

VOTRE BEAUTÉ

10 BOULEVARD DES FRERES VOISIN
92130 ISSY LES MOULINEAUX - 01 41 46 88 88



AVRIL 13

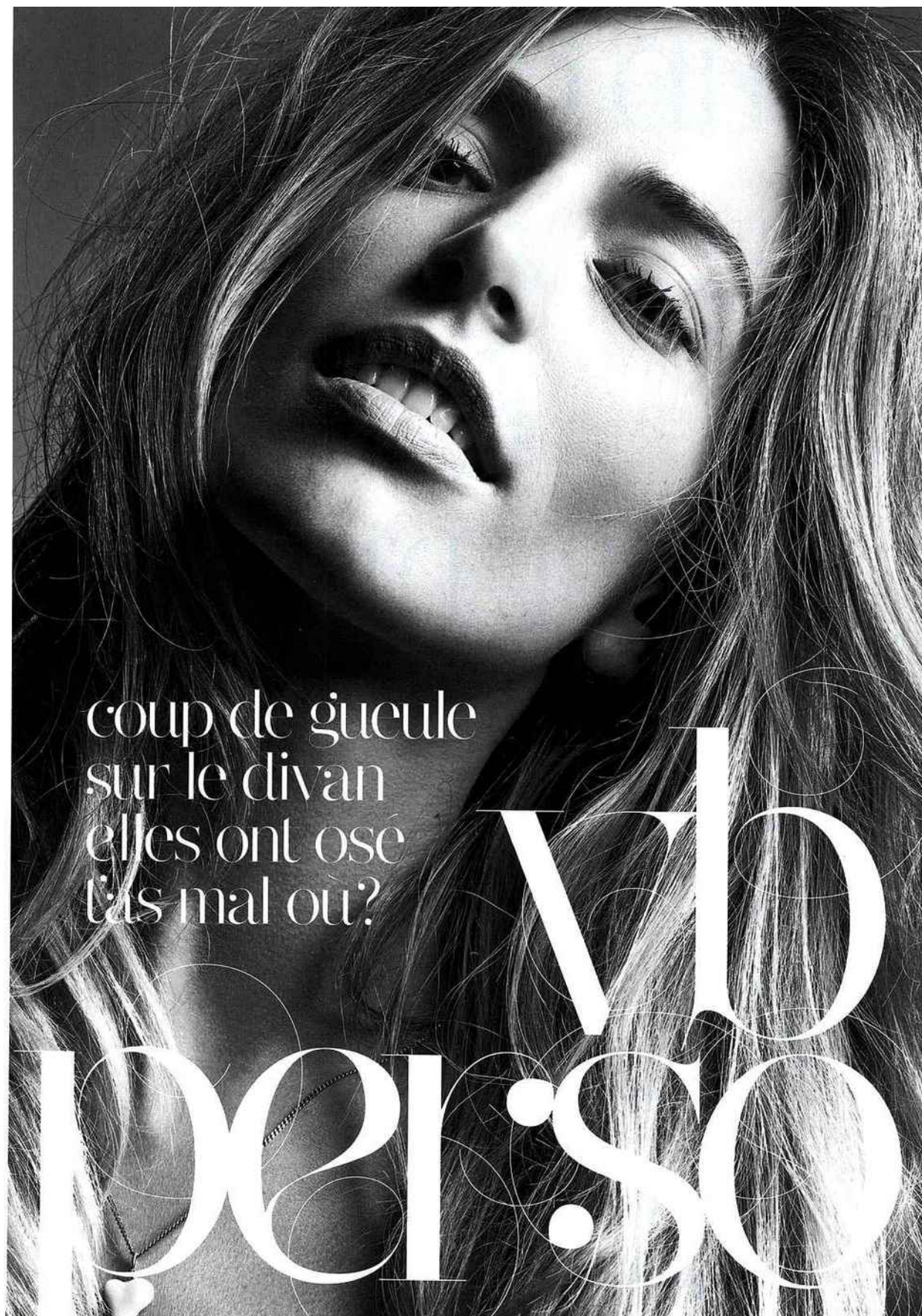
Mensuel

OJD : 68033

Surface approx. (cm²) : 2510

N° de page : 75-79

Page 1/5



coup de gueule
sur le divan
elles ont osé
les mal ou?

vb
per:so

Coup de gueule

Le sport ? J'adore ! Alors je papillonne de l'un à l'autre, j'essaie tout et n'importe quoi. Complètement accro, je collectionne les cartes de membre, me ruine en inscriptions et en équipements. Il faut que ça cesse !

PAR BEATRICE MASSENET ILLUSTRATION SOPHIE BOUXOM

MARRRE D'ÊTRE SPORT ADDICT

Pas un mois ou je n'essaie une nouvelle discipline : Fly Yoga®, aquabike, boxe féminine, capoeira, Zumba®... Tout pour avoir un cœur au top, une musculature affinée, des abdos en béton et une capacité respiratoire développée. Le problème, c'est que le(s) sport(s) ne m'aime(nt) pas. Au bout de trois séances, je lâche le cours pour un autre plus nouveau, et je dépense des fortunes pour acheter une nouvelle tenue qui n'est jamais, mais alors jamais, en solde... L'autre jour, avec les filles du bureau, on s'amusait (façon de parler) à calculer notre masse grasseuse sur Internet. La cata'. Quand je pense aux kilos de brocolis, aux litres de soupe au chou et aux rondelles d'ananas que j'ai avalés dans ma vie, ça me donne envie de pleurer. Et, quand je réalise que j'ai mangé toute ma retraite en inscriptions au moindre club de gym que je croisais sur mon chemin, ça me donne envie de vomir.

MANGER-BOUGER-DÉPENSER

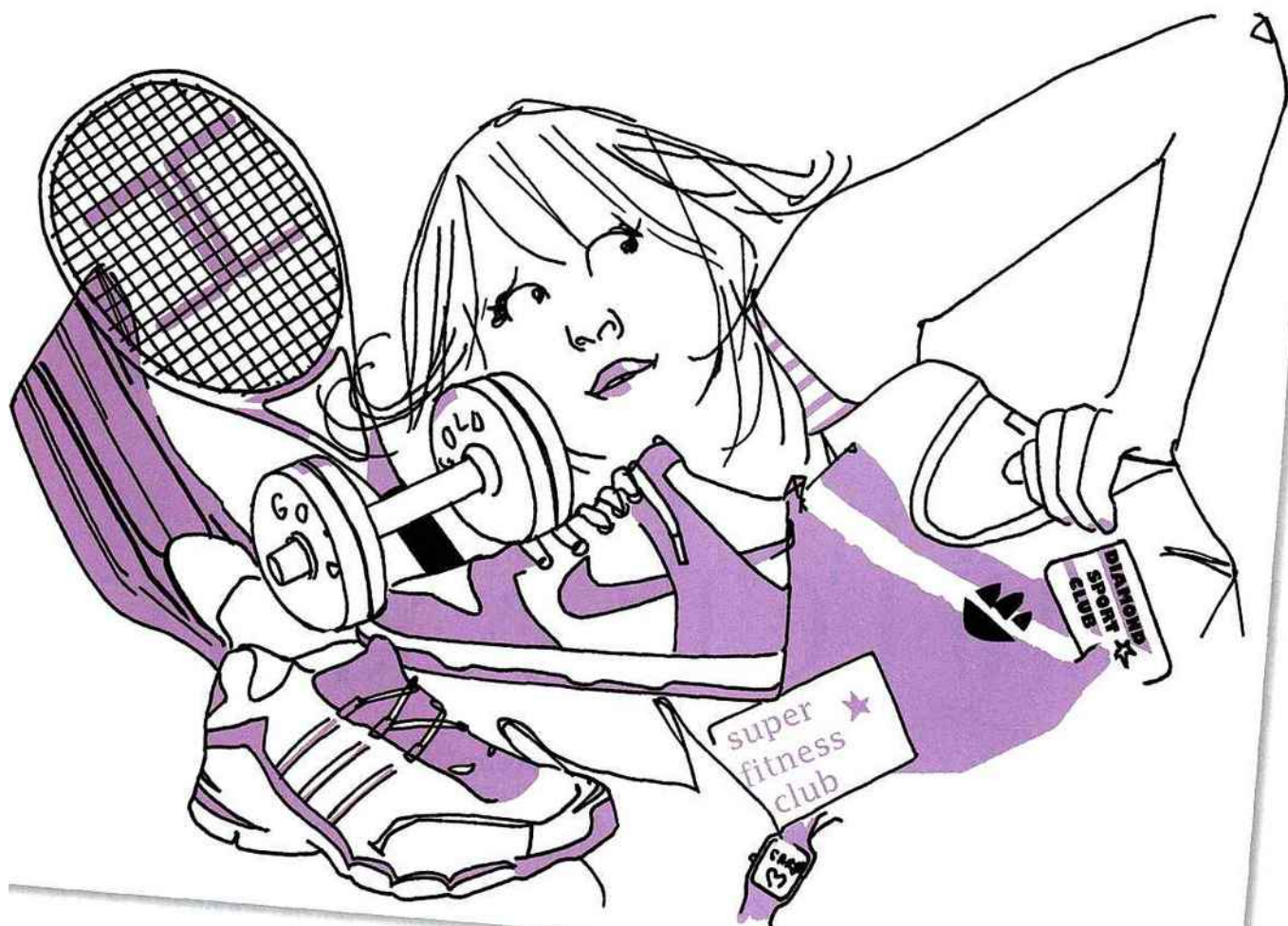
Ma grand-mère, elle, n'a jamais fait de sport de sa vie. Comme Churchill. Elle est morte centenaire et, même si elle ne fumait pas le cigare, elle buvait son *whisky baby* quotidien avant le dîner, et était bien plus mince que moi au même âge. Moi, cette belle femme épanouie, sympathique en diable, conviviale et ouverte aux rencontres, qui me crève la santé et le porte-monnaie à boulotter sept fruits

et légumes par jour (au cas où cinq, ce serait trop juste), et à bouger deux heures par semaine dans n'importe quelle position, du moment qu'elle promet de rester en forme, tonique (et accessoirement de maigrir...).

C'est vrai quoi ! Il y a eu des générations de femmes qui n'ont jamais enfilé une paire de baskets. Croyez-moi, elles avaient autre chose à faire : frotter du linge au lavoir, touiller une marmite pendant des heures, briquer le parquet, travailler en usine ; ou, à l'inverse, prendre des leçons de maintien et de musique, apprendre à soutenir une conversation et, enfin, trouver un mari. Des trucs qui prennent un temps fou. Eh bien, elles n'étaient pas plus molles, plus grosses ou moins musclées que nous. D'ailleurs, pendant des lustres, les seuls sportifs étaient les athlètes des jeux Olympiques de la Grèce antique, que le bon peuple venait seulement encourager (un peu comme dans nos stades aujourd'hui, où des grassouillards s'égosillent pour un but alors qu'ils n'ont jamais touché un ballon de leur vie). Et voilà que, d'un coup, au XIX^e siècle, on découvre les bienfaits de la culture physique. Pour les hommes comme pour les femmes.

PUR PRODUIT AÉROBIC

Dans les années soixante-dix, pas un adolescent qui ne fasse du tennis, du ping-pong, du cheval, de la natation ou du foot. Pas une femme qui n'essaie le yoga ou les cours de gym collectifs. Le sport, c'est bon pour la santé, martèle-t-on.



À l'époque, on me répétait à longueur de mégot : « Si t'arrêtais de fumer, regarde tous les chouettes trucs que tu pourrais t'offrir avec ton bon argent. » J'ai donc arrêté de fumer. Et, aujourd'hui, je peux affirmer que si j'arrêtais de faire du sport, je pourrais carrément devenir rentière.

Le pompon du pompon, le tocsin puis le glas pour les filles comme moi, ce furent les années quatre-vingt avec Véronique et Davina, The Toutouyoutou Girls. Celles qui prenaient leur douche à poil pendant le générique, portaient des bodies et des jambières fluo et s'excitaient sur des musiques de *djeun's*. Ah ! le nombre de bodies que j'ai pu acheter... Le nombre de fois où on s'est retrouvées à quatre copines devant la télévision à s'agiter en rythme avant de s'offrir un brunch à base de pancakes dégoulinant de sirop d'érable... Le bonheur.

Les Français découvrent le sport ludique, et les politiques ne s'y trompent pas. Tapie, de Villepin, Sarko se font photographier en sportifs acharnés. Du coup, toutes les disciplines se déclinent en dérivés plus ou moins farfelus. On ne fait plus de longueurs dans une piscine mais de l'Aquagym, voire de l'aquabike. On ne fait plus du footing mais du *street workout*, en jouant avec le mobilier urbain pour se dépenser. Marie-Claude Bonnichet, ma responsable DRH, a même fini par supprimer les abonnements à la gym du comité d'entreprise parce que ça faisait trop ringard. Il n'y en a plus que pour le Pilates, le stretching

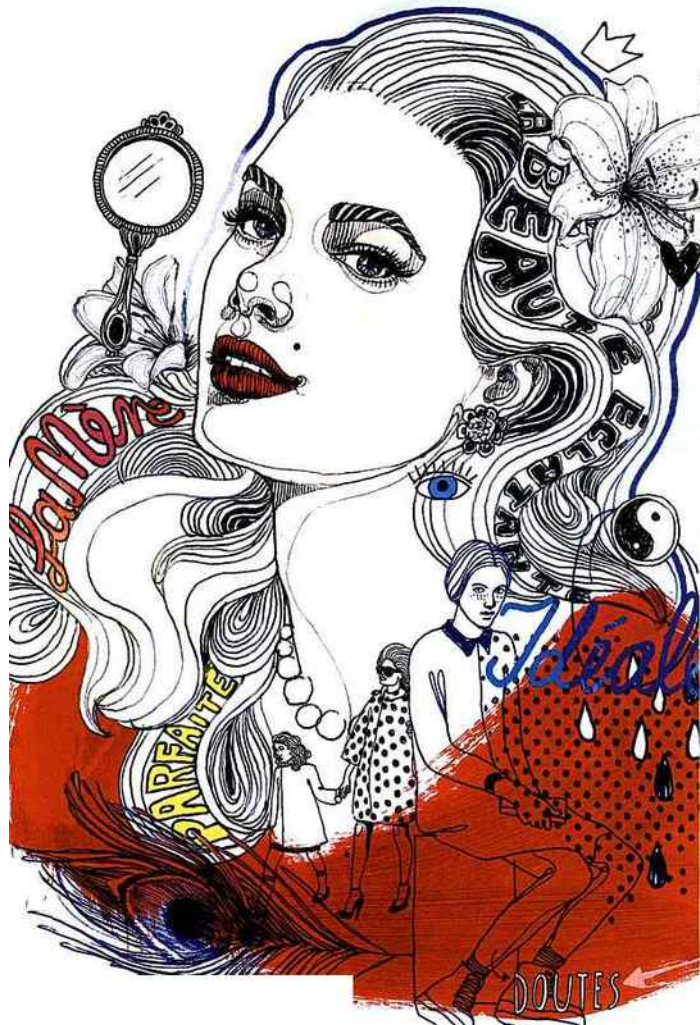
ou le Fly Yoga. Mêmes bénéfiques supposés pour un investissement plus élevé. On nous prend pour des billes et, le pire, c'est qu'on en redemande !

“BOF SPORT” ET “DES CALEÇONS”

Dans mon dressing, trois placards : affaires d'été, affaires d'hiver, affaires de sport, aussi pleins les uns que les autres. Est-ce que vous saviez que les enseignes de sport sont celles qui vendent le plus de vêtements en France ? Pas un patelin sans son Bof Sport ou son Des Calçons. Et pas un sport sans son équipement. Sauf qu'au final les chaussures de golf ne servent à rien pour le yoga, les palmes sont inutiles à la Zumba, les bodies sont prescrits pour l'aquabike, et les chaussures sont interdites au Pilates. Du coup, j'entasse. J'avoue, j'ai longtemps prié pour que la mode s'approprie ces tenues. Les dieux du stade m'ont exaucée. Mais, depuis que j'ai découvert que les sweats à 15 000 euros avec un lion dessus sont le dernier *it* accessoire en boîte, que les dernières New Balance, Nike ou Puma se portent avec un slim et pas en cours de gym et que le jogging défile sur les podiums mais plus au Gymnasium (notez la rime), j'ai perdu tout espoir de recyclage. Et j'enchaîne frénétiquement cours de sport et courses de vêtements de sport. À bout, j'ai consulté un sport-addictologue. Il fallait que ça cesse. Aujourd'hui, je pratique sporadiquement, et je ne fais plus que du shopping. Ce qu'il me faudrait maintenant, c'est un coach financier.

sur le divan

MA MÈRE EST BELLE ET PERFECTIONNISTE



Quel peut être l'impact de la beauté d'une mère sur le psychisme de sa fille ? Tout se passe dans la transmission. Si elle se fait dans les normes, c'est un moteur d'épanouissement, sinon un véritable frein.

PROPOS RECUEILLIS PAR VALÉRIE RODRIGUE
ILLUSTRATION SILKE WERZINGER, COLLAGENE.COM

On pense à la beauté ravageuse de Marlene Dietrich... Derrière elle, l'herbe ne repoussait pas, disait Maria Riva, sa fille. Grace Kelly, modèle de beauté blonde, fine et diaphane, eut deux filles brunes et sportives.

À en juger par les photos du Rocher, elle s'est effacée devant leur jeunesse et leur a laissé la possibilité de rayonner. Ce qui compte, selon la psychanalyste Christine Arbisio, ce n'est pas le fait que la mère soit belle mais la manière dont elle le vit. Si cette quête de perfection vient masquer une fragilité narcissique, c'est un piège pour la fille. Pour qu'elle s'aventure sur le chemin de la beauté et de la féminité, il faut que la mère l'y autorise et cède du terrain. La romancière Frédérique Martin pense qu'une femme belle est avant tout une femme aimée. Son perfectionnisme peut venir de ce jeu de regards positifs entre les hommes et elle. La fille peut, tôt ou tard, apprécier ce modèle à sa juste valeur. C'est ce que l'on appelle la résilience.

CHRISTINE ARBISIO "SI LA FILLE EST BELLE, LA FUSION SERA TOTALE. IL Y AURA RIVALITE ET NON TRANSMISSION"

La mère parfaite représente-t-elle un modèle, un idéal à atteindre ? Tout dépend de quelle manière cette beauté est vécue par la mère et si elle a investi d'autres domaines que celui de l'esthétique. Est-elle une personnalité narcissique adulée par son entourage ? La mère peut surinvestir le champ de la séduction pour masquer des fragilités narcissiques. Mais, si elle prend simplement soin d'elle et montre le chemin d'une féminité épanouie, la fille aura toutes les clés en main pour s'identifier à elle et trouver ses propres repères.

Comment la fille peut-elle s'affirmer sans se comparer à elle ? Si le père tombe en pâmoison devant sa femme, la fille grandira dans l'ombre et deviendra une femme inhibée, voire déprimée. Mais, s'il sait valoriser sa fille, celle-ci aura l'espace psychique pour se construire. Une fille se compare toujours à sa mère. Il faut qu'elle lui trouve des imperfections afin que la comparaison soit supportable. Si la mère se veut d'une beauté sans faille, la fille occupera alors la place vacante, celle de l'intello de service, par exemple. Elle laissera tomber le territoire de la séduction : une mère perfectionniste, on ne peut que la décevoir.

Pour une telle mère, la fille est-elle un miroir ou une extension de son propre narcissisme ? L'effet miroir, c'est quand la mère est inquiète et demande à sa fille de la rassurer. Normalement, c'est l'inverse qui doit se produire. Dans le cas d'une mère très narcissique, la fille est le « mini moi ». Si la fille est belle, la fusion sera totale. Ce qui apparaît alors, ce sont les enjeux inconscients de rivalité et d'agressivité entre elles. Cela ne va pas dans le sens de la transmission.

Cette mère enseigne-t-elle les secrets de la féminité ? Si elle soutient sa fille dans sa féminité, c'est qu'elle accepte de partager ce territoire et de passer le flambeau. Elle n'a pas peur d'être moins belle en perdant sa jeunesse. Dans la mesure où elle permet à sa fille de devenir, comme elle, une belle femme, en lui dévoilant ses secrets de beauté et en la complimentant, celle-ci aura confiance en elle et jouera avec les facettes de sa personnalité.

Et ces mères qui ont mis leur féminité en veilleuse et ne privilégient que des valeurs traditionnellement masculines (diplômes, revenus) ? Le refus de la féminité est une autre forme d'hystérie. Valoriser l'argent, il n'y a pas plus hystérique ni plus phallique ! C'est un instrument de pouvoir. Soit la grand-mère était masculine, soit elle était

adorée et séductrice. Il ne restait à sa fille que le terrain de la réussite ou de la maternité. Par loyauté, celle-ci laisse la place de la reine à sa mère, si c'est ce qu'elle demande implicitement. À ce prix, elle ne trahit pas sa mère et ne ressent pas de culpabilité. Et elle reproduit ce schéma avec sa propre fille.

FRÉDÉRIQUE MARTIN "LA MÈRE DOIT ÊTRE ASSEZ GÉNÉREUSE POUR LAISSER SA FILLE LUI TENDRE DES MIROIRS"

La mère parfaite représente-t-elle un modèle ? « Le mieux, c'est d'avoir une mère suffisamment bonne », disait le psychanalyste Donald W. Winnicott. Et suffisamment belle, peut-on ajouter. En tant qu'écrivain, j'aime la singularité d'un personnage, ses failles, ses distorsions, ses lignes de force, comme un front haut, un nez fort. Dans mon dernier roman¹, l'héroïne, Zika, a toujours été belle dans les yeux de son mari. Sa fille Isabelle a d'elle une image de femme parfaite mais hors d'atteinte. L'amour magnifie les traits, c'est cet idéal que la fille devrait capter et vers lequel elle devrait tendre aussi.

Comment s'affirmer sans se comparer à sa mère ? À mère insatisfaite correspond en écho une fille insatisfaite. Or, devenir soi, c'est être incomparable. Dans mon tandem romanesque, la fille attend que sa mère lui fasse toute la place. La mère, elle, nourrit une image idéale de sa fille. À celle-ci de percer ce mystère : comment rester une femme désirable quand on devient mère ? Comment être la fille d'une telle femme ? Dans un autre roman², mon héroïne, Alice, refuse de se sacrifier sur l'autel de la maternité. Elle fuit, pour ne pas voir sa fille grandir, la décevoir et lui échapper : problème de fusion.

Pour la mère perfectionniste, la fille est-elle un miroir ou une extension de son propre narcissisme ? À la mère, même perfectionniste, d'être assez généreuse pour laisser sa fille lui tendre des miroirs. Pas le contraire. Une fille éprouve un amour inconditionnel pour sa mère. À l'adolescence, elle se tourne vers d'autres modèles. De miroir flatteur, elle se fait miroir déformant. Sinon, elle peut se retrouver piégée dans un chagrin de petite fille qui ne s'est sentie ni regardée ni aimée. Adulte, elle reste cette enfant soucieuse d'être au cœur des attentions.

Cette mère enseigne-t-elle les secrets de la féminité ? Il y a forcément un peu d'ambivalence et de double discours dans la relation mère-fille. Mais peut-on être dans la transmission quand on vit dans une relation sous tension permanente ou dans la tyrannie de l'apparence ? Je ne le pense pas.

Et ces mères qui ont mis leur féminité en veilleuse et ne privilégient que des valeurs masculines ? Elles y sont parfois obligées. En voyant la bronca suscitée par la robe de Cécile Duflot à l'Assemblée, on comprend qu'il y a encore beaucoup à faire. Mais se travestir en homme pour s'imposer, cela répond à quelque chose de plus personnel, de plus profond, une injonction parentale ou des identifications dans l'enfance. Comme copier le grand frère pour exister dans la bande.

1. Le Vase où meurt cette verveine (éd. Belfond).

2. Femme vacante (éd. Pleine Page).

POUR QUE LA FILLE
S'AVENTURE SUR LE CHEMIN
DE LA BEAUTÉ, LA MÈRE
DOIT CEDER DU TERRAIN.