



**madame**  
NICARCO

**TENDANCE**  
LES NOUVELLES  
MAÎTRESSES  
DE LA LINGERIE

**CONFIDENCES**  
TOUT CE QUI  
VOUS REND  
**BELLE**

**FEMMES DE POUVOIR**  
OUI, ELLES VONT  
CHANGER LE MONDE!

SPÉCIAL BEAUTÉ AVEC  
**DIANE KRUGER**

LE TOP DES SOINS, LA CRÈME DES CRÈMES  
POUR SUBLIMER VOTRE HIVER

# TOUT CE QUI NOUS REND BELLES

**UN MÈTRE SOIXANTE-QUINZE**, cinquante kilos, les seins de Sophie Marceau, les fesses de J.Lo et le visage de Kim Basinger (dont les proportions correspondraient le plus au nombre d'or), et si possible le charme de Sharon Stone..., voilà, en gros, la nouvelle icône. D'un côté, une Barbie au Q.I. élevé, de l'autre, des milliards de femmes qui se débrouillent plus ou moins bien avec ce fantasme. Parmi elles, un lot de sacrifiées sur l'autel de la Beauté, nouvelle déesse des temps modernes. Omniprésente, toute-puissante, sévère et hyper-exigeante, Vénus a pris le pouvoir sur nos consciences, notre corps et sur l'économie. L'industrie cosmétique a une mine florissante, les rubriques Beauté des magazines (et la pub qui va avec) prennent de plus en plus de poids, les émissions de télé sur le sujet marchent à plein régime et le « bistouri-boom » bat son plein.

## TOUTES CONDAMNÉES À PLAIRE ?

C'est prouvé : une personne avec un physique agréable obtient de meilleures notes à l'école, a un tiers de chances en plus de réussir une belle carrière et, en cas d'infraction, reçoit des peines moins lourdes. « De nos jours, le corps fait vraiment le moine. Il est un marqueur social impitoyable », constate Hervé Juvin, auteur du livre « L'Avènement du corps » (Gallimard). Les femmes ? Elles se cassent la tête. Interrogées par Publicis Consultant à l'occasion des vingt ans des parfumeries Marionnaud, la plupart des clientes se sont réjouies de la démocratisation de la beauté mais ont avoué souffrir de la pression sociale, surtout au travail. « Aujourd'hui, ne pas avoir l'air jeune, ne pas être bien coiffée, bien habillée, c'est presque considéré comme une faute professionnelle », regrettent-elles. Pas étonnant ensuite que seulement

**ON NOUS BOMBARDE DE CLICHÉS, DE CANONS, DE RECETTES... POUTANT, ÊTRE BELLE C'EST SE RESSEMBLER, S'ACCEPTER, S'AIMER. DE L'ADOLESCENCE À LA MATURITÉ, PETITE OU RONDE, BRUNE OU BLONDE, SOYONS D'ABORD NOUS-MÊME. LA BEAUTÉ ? C'EST UNE AFFAIRE PRIVÉE. PAROLES DE PSY, PAROLES DE FEMMES.** Par Marion Louis

2 % des femmes dans le monde (et 1 % en France !) se trouvent belles. Tels sont les résultats de l'étude que Dove a menée dans dix pays sur trois mille deux cents femmes, sur leur perception de leur propre beauté et ce qui l'influencait. La plupart en effet ne se trouvent pas jolies, juste « moyennes » ou « naturelles ». En sont-elles malheureuses ? Pas toutes, heureusement, puisque huit Françaises sur dix se regardent tous les jours dans la glace et que 80 % d'entre elles disent se plaire et se

sentir bien avec elles-mêmes. Quand on demande aux mêmes femmes ce qui les rend belles, 86 % répondent « être aimée » et 82 %, « prendre soin de moi », ce qui, pour la majorité, se résume à paraître propre et soignée. Le maquillage n'est cité qu'en septième position, bien après le déodorant et le shampooing. Il est aussi intéressant de noter que 29 % des personnes interrogées se sentent belles « quand elles le sont plus que leurs amies »... « C'est que la femme d'aujourd'hui est pétrie de contradictions, note Sylvette Giet, docteur en sciences de la commu-



**EMMANUELLE DEVOS, COMÉDIENNE, 41 ANS, 2 ENFANTS**  
“LA BARRE AU SOL”

– **Qu'est-ce qui vous rend belle ?**

– L'harmonie et la fraîcheur. Lorsque je sors de scène\*, j'ai une énergie incroyable dans le visage, mes yeux brillent, j'ai les joues rosées, je me sens comme liftée. Ce qui me rend belle, c'est de ne pas courir dans tous les sens, que tout soit bien à sa place. De réussir une journée avec les enfants, d'être une bonne mère en fait.

– **Votre atout séduction ?**

– On m'a dit que j'avais de jolies jambes, alors je me mets souvent en jupe. Je vois bien que ça plaît aux hommes, surtout au mien.

– **Les conseils que votre mère vous a donnés ?**

– Quand j'étais petite, elle me disait « Tiens-toi droite et souris ». Ça m'est resté. Ma mère se maquillait à peine. À la maison, c'était lait Mustela et basta.

– **Vos secrets de beauté ?**

– Je suis une dingue de cosmétiques. J'avais seize ans quand j'ai mis mon premier contour des yeux. En revanche, je ne suis pas trop maquillée. Deux fois par semaine, je fais de la barre au sol chez Chris Gandois. Ce sport donne de la grâce. Je ne cherche pas à avoir un corps musclé mais une harmonie globale.

PROPOS RECUEILLIS PAR ASTRID TAUPIN

\* Elle joue dans « Créanciers », de Strindberg, au théâtre de l'Atelier jusqu'au 31 décembre.

nication à Tours, qui a réalisé un travail sur l'image de la femme dans la presse féminine et a signé le livre "Soyez libres! C'est un ordre" (Autrement). Jamais on n'a lu autant d'injonctions à la liberté et à l'autonomie et jamais on n'a donné autant de conseils, directs ou indirects. Et proposé partout le même modèle corporel : jeune, mince et bronzée. Enfin, jamais, pour les femmes qui se disent libérées, l'homme n'a été aussi présent. Avant tout, c'est lui qu'il faut conquérir. Un phénomène particulièrement frappant dans la presse pour jeunes filles, où l'érotisation des corps et du discours ne cesse de croître. »

## NE JAMAIS PERDRE LE CONTRÔLE

Georges Vigarello, historien et auteur d'une « Histoire de la beauté. Le corps et l'art d'embellir » (Seuil), a lui aussi constaté l'existence de ces ordres paradoxaux, de cette dualité entre une norme puissante (jeunesse, minceur, dynamisme) et un grand besoin de personnalisation et de singularité, ce que d'aucuns ont appelé l'« égologie ». Il faut mincir mais avec « sa propre méthode », se faire opérer mais rester soi-même, jouir de tout mais ne jamais perdre le contrôle, avoir un corps

voluptueux et anorexique à la fois. Chacune d'entre nous devient responsable de son apparence, de son bien-être, de sa santé. Vous n'y arrivez pas? C'est votre faute puisque aujourd'hui, tout changement est possible, ou presque. « L'icône d'aujourd'hui, ce n'est pas celle qui est belle, mais celle qui s'est faite belle et qui le montre, telle Madonna, pense Hervé Juvin. La beauté est le fruit d'un travail, un capital à faire fructifier. » Et quand la beauté se fait morale, la culpabilité n'est jamais loin. De quoi devenir schizophrène. Ou boulimique. Ou anorexique. Ou obèse. Psys et nutritionnistes confirment : les troubles alimentaires ne cessent d'augmenter, y compris chez les garçons. On a bien retenu la leçon : il faut souffrir pour être belle...

Ce malaise explique sans doute le grand succès des publicités Dove qui affichent des femmes normales, avec leurs rondeurs et leurs rides, bref, « pas esthétiquement correctes ». Les journaux féminins se sont faits l'écho de cette campagne avec enthousiasme... Mais continuent à proposer des régimes (« à la carte ») et à photographier des mannequins filiformes de dix-huit ans. « Les femmes ont besoin de rêver », répondent les publicitaires. Peut-être.

Suite p. 68.

## MARIA DE MEDEIROS, COMÉDIENNE, 40 ANS, 2 ENFANTS "J'AI APPRIS À UTILISER MON VISAGE"

– **Qu'est-ce qui vous rend belle ?**

– Dormir. J'ai besoin de dix bonnes heures de sommeil et... d'amour. Dans ma vie, j'ai craqué pour des gens qui n'étaient pas des gravures de mode, mais la passion les rendait beaux à mes yeux. Je sais que j'ai un visage imparfait, mais il m'appartient et je l'aime comme il est, surtout l'hiver quand le froid blanchit ma peau et qu'il le rend évanescent. L'avantage de l'imperfection, c'est qu'elle permet de ne pas passer inaperçue. Comme d'un instrument de musique, j'ai appris à utiliser mon visage et à en faire mon image de marque.

– **Votre atout séduction ?**

– Mon regard. C'est par les yeux que l'on accroche les autres.

– **Les conseils que votre mère vous a donnés ?**

– Elle se frottait le visage avec un glaçon pour le lisser. Ado, je l'ai fait longtemps alors que je n'en avais pas besoin. Depuis j'ai laissé tomber par fainéantise et j'ai préféré les crèmes.

– **Votre secret de beauté ?**

– Le démaquillage. Comme les Japonaises, je suis une maniaque de la propreté. Seule l'utilisation d'eau et de mousse me donne l'impression d'être parfaitement nettoyée. A. T.

\* Elle est au générique de « Vénus & Apollon », de Tonie Marshall. DVD Canal + Studio/Arte, sortie le 7 novembre.



**UN IDÉAL NÉCESSAIRE**

« Les canons de beauté existent depuis la nuit des temps et la société a toujours proposé une image idéalisée du corps très éloignée du physiologique, rappelle Georges Vigarello. L'erreur serait de croire qu'on peut échapper au collectif. Il a d'ailleurs un côté rassurant. Contrairement à ce qu'on peut penser, la norme est aujourd'hui bien moins forte qu'avant, à la Renaissance ou même dans les années soixante qui avaient des standards très précis. La grande évolution, c'est qu'aujourd'hui cette norme touche toutes les couches sociales et surtout, le corps tout entier. Jusqu'à la fin du XIX<sup>e</sup>, la beauté ne concernait que le visage, siège de la spiritualité. En accédant au travail, puis aux loisirs, puis à la contraception, la femme a libéré le bas du corps. » Pour mieux le réduire en esclavage ? « Pas forcément, estime Georges Vigarello. Les exigences de la société actuelle sont bien plus souples qu'on ne l'imagine. » Et les Françaises plus sages ? C'est en tout cas l'avis de Cédric Kron, chirurgien plasticien à Paris. L'adolescente qui vient « s'acheter » une paire de seins comme un maillot de bain, l'épouse qui ne vient que pour faire plaisir à son mari, celle qui veut ressembler à Pamela Anderson ou celle qui a un problème psy représentent moins de 5 % des consultations. Selon lui, la clientèle de la chirurgie esthétique s'est réellement élargie à tous les milieux, les femmes n'ont plus honte, elles en parlent plus librement mais, fondamentalement, les demandes n'évoluent guère. Il y a celles qui viennent pour se trouver et celles qui viennent pour se retrouver. Et contrairement aux standards américains, chez nous, il faut que le résultat soit naturel, qu'il respecte la morphologie et la personnalité. « Mes patientes ne viennent pas me voir pour ressembler à une gamine de vingt ans, juste gagner une dizaine d'années. Il y a de plus en plus souvent un décalage entre l'âge ressenti et celui que renvoie le miroir. L'important, c'est que ça ne se remarque pas et qu'elles puissent se reconnaître », assure le D<sup>r</sup> Kron. Pourtant, signe des temps, on lui demande des prothèses mammaires plus grosses qu'avant et les demandes de rajeunissement surviennent de plus en plus tôt.

Suite p. 70.

**IL N'Y A PAS DE MAL À SE FAIRE DU BIEN**

**Le psychiatre Samuel Lepeutier s'est beaucoup intéressé à l'image du corps dans notre société. Lors d'une conférence intitulée « Beauté et identité », organisée par la Fédération des industries de la parfumerie, il a décodé nos rites de beauté.**

**Nous achetons de plus en plus de cosmétiques. Sommes-nous de plus en plus superficielles ou de plus en plus victimes du marketing ?**

**Ni l'un ni l'autre. L'usage des cosmétiques existe depuis la préhistoire et fait partie intégrante de la construction de l'identité. Au début étaient le corps et la peau. Pour survivre, le nouveau-né doit faire l'objet de soins constants et répétés qui font naître en lui le goût du plaisir et le sentiment de bien-être (ou l'angoisse et la frustration quand ils viennent à manquer). Aussi, tels des doudous pour adultes, les cosmétiques prolongent nos premiers échanges avec la mère, réveillent chaque jour notre passé le plus ancien et le plus précieux.**

**Se regarder dans la glace est-il la preuve d'un narcissisme exacerbé ?**

**En grandissant, l'enfant se découvre dans le miroir avec un immense plaisir. C'est un moment décisif où se construit son sentiment d'identité. Jubilation que nous reproduisons inconsciemment chaque matin dans la salle de bains.**

**La beauté est-elle forcément liée à la féminité ?**

**L'idée que l'usage des cosmétiques serait lié à une nature féminine et leur rejet à une nature masculine est une illusion. D'ailleurs, à certaines époques, l'homme s'est paré autant que la femme. Le premier parfum, le premier rouge à lèvres, le premier rasoir... La beauté a une valeur initiatrice et donne accès à la féminité ou à la virilité. S'épiler (se raser) ou dompter une chevelure rebelle signifie aussi le triomphe de la culture sur la nature. Le maquillage a bien d'autres fonctions essentielles. Il est en quelque sorte le vêtement du visage. Il protège, affirme notre identité, permet le rapprochement avec les autres et... rassure l'homme.**

M. L.



**AGNÈS CROMBACK, PRÉSIDENTE DE TIFFANY, 43 ANS, 3 ENFANTS**  
**“J’ESSAIE DE COLLER À MON PERSONNAGE”**

**- Qu'est-ce qui vous rend belle ?**  
 - De penser enfin à moi. Avant, je ne faisais que m'occuper des autres. Aujourd'hui, je sais dire non, comme refuser un déjeuner le mardi pour aller à mon cours de gym au Ritz. Certes, c'est une discipline, mais c'est ce qui permet de durer aussi. À mon âge, la beauté vient plus de l'intérieur, c'est un des attraits de vieillir. Ça va vous paraître drôle, mais c'est lorsque je suis en train de jardiner que je me sens le mieux. Le plus important, c'est d'avoir de l'allure. Le chic ne s'improvise pas.

**- Votre atout séduction ?**  
 - Je ne pense pas en avoir. J'ai mille défauts, mais j'essaie de coller à mon personnage. Je suis plutôt quelqu'un de classique avec un petit brin de folie.

**- Les conseils que votre mère vous a donnés ?**  
 - J'ai toujours vu ma grand-mère se mettre de la Crème de Huit Heures et elle n'avait aucune ride. Je fais pareil. Je m'en tartine aussi les mains et les pieds avant de me coucher.

**- Vos secrets de beauté ?**  
 - Je suis une véritable « beauty addict », mais pas très fidèle, j'essaie toujours plein de nouveautés. J'aime que ça sente bon avant tout. Sinon, je suis très maquillage « Prisu ». Je mets toujours du mascara et une ombre marron, ainsi je suis sûre de ne pas faire d'erreur. Depuis peu, je m'offre toutes les semaines un massage aux huiles essentielles. J'aime tellement ce moment que j'en fais profiter toutes mes copines en leur offrant des chèques-cadeaux.

A. T.

**SÉDUISANTE CORPS ET ÂME**

« Qu'est-ce qui vous dérange chez vous ? » La fameuse question des chirurgiens dévoyés de la série « Nip/Tuck » est aussi le sésame de toute première consultation esthétique qui se respecte. « Quand une patiente arrive en disant "Je veux un lifting ou une liposuccion", il faut l'arrêter tout de suite et commencer par essayer de cerner sa demande, poursuit le D' Kron. S'assurer qu'elle se fait bien opérer pour elle, comprendre ses motivations, ses attentes. Discuter et rediscuter. Sinon, on court à l'échec. La règle d'or : ne jamais prendre sa décision lors d'une première rencontre. » D'ailleurs, aujourd'hui, la loi impose un délai d'au moins quinze jours entre ce premier rendez-vous et le passage à l'acte. Parfois, il serait aussi plus prudent d'exiger de voir la femme du chirurgien en même temps que le devis. Même si on croise heureusement de moins en moins de nez ou de seins « signés », les critères du praticien restent malgré tout stéréotypés. Il suffit de se rendre dans un congrès de chirurgie esthétique international pour rencontrer une belle brochette d'épouses clones. « Pour dix plasticiens, vous aurez dix regards différents, reconnaît le D' Kron. Même si on essaie de faire abstraction au maximum de ses goûts personnels, inconsciemment, on influence toujours ses patientes. »

Et on en arrive à la question fondamentale : la beauté est-elle désir ? « On pense avec son corps, répond le D' Bernard Waysfeld, psychiatre et nutritionniste », et la séduction fait partie des fondamentaux de notre personnalité. Chez l'être humain, la beauté est toujours liée à la pulsion sexuelle, elle-même liée à la fécondité. Inconsciemment, pour transmettre les gènes dans les meilleures conditions, une femme doit être jeune, en bonne santé, avoir une poitrine généreuse et des hanches accueillantes. Et pour "porter" la femme et l'enfant, l'homme doit être

grand, fort et doté de larges épaules. » Avec la maîtrise de la contraception et de la reproduction, on pourrait s'attendre à ce que tous ces schémas volent en éclats. Il est vrai que dans les années soixante-dix, on a vu apparaître un corps androgyne, asexué, mais pour mieux voir triompher dernièrement une silhouette totalement érotisée avec une grosse bouche, de gros seins, des fesses rebondies. Est-ce que ça suffit pour plaire ? Visiblement pas. On connaît toutes ces femmes physiquement insignifiantes qui dégagent un magnétisme étonnant et séduisent qui elles veulent, à tout âge, et d'autres, jeunes et ravissantes, aussi attirantes qu'un sachet de soupe lyophilisée. On sait aussi très bien qu'une femme aimée et désirée se sent la reine

du monde et inversement. Alors, la beauté intérieure ne serait pas qu'une vaste fumisterie, un placebo pour ego blessé ? Le D' Waysfeld en est convaincu : « Être belle, c'est avant tout être présente et vivante. » Et surtout pas parfaite. « Une femme hypersoignée, impeccable, toujours très maquillée, bien habillée, dans la représentation permanente, c'est louche. J'y vois une forme de défense hystérique. De même qu'une femme qui se néglige ou refuse tout artifice féminin a sans doute un fond dépressif. » Autrement dit, si un jour vous avez le cheveu et le maquillage en berne pour paraître le lendemain fraîche et pomponnée, tout va bien. « Une femme est belle lorsqu'il y a adéquation entre son corps et son esprit », renchérit le D' Kron, pour qui la séduction ne se décline qu'au singulier. Et de citer Baudelaire : « L'étrangeté est le condiment nécessaire à toute beauté. »

**LA BEAUTÉ  
INTÉRIEURE  
EST-ELLE UN  
MYTHE ? PAS  
SI SIMPLE...  
"UNE FEMME EST  
BELLE LORSQU'IL  
Y A ADÉQUATION  
ENTRE SON  
CORPS ET  
SON ESPRIT."**

Suite p. 72.



**LOLITA LEMPICKA, 51 ANS, STYLISTE, ET UNE DE SES FILLES, ELISA DE DREUZY, 29 ANS, DESIGNER**  
"DONNER LE MEILLEUR DE SOI"

**- Qu'est-ce qui vous rend belles ?**

**L. L.** - Mon hygiène de vie. Je suis une adepte du bio depuis toujours. Je considère que la beauté rejoint la santé et inversement. Je suis convaincue qu'une nourriture saine protège du vieillissement.

**E. D.** - M'accepter comme je suis avec mes rondeurs. Depuis que je suis toute petite, je baigne dans un univers très féminin. Je suis accro à tout ce qui touche à l'image de la femme : le maquillage, la coiffure, les accessoires. Mettre en valeur son patrimoine génétique, ça s'apprend au fil du temps.

**- Vos atouts séduction ?**

**L. L.** - Ma féminité. J'en use et j'en abuse en portant des robes et des matières qui me mettent en valeur.

**E. D.** - Ma bouche pulpeuse

et mon décolleté, un héritage de ma mère.

**- Les conseils que votre mère vous a donnés ?**

**L. L.** - Elle est à la base de tout. C'est elle qui m'a fait découvrir le bio quand j'avais quinze ans. Aujourd'hui encore, dès qu'on a un petit bobo, on l'appelle. Elle est incollable en phytothérapie.

**E. D.** - Donner le meilleur de moi-même. C'est un acte de générosité pour les autres, mais aussi pour soi.

**- Vos secrets de beauté ?**

**L. L.** - Tous les ans, j'ai un rituel, je suis une cure de détoxification à la clinique du D' Henri Chenot, en Italie. J'y emmène mes filles, elles adorent.

**E. D.** - Quand je suis à la campagne, je me déplace toujours à vélo, c'est écolo et ça donne bonne mine.

A. T.

**J'ME SENS PAS BELLE**

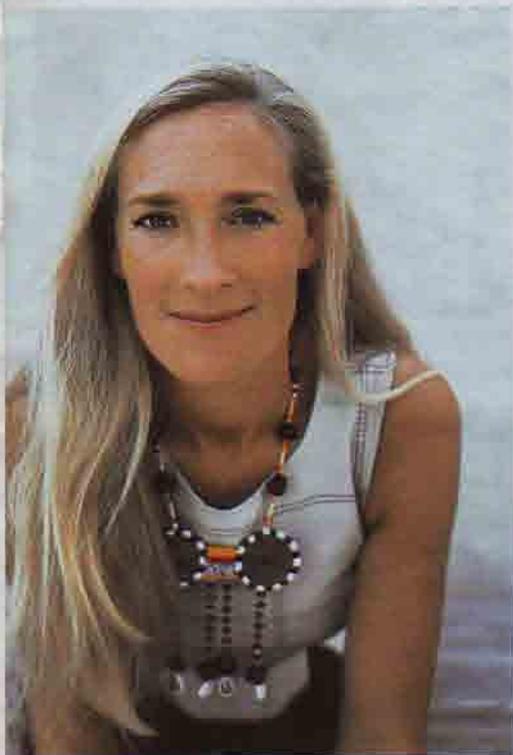
Dans certains cas, nul compliment, nul rouge à lèvres, nulle rhinoplastie ne suffit à rassurer. Rien ne peut réconcilier certaines femmes avec leur image. Cela peut aller jusqu'à la dysmorphophobie, c'est-à-dire être obsédée par un défaut réel ou imaginaire. Des personnes que le D' Kron refuse d'opérer et que tout chirurgien devrait savoir repérer. Le D' Isabelle Gautier, psychiatre et psychanalyste, qui prépare un livre sur « Comment choisir son chirurgien plasticien », est passionnée par ce qu'elle appelle la « beauté entre scalpel et divan ». « De la simple petite fixette à l'obsession qui empêche de vivre, la palette des troubles touchant l'estime de soi est immense et reste la base du travail de psychanalyste », confie le D' Gautier, même si très peu de travaux ont été consacrés aux « maladies de la beauté ». « Le complexe en soi n'est pas toujours mauvais, poursuit le D' Gautier. Une adolescente qui ne veut pas aller à la piscine parce qu'elle a du poil sur les bras, la femme de cinquante ans qui a peur de vieillir..., c'est normal et souvent passager. À la puberté, le complexe peut même être structurant car il permet de s'adapter au groupe. Certaines arrivent même à faire d'un défaut un atout, mais quand une fille de trente-cinq kilos se trouve grosse ou ne veut pas sortir de chez elle parce qu'elle se voit "immonde", ou avec une bosse sur le nez qui n'existe pas, il faut l'aider. » Et ce n'est pas simple. Comme l'anorexie, la dysmorphophobie n'est pas facile à traiter. Thérapies comportementales, psychanalyse, médicament, chirurgie... À chaque femme sa solution. Qu'est-ce qui fait qu'un détail mineur prene corps et s'enkyste pour toute la vie ? Pourquoi certaines personnes sont-elles plus sensibles à la pression sociale que d'autres ? « La mère met en place le narcissisme et l'identité. Le père met en place le désir et permet de s'ouvrir à l'extérieur », énonce le D' Waysfeld. Et bien sûr, ça ne se passe pas toujours comme il faudrait, surtout quand la mère a été absente, soit réellement (morte, partie...), soit psychiquement (absorbée par quelqu'un ou quelque chose d'autre, dépressive...). Le D' Isabelle Gautier va plus

**L'ESTIME DE SOI VIENT SOUVENT DE TRÈS, TRÈS LOIN. ET ON PEUT CONSTATER QUE LES PLUS COMPLEXÉES NE SONT NI LES MOINS CHOYÉES NI LES MOINS JOLIES.**

loin. « Pour qu'une injonction marche, il faut être deux, estime-t-elle. Se dire "Je ne m'aime pas parce que ma mère ne m'a pas assez aimée, je me sens moche parce que mon père ne m'a jamais dit que j'étais jolie", c'est parfois vrai mais un peu simpliste. Ce n'est pas parce qu'on s'est sentie mal aimée qu'on l'a été. D'ailleurs, il est intéressant de noter que les plus complexées ne sont ni les moins choyées ni les moins jolies. Plus que les parents eux-mêmes, c'est souvent le climat familial qui pèse lourd. L'une se sortira très bien du désastre du "désamour", l'autre ne retiendra que la remarque anodine qui, dans son esprit, va se transformer en bazooka. Toute sa

vie, elle portera l'insatisfaction qu'elle a vue dans le regard de ses parents mais aussi celle qu'elle a cru y voir. Je ne suis pas loin de penser qu'il existe une susceptibilité génétique au sentiment d'abandon. Parfois aussi, on se trouve moche parce qu'on trouve sa mère ou son père moche, physiquement ou moralement. D'autres veulent se faire opérer pour extirper tout ce qui peut leur rappeler un parent détesté. Enfin, certains complexes se construisent avant même la naissance. Si les parents sont persuadés de mettre au monde un enfant difforme par exemple. » Alors, faut-il répéter régulièrement à sa fille qu'elle est belle pour qu'elle ne se sente pas toute sa vie un vilain petit canard ? « Si vous ne le pensez pas, elle le sentira, estime le D' Gautier. En revanche, vous pouvez lui parler de ce qui va bien, lui dire : "J'adore tes yeux, ton sourire, ta gaieté, ton charme..." Pareil pour les garçons. Mais vous savez, parfois, le pire qui puisse arriver à une femme, c'est d'être belle, intelligente et d'avoir eu un père formidable. »

\* Auteur de « *Le Poids et le Moi* », éditions Armand Colin.  
 - À lire : « *Histoire de la beauté* », d'Umberto Eco, éditions Flammarion.



**SONIA POUSSIN, AVENTURIÈRE ET RÉALISATRICE DE DOCUMENTAIRES\*, 33 ANS, 1 ENFANT**

**"LA FRATERNITÉ ET L'AMOUR"**

- **Qu'est-ce qui vous rend belle ?**

- Je ne crois pas à la beauté mais à l'épanouissement, aux rencontres de la vie. Ce sont elles qui nous façonnent et nous font grandir. D'ailleurs, je ne sais pas si je suis belle, bien que mon mari ne cesse de me le répéter. Lorsque nous avons traversé l'Afrique à pied (14000 kilomètres en trois ans), je n'avais ni maquillage, ni Brushing, ni talons hauts, mais je ne me suis jamais sentie aussi bien. Même pendant les moments les plus durs, la notion de survie était telle que mon aspect physique devenait secondaire. Tant pis si j'étais moche. De toute façon, la fraternité et l'amour que les Africains me transmettaient l'emportaient sur le reste. Pour eux, je gardais le sourire, c'était le plus grand honneur que je pouvais leur faire.

- **Votre atout séduction ?**

- Mes mains et mes longs cheveux blonds.

Je le vois bien dans la rue. Parfois les hommes me dépassent et se retournent.

- **Les conseils que votre mère vous a donnés ?**

- La rigueur et la propreté, c'est son côté slave. Même au fin fond de l'Afrique, les gens me disaient qu'ils avaient l'impression que je sortais du pressing, que j'étais glamour. Ma tresse était toujours impeccable et, dès que j'avais un peu d'eau, même l'équivalent d'un verre à dents, je me recourais et je lavais mes affaires.

- **Vos secrets de beauté ?**

- Juste du mascara et un trait d'eye-liner pour cacher mes cils blonds, et beaucoup de marche. Il n'y a rien de tel pour affiner la silhouette.

A. T.  
 \* *Création avec Roxane Poussin d'« Africa Trek », tome 1 et 2, éditions Robert Laffont.*