

# l'express dix

LES CAHIERS DE L'EXPRESS / 18 OCTOBRE 2017

3/10 SPÉCIAL HOMME | 18 octobre 2017 | [www.lexpress.fr/styles](http://www.lexpress.fr/styles)

PHOTOS : CÉDRIC BUCHET POUR L'EXPRESS DIX. CAHIER N°2 DE L'EXPRESS N°3459 DU 18 OCTOBRE 2017. NE PEUT ÊTRE VENDU SÉPARÉMENT

l'express dix

3/10 SPÉCIAL HOMME

Hugo Marchand,  
le prodige dansant

l'express Styles

# L'homme des bois

Terrain de jeu des urbains en recherche de connexion à la nature et de bonnes vibrations, la forêt inspire les maisons de cosmétiques. Sylvothérapie, crèmes à l'extrait de chêne ou parfums aux notes de cyprès, le style bûcheron a la cote.

PAR MONIQUE LE DOLÉDEC  
PHOTOS : FRANÇOIS COQUEREL POUR L'EXPRESS DIX

Au milieu des méthodes de méditation et de développement personnel qui occupent nos tables de chevet est venu s'immiscer cet été un ouvrage intitulé *La Vie secrète des arbres* (éd. Les Arènes). Un best-seller dans son pays d'origine, l'Allemagne: 750 000 exemplaires vendus, une traduction en 32 langues et un film documentaire signé Julia Dordel, *L'Intelligence des arbres*. Son auteur, Peter Wohlleben, un forestier, nous apporte, études à l'appui, une approche inédite presque «affective» des arbres, décrivant leur pouvoir de survie, de mémoire, de transmission de signaux, de sens de la communauté et de l'entraide... Militant poétiquement pour leur respect, il fait redécouvrir à nos esprits citadins en recherche de repères et de racines ces majestueux compagnons nourriciers et protecteurs, indispensables à la vie de la planète.

Dans les années 1980, les Japonais avaient déjà repéré l'intérêt des arbres pour notre santé. Tout aussi efficace contre le stress et nettement plus écoresponsable que de se plonger dans 150 litres d'eau chaude, le «bain de forêt» a alors été recommandé par le ministère japonais de l'Agriculture, des Forêts et de la Pêche, sous le nom de «*shinrin-yoku*». Plusieurs études nippones ont démontré l'intérêt physiologique de marches tranquilles au milieu des arbres sur la diminution du stress chronique, de l'agressivité, du taux de cortisol et de la pression artérielle.

De l'autre côté du globe, en Californie ou en Pennsylvanie, on ne compte plus les programmes de «*bathing forest*

*experience*» proposés pour un tarif de 30 à 200 dollars. Une immersion dans la nature calme et contemplative, en pleine conscience comme on dit, où l'attention est concentrée sur le craquement des branches et feuilles sous les pas, les différentes tonalités de vert des frondaisons, la respiration tranquille de l'air plein de chlorophylle...

En France, ces derniers temps, on se bouscule, le week-end arrivé, pour explorer les plaisirs de la sylvothérapie (du latin *silva*, forêt) et embrasser les arbres. Le magazine *Psychologies* donne même un mode d'emploi pour se relier à eux: «Mains bien à plat contre le tronc, écartez-les lentement et notez les picotements, la chaleur dans vos paumes, vous rencontrez leurs zones énergétiques.» Plus primitifs et promettant l'aventure, en réminiscence des années scouts pour certains, les stages de «survie en forêt» gagnent les faveurs des vacanciers. Une expérience de dépassement de soi que proposent nombre de sites Internet. Au programme: orientation, gestion de l'eau, principe de thermorégulation, notion de botanique, montage de bivouac, et apprentissage du *bushcraft* (un terme neo-zélandais qui décrit l'art de vivre dans les bois), fabrication du feu, de cuillères et de ficelles naturelles comprises.

On l'aura compris, l'homme moderne n'a qu'une envie: jouer les Robin des Bois. Plus qu'une tendance, un mouvement de fond, confirmé cette saison sur les podiums de la mode qui ont vu débarquer des bûcherons chics prêts à rentrer dans la forêt citadine. Le défilé Etro ▶



1.

2.

3.

4.

5.

1. Eau de toilette YVES SAINT LAURENT, 89 € les 100 ml | 2. Eau de parfum L'Homme Prada Intense, PRADA, 100,40 € les 100 ml | 3. Eau de toilette Bois de Vétiver, KARL LAGERFELD, 48,99 € les 100 ml, chez Marionnaud | 4. Dentifrice Bamboo Charcoal Whitening Polish MR BLANC, 12 € les 100 ml chez Sephora | 5. Soin tout-en-un pour homme, LA CHENAÏE, 39 € les 50 ml.



1.



2.



3.



4.



5.

1. Eau de toilette The One For Men, DOLCE & GABBANA, 102 € les 100 ml | 2. Eau de parfum Hwyl, AÉSOP, 100 € les 50 ml | 3. Eau de parfum Woody Mood, OLIFACTIVE STUDIO, 130 € les 100 ml | 4. Eau de parfum Lui, GUERLAIN, 160 € les 50 ml | 5. Huile à barbe, BIVOUAK, 25 € les 30 ml au Comptoir de L'Homme.

## LES NARINES S'OUVRENT AVEC LA BAIE ROSE QUI GRATTE UN PEU LE NEZ, LE REGARD SE CONCENTRE SUR LES TRONCS DES CYPRÈS QUI SORTENT DE LA BRUME LÉGÈREMENT FUMÉE TANDIS QUE LES PIEDS S'ENFONCENT DANS LA MOUSSE DE CHÊNE...

► automne 2017-hiver 2018, par exemple, a fait défiler des hommes des Highlands, habillés de tartans chaleureux ou de vêtements aux imprimés végétaux. Les costumes veloutés prennent les tons des feuilles d'automne, les gros pulls affichent des têtes de loups, des bois de cerfs ou des corps d'ours, les cheveux et les barbes poussent. Et rien de plus normal que de s'équiper en ville de sac à dos et de solides chaussures de randonnée.

Les forêts ne sont pas que belles à contempler, elles sont également une source de matières premières précieuses pour la peau et les cosmétiques. Deux marques françaises se sont d'ailleurs récemment lancées sur le créneau. Océopin, implantée à Vendays (Gironde), là où se trouve la plus grande forêt de pins d'Europe, a, grâce aux travaux du professeur Robert Wolff, chercheur à l'institut des corps gras de Bordeaux, découvert les vertus de l'huile de graine de pin maritime. Riche en acides gras, en vitamine E et polyphénols, elle est restructurante et antioxydante. Sont également exploités la poudre des pommes de pin pour l'exfoliation et un extrait végétal plus concentré encore en polyphénol.

En Bourgogne, l'histoire de La Chênaie est, elle aussi bien ancrée dans le terroir. Sylvain Charlois, PDG de la société, est intarissable sur le métier familial de merrandier, fendeur de douelles, ces planches de chêne variété *Quercus Petraea*, qui vont constituer les tonneaux solides et étanches où vieillissent les grands vins. Analysant les composés du bois, recoupant avec ses connaissances en matière de décoctions à base d'écorce et de feuilles de chêne, il découvre ses propriétés anti-âge et anti-relâchement. Et lance ces jours-ci un soin tout-en-un pour homme aux ingrédients à 89% d'origine naturelle.

Notons également le succès des soins à base de charbon de bois qui sont le résultat de la combustion de bambou, de coques de noix de coco, de frêne ou de peuplier. De couleur noire, ils sont d'excellents nettoyeurs ou masques, purifiant la peau, absorbant le sébum et resserrant les

pores: Masque Purifiant éclat The Body Shop, Black Scrub Erborian, Black Peel of Mask Jorgobé ou Charcoal Rescue Masque Dermalogica.

Il est un domaine où l'évocation de paysages forestiers ouvre l'imagination du créateur. En matière de parfums masculins, les notes boisées ont depuis longtemps une grande importance et constituent même une famille olfactive. «J'avoue ne pas passer une journée sans les travailler, elles sont incontournables», explique le maître parfumeur Dominique Ropion chez IFF, auteur du nouveau Y (prononcer à l'anglaise «why»), d'Yves Saint Laurent. «Elles donnent du fond, de la structure et une colonne vertébrale aux parfums.» Dans la palette on reconnaît le cèdre qui fait penser aux crayons de bois du dessinateur, le vétiver, une racine qui offre des accents aromatiques verts, terreux, parfois fumés, le santal doux, sensuel et lacté. On peut aussi ajouter l'odeur fumée des essences de bouleau, la mousse de chêne qui rappelle le sous-bois, l'oud dont les orientaux sont très friands et qui en fait est un bois rare affecté par un champignon, ou le presque médicinal fir balsam extrait du sapin baumier. Poétique, le parfumeur Barnabé Fillion vient de composer le nouveau Hwyl d'Aesop. L'intention de cet ex-botaniste et photographe était de «recréer la sensation de solitude ressentie dans les forêts de hiba, au Japon. Comme un refuge silencieux au milieu des arbres ancestraux». Les narines s'ouvrent avec la baie rose qui gratte un peu le nez, le regard se concentre sur les troncs des cyprès qui sortent de la brume légèrement fumée tandis que les pieds s'enfoncent dans la mousse de chêne et prennent racine dans le vétiver. On se retrouve plongé dans le fameux «temple des mousses» de Kyoto appelé aussi «temple des parfums de l'Ouest». Une approche des plus séduisantes qui resserre immédiatement les liens entre l'homme et la nature. Il est temps de citer le philosophe Pierre Rabhi: «La nature offre à la fois ce qui nourrit le corps et le guérit, émerveille l'âme, le cœur et l'esprit.» ► M. L. D.