

On n'évoquera pas là tous les moyens, trucs et astuces pour être plus belle. Ces « recettes de beauté », tu les trouveras disséminées dans ta *Nouvelle Encyclo à Peau, Cheveux, Arranger (s')*... Non, ici, on va parler de la beauté, la vraie !

- La beauté, c'est l'harmonie. Celle des traits, des formes et de la silhouette, bien sûr, mais surtout l'harmonie très profonde qui émane de toi quand tu es bien dans tes baskets, heureuse d'être vivante.
- La beauté, c'est être émerveillée. C'est sentir son cœur battre devant un coucher de soleil, c'est palpiter à l'écoute d'une belle histoire, c'est admirer le bac à fleurs d'une fenêtre, c'est rire aux efforts du chaton pour attraper le poisson.
- La beauté, c'est rayonner. C'est quand on vit si fort, qu'on a en soi tellement d'énergie, que tout autour de nous les gens en sont irradiés. La beauté, c'est de l'énergie qui sort de soi.
- « La beauté n'est que la promesse du bonheur », écrivait Stendhal. Sans doute plus vrai pour une femme que pour un homme (hélas mais c'est ainsi), c'est une vision très narcissique (voir *Miroir*) du bonheur, et très moderne (Stendhal était un visionnaire¹ !), mais c'est une vision du beau à consommer avec modération ! Explications.
- Vrai que la beauté est une des aspirations de la vie : on aimerait être belle, on adore se sentir jolie, on apprécie les compliments. La beauté est un souhait, et pour qu'il devienne réalité, elle nécessite un effort.
- La beauté, on l'a dit dans tout ce livre et on le redit dans ces lignes, c'est d'abord être soignée. Pas n'importe comment. Pas forcément sophistiquée ou hyperapprêtée. Être soignée, plutôt dans le sens de l'harmonie avec soi-même : être gentille avec son corps, aimer la vie et en témoigner.
- A cet égard, la beauté est un regard : celui du photographe qui nous donne à aimer un objet banal, l'intention du peintre qui nous fait voir la grâce d'un visage insignifiant. Un regard peut salir et « enmocher » ou, au contraire, un regard peut saisir une harmonie et montrer la beauté. C'est ce que dit l'expression : voir tout en noir ou, au contraire, voir la vie en rose. Et la magie de ces regards portés sur le monde et les gens fait que ça fonctionne à l'envers : quand tu fais l'effort de voir la vie en rose, on te voit, toi, en rose... on voit ta beauté.

1. Stendhal, de son vrai nom Marie-Henri Beyle, né en 1783, mort en 1842, est l'un des grands romanciers français du XIX^e siècle, et représentant des romantiques.