

Henné Indigo et Compagnie

Des plantes pour colorer, laver et soigner les cheveux



Préparer le henné naturel

La quantité de henné à préparer dépend de la longueur de cheveux à colorer et de l'épaisseur.

Il faut compter (pour tout recouvrir comme si on mettait de la crème sur un gâteau):

- 100 g pour des cheveux courts (j'utilise trois tasses à café de poudre)
- 200 g pour des cheveux aux épaules
- 300 g pour des cheveux dans le dos
- 75 g si on ne fait que les racines (j'utilise deux tasses à café de poudre).

Certains hennés peuvent avoir besoin d'être tamisés. C'est le cas des hennés d'Inde qui sont emballés sous vide (henné du Rajasthan et henné aux plantes) et dont la poudre est dure. La tamiser permet de l'aérer. Le henné d'Egypte et le henné du Yémen, qui contiennent quelques brindilles, pourront aussi être tamisés.

On lit parfois que le henné doit être préparé un certain nombre d'heures à l'avance selon le type de henné pour "libérer" les pigments ou qu'il faut préparer le henné la veille avec du jus de citron. Mes tests montrent pourtant le contraire: j'obtiens pour tous mes hennés une couleur plus foncée quand je prépare les hennés au dernier moment, avec de l'eau bouillante... J'ai testé des hennés préparés la veille ou un certain nombre d'heures avant la pose, en fonction des indications données par les fournisseurs et la couleur est obtenue si l'on en réchauffe pas la pâte est moins foncé qu'un henné tout simplement préparé à l'eau bouillante au dernier moment. Par contre, si l'on prépare la pâte à l'avance et qu'on la chauffe au bain-marie ou bien sur un poêle, la couleur obtenue est plus foncée. En fait, la chaleur est le paramètre le plus important. Peu importe la préparation, si l'on réchauffe le henné et l'applique très chaud, on obtient une couleur plus foncée: Pour obtenir une couleur foncée, il faut donc réchauffer le henné, le laisser dans un bain-marie chaud pendant la

pose, mettre un plastique, passer un coup de sèche-cheveux, recouvrir d'un bonnet... Inversement, pour une couleur moins foncée ou plus cuivrée, il peut être intéressant de préparer le henné quelques heures à l'avance et de ne pas le réchauffer. L'ajout de jus de citron la veille donne une couleur moins foncée (type blond vénitien sur laine blanche) alors qu'ajouter du jus de citron au dernier moment donne une couleur qui fonce plus dans les jours suivants... En fait, le paramètre qui influence le plus la couleur est la chaleur. Pour obtenir une couleur foncée, il faut préparer le henné à l'eau bouillante, le laisser dans un bain-marie chaud pendant la pose, mettre un plastique, passer un coup de sèche-cheveux, recouvrir d'un bonnet...

On prépare le henné avec de l'eau bouillante, du thé ou une infusion de plantes. Pour une couleur moins foncée, on peut le préparer la veille avec du jus de citron. Le henné ayant parfois tendance à sécher les cheveux, on peut commencer par ajouter un yaourt avant de mettre le reste de liquide ou bien ajouter juste avant la pose une cuillère à soupe d'huile (mais pas si on compte faire une deuxième étape après le henné).

On conseille souvent de verser 300 ml de liquide pour 100 g mais le mieux est d'ajouter du liquide de façon à obtenir un mélange bien crémeux. Une pâte plus liquide pénètre mieux au cœur des cheveux. Au besoin, on peut ajouter un peu d'eau dans le mélange pendant l'application. On peut mettre quelques gouttes d'huiles essentielles de lavande ou de tea-tree dans le henné en cas de démangeaisons.

Certaines congèlent leur henné ce qui permettrait d'obtenir des tons encore plus rouges. Elles le décongèlent doucement dans un bain d'eau chaude avant de l'utiliser.

L'application

Pour une couleur très foncée, il est important de réchauffer le henné au bain-marie avant de l'appliquer et de laisser le bol de henné dans la casserole d'eau chaude pendant l'application. Le henné s'applique au pinceau ou tout simplement à la main gantée. Je vous conseille de vous asseoir face à un miroir dans un endroit bien éclairé. On peut appliquer le mélange sur cheveux secs ou mouillés, ça dépend des goûts et ça n'a pas une grande influence. La pose se fait raie par raie, en utilisant un crayon ou le bout du pinceau pour faire les raies. Si l'on veut tout colorer, aucun cheveu ne doit dépasser. Il faut mettre la dose. Certaines

appliquent le henné en massant, sans faire de raies, et obtiennent aussi de bons résultats. A la fin, on emballe les cheveux avec du film plastique puis du tissu (un vieux traversin, un bonnet, ...). On peut passer un coup de sèche-cheveux par-dessus le plastique de temps en temps pour intensifier la couleur. Plus le henné sera chaud et plus la couleur sera foncée. Certaines aiment garder le henné toute une journée ou toute une nuit sur la tête mais si vous avez le cuir chevelu sensible, il vaut mieux ne pas le garder trop longtemps (un temps de pose de deux heures étant dans ce cas un bon choix). Toutefois, plus on le garde et plus la couleur obtenue est foncée, notamment avec les hennés du Pakistan.

Le rinçage

Vous pouvez profiter du rinçage pour vous délasser dans un bon bain chaud et plonger vos cheveux sous l'eau si vos canalisations le permettent. La méthode du seau est aussi très efficace, économique en eau et elle évite les dépôts dans les canalisations. Il suffit de remplir un seau d'eau chaude, de tremper les cheveux dedans pour enlever le plus gros avant de terminer le rinçage sous le jet. Vous pouvez ensuite jeter le contenu du seau dans les toilettes ou, si vous habitez comme moi en pleine campagne, par la fenêtre !!!

Il vaut mieux faire un shampoing ou un après-shampoing après un pur henné : cela permet de mieux enlever les résidus et de prévenir d'éventuelles démangeaisons. Toutefois, évitez de faire un après-shampoing si votre henné est une première étape avant un mélange contenant de l'indigo ou du katam car cela pourrait empêcher ce mélange de se fixer.

La couleur va s'approfondir les jours suivants le henné, notamment avec les hennés du Pakistan, et elle vire parfois au rouge après un premier shampoing (notamment le shampoing à l'amlā).

Les mélanges de poudres

On peut ajouter d'autres poudres au henné :

- pour soigner (poudres ayurvédiques comme le neem, le maka, l'amlā...). Il vaut mieux ne pas dépasser quelques cuillères à soupe pour ne pas diminuer la couleur. Ajouter ces poudres au henné au moment de sa préparation.

- pour changer la couleur (brou, indigo, ...). Dans ce cas, préparer ces poudres séparément au

dernier moment avec de l'eau chaude et les ajouter à la crème de henné après le temps de repos, avant l'application.

Petits désagréments...

Démangeaisons

Si vous avez le cuir chevelu sensible et que vous avez quelques démangeaisons après avoir fait un henné, vous pouvez ajouter une cs d'huile dans le henné. Le neem semble aussi efficace, on peut alors en ajouter un peu dans le henné. Il faut aussi limiter le temps de pose : les démangeaisons apparaissent souvent au-delà de trois heures de pose. Enfin, un truc très efficace consiste à remplacer le plastique par un bas-résille bien troué. Le fait que le mélange pose à l'air libre semble très important contre les démangeaisons. Par contre, le mélange sèche vite ce qui rend le rinçage plus difficile et la prise moins bonne. Je vous conseille de vaporiser de l'eau de temps à autre pour éviter que le mélange ne sèche trop vite.

Attention toutefois aux démangeaisons persistantes car elles peuvent provenir, ce qui est heureusement rare, d'une allergie au colorant du henné.

Cheveux secs

Le henné peut assécher les cheveux, surtout s'ils ont déjà une tendance sèche. Dans ce cas, on peut ajouter à la pâte du yaourt (au moment de la préparation) ou une cs d'huile, de miel, de mélasse ou d'après-shampoing (juste avant l'application).

Boucles...

Le henné a tendance à raidir les cheveux, même si ce n'est pas automatique. Le henné du Yémen est celui qui raidit le plus les cheveux et de façon général, les hennés BAQ raidissent plus les cheveux.

On peut ajouter un peu d'amla au henné pour contrer cet effet.

Trop rouge...

Les couches se superposant, plus vous ferez de henné, plus vos cheveux seront foncés. Si vous souhaitez garder une couleur claire. une fois la couleur voulue obtenue. ne faites que les racines ou

bien coupez le henné avec du henné neutre (cassia) ou utilisez de temps à autre la rhubarbe ou le rhapontic.