



Met haar en ziel

DE BELGISCHE 'TV-KAPPER' PETER PLATEL (1966) HEEFT KAPPERSZAKEN IN BRUSSEL, ANTWERPEN EN GENT. DAARNAAST IS HIJ YOGALERAAR, SPIRITUEEL COACH EN VEDIC MASTER VOOR DEEPAK CHOPRA. IN ZIJN PAS VERSCHENEN BOEK 'HOU VAN HAAR' BENADERT HIJ HET HAAR OP EEN SPIRITUELE MANIER.

Je haar is veel meer dan je kapsel, zeg je.

Hoe zit dat precies?

"De meeste mensen zijn zich er niet van bewust, maar de manier waarop je met je haar omgaat, zegt veel over hoe je in het leven staat. Bij een grote verandering, zoals een nieuwe baan of een relatie die uit is, nemen vooral vrouwen vaak ook een nieuw kapsel. Mensen die boos zijn, gaan bijvoorbeeld op een agressieve manier borstelen of hun haar strak bij elkaar binden. Als je je slecht voelt, verwaarloos je meestal ook je haar; ben je in balans, dan zorg je er juist goed voor."

Wanneer ben jij dat verband zo duidelijk gaan leggen?

"Tegen mijn veertigste had ik een burn-out. Toen ik daaruit kwam wilde ik mezelf herbronnen en kwam onder meer terecht bij Deepak Chopra. Hij werkt met *soul questions*, de grote levensvragen: wie ben je, wat wil je, wat verwacht je? Op een bepaald moment dacht ik:

Dat zijn de vragen die ik als kapper elke dag aan mensen stel! Je haar, dat gaat niet alleen over je zelfbeeld, maar ook over respect voor jezelf."

Confronterend. Bijna niemand die in de spiegel kijkt is écht tevreden...

"Mensen vechten vaak met hun haar. Ze zijn niet blij met wat ze zien en willen iets anders dan wat ze van de natuur hebben gekregen. Het is ongelooflijk hoe bruto en hard mensen vaak met hun haar omgaan. Trekken en rukken, metalen kammen, hete krulijzers, giftige troep opsmeren... Beeld je eens in dat wat je soms met je haar doet met een favoriete zijden blouse zou doen... Dat gaat kapot!"

Hoe leer je houden van je haar?

"Het belangrijkste is dat je de realiteit onder ogen leert zien. Geef de natuur een arm, in plaats van ermee in gevecht te gaan. En zoek een kapper die jou begrijpt en bij wie je je veilig voelt, dat is ook heel belangrijk. Samen met hem of haar kijk je eerst goed: wat voor soort haar heb je, in welke richting groeit het, waar zit de beweging, hoe zit het met de kleur? In mijn boek staat een haarpaspoort. Vul dat in met je kapper, die heeft meer vergelijkingsmateriaal. Voor elk type haar is wel iets te verzinnen."

Schoonheid komt letterlijk van binnenuit, staat in je boek. Mooi haar dus ook?

"Haar op zichzelf is dode materie, maar de follikels in de hoofdhuid, waar de celdeling plaatsvindt, die worden gevoed door wat je eet. Eet je ongezond, dan is dat terug te zien in je haar. En als je je levensstijl verbetert, wordt je haar op den duur ook mooier."

En als je haar goed zit, word je daar weer gelukkig van.

"Ik onderstreep de ayurvedische zienswijze dat alles met elkaar te maken heeft en dat het gaat om de balans. Je haar heeft aandacht en liefde nodig, dus ga er respectvol mee om. Wees lief voor jezelf - en hou van je haar!
www.houvanhaar.be

TEKST ANNE WESSELING

