilité, la douceur, mais aussi la puissance et la transformation.

*Quelle est l'origine du Féminin Sacré ?*

Elle remonte aux premières civilisations, où le féminin était respecté comme source de création et de sagesse. Avec l'émergence des sociétés patriarcales, cette énergie féminine a été réprimée, mais elle a survécu à travers des mythes, des symboles et des rituels, et connaît aujourd'hui un renouveau cherchant à rétablir l'équilibre entre le féminin et le masculin.

Malgré la répression à travers les siècles, cette énergie vitale et sacrée n'a jamais disparu.





*Quel est le lien entre Le Féminin Sacré et la Rose ?*

### ***Un Symbole de Beauté et de Douceur***

La rose incarne la beauté, la sensualité et l'amour, des qualités traditionnellement liées à l'énergie féminine. Ses pétales délicats évoquent la douceur et la grâce du féminin sacré, tandis que son parfum subtil stimule les sens et l'éveil spirituel.

### ***Une Fleur d'Amour et de Guérison***

Dans de nombreuses traditions, la rose est le symbole de l'amour inconditionnel, une énergie puissante du féminin sacré. Elle est aussi liée au chakra du cœur, centre de l'amour, de la compassion et de la guérison émotionnelle. L'huile essentielle de rose est d'ailleurs utilisée pour apaiser l'âme et ouvrir le cœur.



### ***Une Fleur Mystique et Spirituelle***

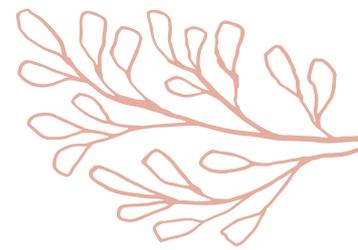
La rose est souvent représentée dans les textes mystiques et spirituels. Elle est associée à des figures sacrées comme la Vierge Marie, la déesse Isis ou encore la tradition soufie avec la « rose du cœur » symbolisant l'illumination spirituelle. Son image est également présente dans l'ésotérisme et l'alchimie comme un symbole de transformation intérieure.

### ***Une Dualité Féminine : Douceur et Force***

Si la rose symbolise la douceur et l'amour, ses épines rappellent la force et la protection. Cette dualité est une parfaite métaphore du féminin sacré : une énergie douce et réceptive, mais aussi puissante et capable de se défendre.



Angelique Lourdin  
Cultures & Energies Subtiles



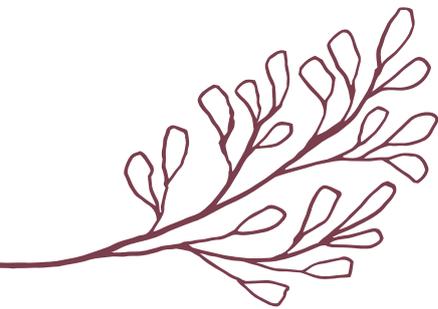
## ***Lien avec les Cycles Féminins et la Nature***

La rose est en harmonie avec les cycles de la nature et de la féminité. Sa floraison suit un rythme précis, tout comme les phases de la lune et les cycles menstruels. Elle est souvent utilisée dans les rituels féminins pour honorer la fertilité, l'intuition et la connexion à la Terre-Mère.

## ***Les Roses et la Féminité Divine***

Différentes couleurs de roses portent des significations spécifiques liées au féminin sacré :





## *Comment retrouver Son Féminin Sacré ?*

Dans un monde souvent marqué par l'énergie du «faire» et de l'action, honorer son féminin sacré signifie aussi ralentir, se recentrer et se reconnecter à son être profond. Des pratiques comme la méditation, le yoga, le travail énergétique, les cercles de femmes ou encore les rituels lunaires permettent de cultiver cette connexion.

En rétablissant l'équilibre entre féminin et masculin, chacun peut incarner pleinement son essence et vivre en harmonie avec lui-même et le monde.



### *A qui s'adresse le féminin sacré ?*

Le féminin sacré s'adresse à toutes les personnes qui cherchent à réconcilier leur corps, leur esprit et leur âme avec douceur. C'est une invitation à explorer et à cultiver une dimension sacrée et holistique de l'être humain. C'est un voyage d'exploration et de transformation, où chacun, qu'il soit homme, femme peut trouver son propre chemin vers l'équilibre et l'épanouissement.



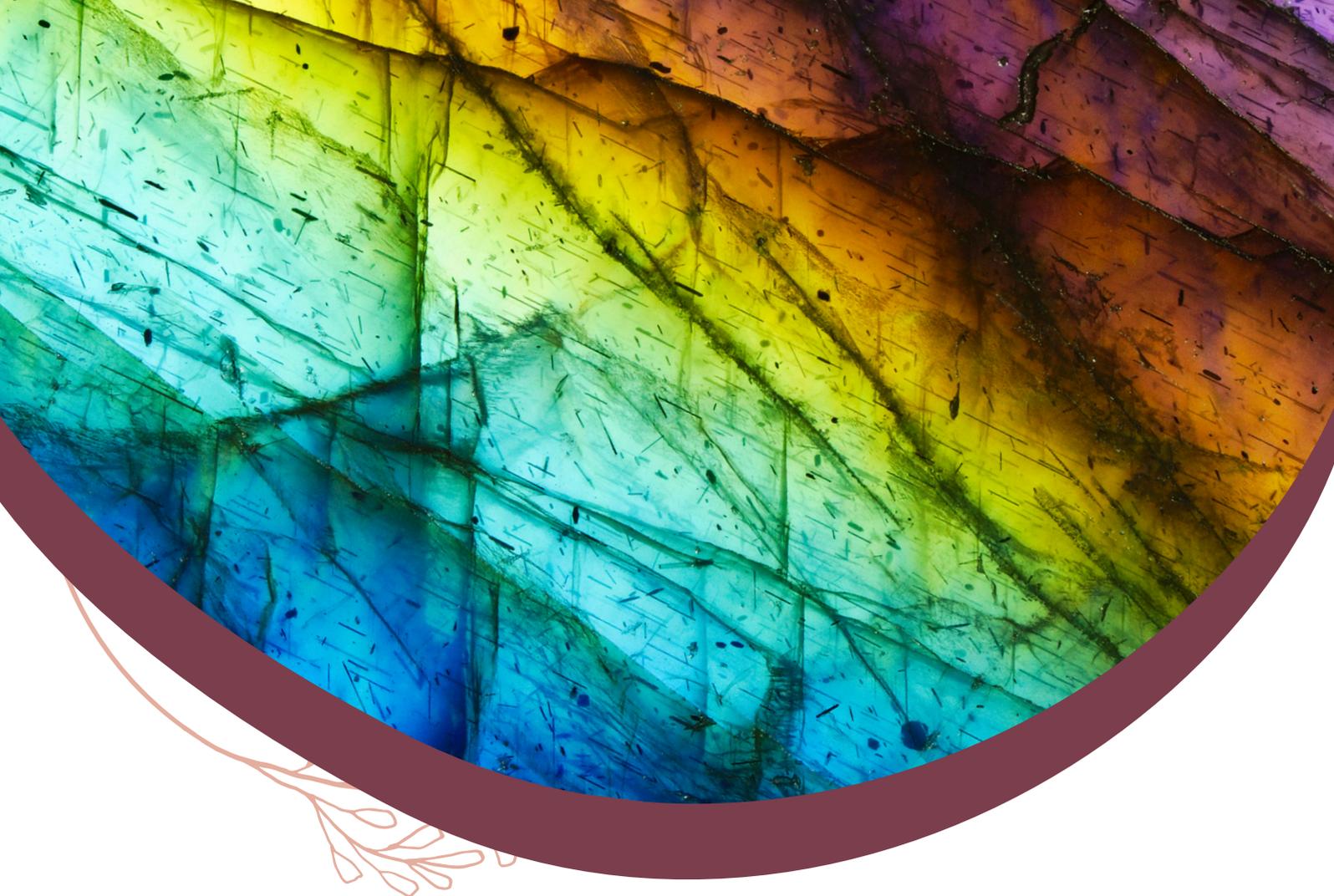


## *Ma pratique*

Je vous reçois dans un espace sacré ou vous être confortablement installé sur une table de massage, chaque séance individuelle à la particularité d'être soutenu et guidé par l'énergie subtile des roses. Cela permet de lever les blocages générant des déséquilibres dans nos vies. Mon travail vous amènera en douceur à travers différentes étapes : ancrage, méditation guidée, relaxation sonore, libération, détente des mains et des pieds ...

Nous clôturerons la séance avec des douceurs.





### 3. La Lithothérapie

*Qu'est ce que la lithothérapie?*

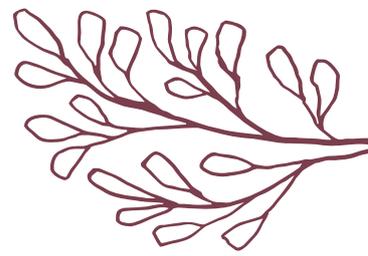
Le mot lithothérapie vient du grec « lithos » qui signifie « pierre » et « therapeia » qui signifie « thérapie ». La lithothérapie est une pratique holistique ancestrale qui utilise les propriétés et les bienfaits énergétiques des pierres et des cristaux naturels issus de la Terre. Chaque pierre possède une fréquence vibratoire unique, déterminée par sa composition chimique, sa couleur et sa structure cristalline. En interaction avec notre propre énergie, ces vibrations peuvent agir sur les émotions, les chakras et même certains blocages énergétiques.



Angélique Lourdin  
Coffres & Énergies Holistiques

## Quelle est l'origine de la lithothérapie ?

L'utilisation des pierres et cristaux remonte à la préhistoire, où ils servaient à la fois d'outils, d'amulettes et d'ornements sacrés. Plusieurs civilisations anciennes attribuaient aux minéraux des vertus protectrices, curatives et spirituelles.



### **Dans les premières civilisations :**

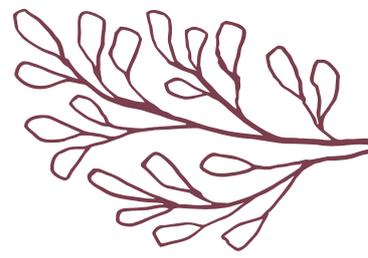
- L'Égypte antique : Les Égyptiens utilisaient le lapis-lazuli, la turquoise et le quartz pour la protection, la guérison et les rituels funéraires. Ils croyaient que certaines pierres permettaient d'accéder à des pouvoirs divins.
- La Mésopotamie et la Perse : Les pierres précieuses étaient intégrées dans des talismans et amulettes pour éloigner les mauvais esprits et attirer la prospérité.
- L'Inde et l'Ayurveda : Depuis des millénaires, la médecine ayurvédique utilise les cristaux pour rééquilibrer les énergies du corps, notamment à travers les chakras.
- La Chine ancienne : Le jade était hautement vénéré pour ses propriétés de longévité et d'harmonie.
- Les civilisations amérindiennes : Les chamans utilisaient des pierres comme l'obsidienne et la turquoise pour la guérison spirituelle et la protection énergétique.

### **Dans les traditions médiévales et modernes :**

- Au Moyen Âge, les pierres précieuses étaient utilisées en médecine alchimique et dans les élixirs de guérison.
- La Renaissance voit un regain d'intérêt pour les vertus des pierres, notamment à travers les écrits des alchimistes qui les associaient aux planètes et aux éléments.

Le XXe siècle marque le retour de la lithothérapie dans les courants du New Age, avec un mélange d'influences orientales et occidentales mettant l'accent sur l'énergie vibratoire des cristaux.





## ***La Lithothérapie Aujourd'hui***

Aujourd'hui, la lithothérapie est pratiquée comme une approche holistique du bien-être, visant à harmoniser le corps, l'esprit et les émotions à travers les vibrations des minéraux.

Elle est souvent associée au développement personnel, à la méditation et aux thérapies énergétiques.



## *Quels sont les bienfaits de la lithothérapie ?*

Les bienfaits de la lithothérapie sont nombreux et touchent différents aspects de l'être humain : physique, émotionnel, mental et spirituel. Les pierres et cristaux sont utilisés pour rétablir l'équilibre énergétique, favoriser l'élévation spirituelle, renforcer l'intuition, protéger contre les énergies négatives, et soutenir les émotions.



Les personnes recevant une séance de lithothérapie ressentent une plus grande harmonie intérieure, une meilleure connexion à leur essence profonde et une plus grande clarté dans leur cheminement spirituel.



## *A qui s'adresse la lithothérapie ?*

La lithothérapie s'adresse à toute personne souhaitant améliorer son bien-être émotionnel, physique et spirituel d'une manière naturelle énergétique douce et naturelle.



### ***Ma pratique***

Chaque séance est personnalisée selon les besoins de la personne. Installé confortablement, souvent allongée sur une table de massage ou sur un matelas, dans un espace calme et serein. Il est essentiel que l'environnement soit propice à la détente.

Certaines de mes séances incluent la musique, des huiles essentielles quantiques...

Je vous invite à en découvrir quelques unes dans la page suivante.

*Les séances proposées ne peuvent en aucun cas se substituer à un traitement médical.  
Quels que soient les bénéfices obtenus, ne le modifier en rien, sans l'avis de votre médecin traitant.*



## Géométrie sacrée

Une séance de géométrie sacrée utilisant les solides de Platon permet d'harmoniser les énergies, d'éveiller la conscience et d'accéder à une meilleure compréhension des structures universelles qui nous entourent. Ces formes géométriques, considérées comme les briques fondamentales de l'univers, émettent des fréquences vibratoires spécifiques qui influencent notre équilibre physique, mental et spirituel.



## Relaxation du dos

Cette séance du dos apaise et libère les tensions du dos. La relaxation peut être un moyen efficace et doux de réduire les tensions musculaires et de favoriser un bien-être global. Les pierres, grâce à leurs propriétés énergétiques, peuvent agir en profondeur pour détendre le corps et l'esprit.



## Méditation cristalline

La méditation cristalline est une technique relaxante et guidée. J'utilise une pierre adaptée à chaque séance suivant ma canalisation du moment et je vous emmène vers une détente profonde. Parfois des intentions ou des affirmations renforcent l'expérience et favorisent le lâcher prise vers la sérénité.





## 4. La Luminothérapie

*Qu'est ce que la Luminothérapie ?*

La luminothérapie est un puissant outil de relaxation qui utilise la technologie innovante de la stimulation par la lumière à des rythmes très précis. Ces rythmes sont connus depuis la nuit des temps pour influencer l'état dans lequel se trouve l'esprit.

Dans ma pratique, j'ai choisi la technique PSIO, un outil révolutionnaire qui combine trois techniques :

1

**La luminothérapie**

2

**la relaxation  
guidée par la voix**

3

**la chromothérapie**



## *Quelle est l'origine de la lumineothérapie ?*

Le concept du PSIO a été développé en France dans les années 2000, par une équipe d'experts en psychothérapie, neurologie et technologies. Son but était de créer un dispositif qui puisse offrir les bienfaits de la lumineothérapie et de la sonothérapie de manière accessible et portable, tout en étant plus ciblé et personnalisé que les méthodes traditionnelles.

## *Quels sont les bienfaits de la lumineothérapie ?*

### **Amélioration du Sommeil**

- Aide à lutter contre l'insomnie et les troubles du sommeil
- Favorise un endormissement rapide et un sommeil plus profond
- Régule l'horloge biologique grâce à la lumineothérapie

### **Réduction du Stress et de l'Anxiété**

- Apaise le mental hyperactif
- Diminue la tension nerveuse et les pensées négatives
- Offre une pause régénérante en quelques minutes

### **Boost de l'Énergie et de la Concentration**

- Stimule la vitalité et la motivation
- Augmente la clarté mentale et la concentration
- Aide à lutter contre la fatigue saisonnière

### **Accompagnement pour la Méditation et le Développement Personnel**

- Améliore la pleine conscience et la relaxation profonde
- Favorise une meilleure gestion des émotions
- Renforce la confiance en soi avec des suggestions positives

### **Aide à la Récupération et à la Performance**

- Idéal pour les sportifs et les personnes en période de récupération
- Accélère la régénération physique et mentale
- Améliore la gestion du stress avant une compétition





## Ma pratique

Je propose des séances individuelles et personnalisées de P*SiO* dont la durée varie de 5 à 40 minutes.

Elles s'effectuent dans un environnement calme, confortablement assis avec la tête reposée ou en position couchée sur la table dotée d'un système vibro-acoustique P*SiO* TRANS suivant les programmes.



À travers ce document, j'ai eu le plaisir de vous partager ma passion et mon engagement pour les soins énergétiques visant à rééquilibrer votre énergie et à favoriser votre bien-être, en vous présentant quelques techniques, d'autres sont à découvrir ...

Chaque approche que je propose est une invitation à vous reconnecter à vous-même, à harmoniser votre corps et votre esprit, et à avancer sur votre chemin personnel avec plus de sérénité et de clarté.

### **Et si vous osiez cette transformation ?**

Si vous ressentez l'appel d'un accompagnement personnalisé, si vous souhaitez en savoir plus sur mes pratiques ou simplement échanger, je serai ravie de vous guider.

N'hésitez pas à me contacter pour toute question ou pour réserver une séance. Ensemble, ouvrons la porte à une nouvelle harmonie intérieure.

Merci du fond du cœur d'avoir pris le temps de me lire. J'espère que ces informations vous auront inspiré(e) et éclairé(e). Au plaisir de vous accompagner sur ce beau chemin de transformation.

À très bientôt !

*Angélique*



[angeliquecoiffurevibration@gmail.com](mailto:angeliquecoiffurevibration@gmail.com)



06 22 44 76 23



*Angélique Lourdin*

Coiffeuse & Énergéticienne Holistique