

LAUREEN SCHEIN

DÉCOMPLEXÉE

DE LA

boucle

LE GUIDE QUI RÉVÈLE LA BEAUTÉ
ET LE POUVOIR DE VOS CHEVEUX BOUCLÉS !



Par la fondatrice
de la marque

LA BELLE

boucle

+ de 300 000
followers

100 %

AU NATUREL

LEDUC 

Longtemps boudés, les cheveux ondulés, bouclés, frisés et crépus font leur grand retour !

Rejet des injonctions et refus des produits nocifs : plus qu'un simple choix esthétique, assumer sa chevelure bouclée est aujourd'hui une véritable affirmation de soi.

Encore faut-il savoir comment en prendre soin car, contrairement aux idées reçues, les boucles ne sont pas difficiles à entretenir. Pour apprendre à les chouchouter au naturel et enfin faire la paix avec elles, découvrez dans ce livre :

- un **autodiagnostic** pour identifier votre type de cheveux et vos besoins ;
- les **bases d'une routine personnalisée** pour chaque type de cheveux bouclés ;
- les **gestes à bannir** et les **astuces à connaître** ;
- des **recettes et soins adaptés à chaque problématique** (cheveux secs, manque de brillance, accélération de la pousse...).

TOUT SAVOIR POUR ÊTRE ENFIN DÉCOMPLEXÉE DE LA BOUCLE !

Laureen Schein est la fondatrice de La Belle Boucle : une boutique en ligne, trois salons de coiffure ainsi qu'une marque de produits spécialisés. Après des années de complexes vis-à-vis de ses cheveux bouclés, elle a appris à les soigner, à choisir les produits adaptés et les bonnes habitudes pour enfin les aimer. Et elle s'est donné pour mission de décomplexer toutes les boucles. Aujourd'hui elle est la référence n° 1 des cheveux bouclés.

19,90 €

Prix TTC France

ISBN : 979-10-285-3165-2



editionsleduc.com

LEDUC 



Rayons :
Bien-être, beauté

DÉCOMPLEXÉE
DE LA
boucle

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !
Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison. Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40 % en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Conseil éditorial : Alexandra Raillan

Édition : Camille Le Dain

Relecture : Marie Piquet

Maquette : Jennifer Simboiselle

Design de couverture : Emmanuelle Audebran

Photographies intérieures : Anne-Sophie Benoit p. 61, 92, 95, 140, 153, 159 et 174 ; © Photographe Roxane De Almeida ou @roxane.dealmeida sur les réseaux sociaux p.18, 20, 109, 113, 121, 124, 133, 138, 143, 144, 150, 156, 165, 167, 169, 183, 203, 211, 214, 216 et 226 ; photographies personnelles de l'auteure p. 8, 10, 13 et 31 ; témoignages et exemples : courtoisie des clientes La Belle Boucle

Illustrations intérieures : Adobe Stock ; Lou Studio

Charte La Belle Boucle : Studio La Petite Grosse

© 2024 Leduc

76, boulevard Pasteur

75015 Paris - France

ISBN : 979-10-285-3165-2

LAUREEN SCHEIN

DÉCOMPLEXÉE
DE LA
bouche

LEDUC 



SOMMAIRE

Introduction	7
Mes boucles... Mon plus gros complexe.....	9
La Belle Boucle... Ma plus grande fierté	15
Un peu d'histoire : l'évolution des cheveux bouclés dans la société. ...	21

LA DÉLICATE TRANSITION CAPILLAIRE 25

Qu'est-ce que la transition capillaire?	27
Vers le chemin de sa vraie nature.	33
L'importance des produits naturels, bio et éthiques.....	45
Les grandes étapes de la transition capillaire	53

L'INDISPENSABLE ROUTINE NATURELLE

POUR VOS CHEVEUX BOUCLÉS. 85

3 étapes essentielles	87
1 ^{re} étape : laver... Oui, mais pas n'importe comment!	89
2 ^e étape : soigner	105
3 ^e étape : coiffer	135
Schéma récapitulatif de la routine	161
Les boucles au quotidien	163





SOINS SPÉCIFIQUES ET RECETTES MAISON

POUR SUBLIMER VOS BOUCLES 189

Retour au naturel	191
La clarification : la déttox capillaire	193
Le gommage minute	197
Les masques profonds	199
Les sprays sans rinçage	207
Les soins coiffants	213

Conclusion	219
Test de fin : Êtes-vous décomplexée de la boucle ?	221
Du côté des accessoires	225
Le lexique des décomplexées de la boucle	227
Remerciements	231
Ressources	233
Table des matières	234





INTRODUCTION

Chères lectrices,

Vous tenez entre vos mains le guide que j'aurais rêvé d'avoir il y a une dizaine d'années.

J'avais 18 ans et comme beaucoup d'adolescentes, je souffrais de mes nombreux complexes. Je ne vous apprends rien en vous disant que la société attache une grande importance à l'apparence physique. Je pense que les années collège et lycée sont les plus difficiles pour une jeune fille, qui voit son image se transformer sans pouvoir la contrôler. Les médias, les célébrités et désormais les réseaux sociaux nous imposent une norme à laquelle nous nous adaptons sans toujours nous en rendre compte.

C'est ainsi que dans les années 2010, mes cheveux bouclés étaient mon plus grand désespoir : indomptables, difficiles, abîmés, différents, incontrôlables, anormaux... La liste est longue... La relation entre mes cheveux et moi a longtemps été « Je t'aime moi non plus ». Pire ennemie de mon quotidien, casse-tête devant le miroir, je vouais une véritable haine à ma chevelure. J'aurais tellement aimé naître avec des cheveux longs et lisses...

Vous vous reconnaissez dans ce témoignage? Poursuivez la lecture, j'ai beaucoup de choses à vous raconter...





MES BOUCLES... MON PLUS GROS COMPLEXE

CACHEZ CES BOUCLES... QUE JE NE SAURAI VOIR

Je suis née avec de jolies bouclettes blondes, mais, très tôt, j'ai demandé à ma maman de les raidir au sèche-cheveux. En quelques coups de brushing, je voyais mes cheveux devenir plus longs, mes nœuds et frisottis complètement disparaître. Je sentais ma chevelure beaucoup plus douce et plus brillante. Et je pouvais passer ma main dans mes cheveux sans souci ! Quel plaisir. Dans le miroir, je voyais une Barbie, une princesse, le reflet de mes idoles, Lorie et Britney. C'était si facile de ressembler à toutes ces femmes que j'admirais !

Si ma maman acceptait de transformer mes cheveux chaque matin, c'est parce qu'elle n'avait jamais appris elle-même à entretenir ses cheveux bouclés. Elle aussi, tous les matins, s'appliquait à faire un brushing pour les raidir. C'est comme ça qu'elle a appris à se coiffer... et donc à me coiffer. Aujourd'hui encore, c'est compliqué pour elle de ne pas sortir sans se brosser les cheveux ! Mais je ne désespère pas de la convertir en décomplexée de la boucle.

Lorsqu'elle m'emmenait dans un salon de coiffure, la question ne se posait pas : je ressortais systématiquement avec un brushing et nous



n'avons jamais obtenu un seul conseil concernant ma chevelure bouclée. Comment les coiffer, comment les soigner, comment les embellir... Rien. Question coupe, c'était le même refrain. Je n'ai jamais reçu de proposition de coupe pour mettre en valeur mes cheveux naturels. Au lieu de sublimer mes bouclettes, les coiffeurs avaient tendance à entretenir mon complexe en me proposant des produits disciplinants et des lissages. Indéniablement, mes cheveux n'entraient pas dans la norme. Pour me sentir belle, je n'avais pas d'autre solution que de lutter contre ma vraie nature. Mais pouvons-nous vraiment en vouloir aux coiffeurs? Ils ne disposaient pas de produits ou de méthodes adaptées et encore aujourd'hui, la formation officielle pour devenir coiffeur ne prend pas en compte les cheveux bouclés. Les cheveux bouclés étaient véritablement ignorés par la société, comme s'ils ne devaient pas exister.



L'ÂGE D'OR DES FERS À LISSER

C'est après mon entrée au collège que je découvris cet outil magique, capable de raidir l'ensemble de ma chevelure en quelques minutes, avec un résultat encore plus efficace que les brushings de ma mère. J'ai nommé : le fer à lisser ! Ce fut le début d'une routine dont je ne pouvais plus me passer : pendant sept ans, j'ai lavé, démêlé, séché et lissé mes cheveux tous les matins. C'est simple, j'y consacrais environ une heure chaque jour au réveil. Les jours de sport à l'école, je glissais même mon fer à lisser dans mon sac pour retoucher mes mèches rebelles dans les vestiaires après la séance. Je maudissais les jours de pluie, car l'humidité révélait alors ma vraie nature : cheveux mousseux, frisottis, gonflements et compagnie, qui me valurent des surnoms comme « petit mouton » à l'école. Alors, en vacances, je refusais de plonger la tête sous l'eau à la piscine ou à la mer devant mes amis. J'enviais les filles aux cheveux naturellement lisses qui n'avaient pas à subir tous ces « problèmes ». Avec le temps, j'oubliai même les jolies boucles blondes de mon enfance. J'affirmais à qui voulait l'entendre que mes cheveux n'étaient pas bouclés mais juste « bizarres » et que je n'avais pas d'autre choix que de les discipliner ainsi. Et, malgré tous mes efforts pour me conformer aux normes de beauté, j'étais toujours complexée. Ma chevelure me rendait malheureuse.

UN LISSAGE, ÇA VA, TROP DE LISSAGES... BONJOUR LES DÉGÂTS !

Mes années d'addiction au fer à lisser pendant mon adolescence n'ont pas été sans conséquences. Et j'ai ajouté à cela quelques sessions de balayages chez le coiffeur pour éclaircir ma chevelure, pas assez blonde à mon goût. Au fil des années, je voyais mes cheveux perdre en masse, devenir fins et mous, ternes et cassés par les fourches. Le jour de mes





20 ans, alors que je me préparais pour ma soirée d'anniversaire et que je bataillais avec mes mèches rebelles devant mon miroir, j'ai eu un choc : j'étais en train de perdre définitivement le peu de vitalité et de santé qu'il restait à mes cheveux, et je devais réagir tout de suite. Après des années de dépendance au fer à lisser, plusieurs mèches de mes cheveux avaient même brûlé !

Je n'en pouvais plus de m'infliger un tel combat capillaire.

Dès le lendemain, je recherchais sur Internet des inspirations et des conseils pour enfin abandonner mon fer à lisser. C'est ainsi que je découvris le mouvement « nappy » (voir définition p. 23), après avoir passé des heures à parcourir les blogs et les forums communautaires à ce sujet, principalement rédigés en anglais. En quelques semaines, j'ai développé une véritable passion pour les cheveux bouclés. Je commandais des produits naturels importés des États-Unis, comme la marque Desert Essence qui était introuvable en France à l'époque. Je passais mes dimanches à concocter mes recettes capillaires dans ma cuisine, à l'affût des meilleurs ingrédients naturels pour soigner ma chevelure. Je tenais un journal de bord, dans lequel je notais toutes mes trouvailles et mes réussites. Je visitais tous les magasins bio de la ville, pourtant peu développés à l'époque, pour dénicher des marques capillaires françaises adaptées à ma nouvelle routine, qui allait enfin prendre soin de mes boucles et respecter leur véritable nature.

LA DIFFICILE TRANSITION CAPILLAIRE

Cette période pleine d'espoir fut malgré tout très longue et ponctuée de nombreuses remises en question. Chaque jour, je devais apprendre à cohabiter avec cette nouvelle tête, après tant d'années à vouloir la cacher. Les débuts furent parfois difficiles, car après des années de

maltraitance capillaire, il fallait me montrer patiente pour retrouver une chevelure réellement saine et naturelle. Pendant les premiers mois, j'ai dû tenir bon face aux remarques et à la surprise de mon entourage qui découvrait pour la première fois ma vraie chevelure. Combien de fois ai-je entendu « Tu as fait quoi à tes cheveux? Tu as utilisé un fer à boucler ou quoi? Ah, mais je ne savais pas que tu avais les cheveux bouclés! »?

Mais, fort heureusement pour moi, j'ai eu la chance d'être parfaitement bien entourée et soutenue par mes proches dans ma démarche. D'abord, par ma petite sœur Malene, qui a la même nature de cheveux que moi avec ses bouclettes brunes, et qui avait développé les mêmes complexes. Elle m'a rapidement suivie dans ma nouvelle routine capillaire, et on faisait d'ailleurs nos recettes ensemble le dimanche dans la cuisine familiale! Mes copines, ensuite, qui prenaient en photo l'arrière de mes cheveux dans la cour de l'école afin de m'aider à observer l'évolution de mes boucles au fil des mois. Enfin, mon conjoint, Alexis (aujourd'hui mon associé chez La Belle Boucle), qui me disait que j'étais belle avec mes cheveux bouclés tout en suivant avec moi mes routines capillaires. Car oui, lui aussi, avant d'accepter sa nature bouclée, faisait des lissages capillaires (avec le rêve d'avoir la mèche de Justin Bieber)!



J'ai compris pendant cette période de transition capillaire que l'acceptation de mes cheveux bouclés au naturel n'était pas qu'une question de beauté ou d'esthétique, mais bien une vraie démarche de développement personnel et de confiance en soi. Près de trois ans plus tard, à 23 ans, je pouvais enfin l'affirmer haut et fort : « J'aime mes cheveux bouclés, je suis fière de ma vraie nature capillaire, je ne veux plus jamais les lisser ! »

LA RÉVÉLATION

Une deuxième révélation arriva alors, celle qui me permet aujourd'hui d'écrire ces lignes et d'oser rêver les publier : si j'ai été aussi complexée par mes cheveux bouclés pendant tant d'années, et si j'ai mis autant de temps à comprendre comment les assumer au naturel, alors il y avait forcément d'autres femmes dans ma situation. Internet était déjà bien fourni en informations concernant le mouvement nappy et l'entretien des cheveux crépus, mais je trouvais que le sujet des cheveux bouclés était loin d'être maîtrisé. Les techniques et les produits des femmes noires ne convenaient pas toujours aux femmes blanches, car nous avons toutes des textures capillaires avec des besoins très différents. Je développai alors une nouvelle obsession : celle de partager mon expérience et de transmettre ma passion au plus grand nombre.



LA BELLE BOUCLE... MA PLUS GRANDE FIERTÉ

CHANGER D'AVIS SUR LES BOUCLES... ET CHANGER DE VIE

J'ai créé @labelleboucle sur Instagram en décembre 2017 alors que j'étais encore étudiante-opticienne, et cette décision a radicalement changé ma vie et celle de milliers de femmes. Je n'ai pas tout de suite eu le projet d'en faire mon métier, juste l'envie de partager mon expérience. C'était un moyen facile de commencer. Il n'y avait aucune idée de business derrière, mais simplement la volonté de partager tout ce que j'avais appris et surtout d'aider les femmes complexées à prendre soin de leurs cheveux. Chaque jour, je partageais sur les réseaux sociaux et sur mon blog mes meilleurs conseils pour aider les femmes à se libérer du diktat des cheveux lisses et à enfin mettre leur fer à lisser au placard. En quelques mois, j'ai développé une communauté de plusieurs dizaines de milliers de femmes qui s'inspiraient de mon expérience pour adopter à leur tour une nouvelle routine capillaire et retrouver leurs cheveux bouclés naturels. (À l'heure où j'écris ces lignes, nous sommes plus de 300 000 personnes dans la communauté !) Je prends alors conscience de l'ampleur du besoin et surtout du manque de solutions sur le marché. À cette époque, je recevais tous les jours la fameuse question « où achètes-tu tes produits ? », car il n'y avait pas de magasin distributeur spécialisé en ligne.

En 2019, j'ai quitté définitivement le monde de l'optique et ouvert ma boutique en ligne **labelleboucle.fr** pour donner accès aux meilleures marques naturelles spécialisées pour les cheveux ondulés, bouclés, frisés et crépus. Depuis, je collabore avec des marques engagées et j'y distribue tous mes produits préférés : Les Secrets de Loly, Cut By Fred, Kalia Nature, In Haircare, Madame La Présidente, Noireônaturel, Bouclème, Centifolia, Serge d'Estel, Desert Essence, Les Ateliers Crépus...

La pandémie de Covid-19, en 2020, a été une révélation pour de nombreuses femmes : alors qu'elles n'avaient plus besoin de se préparer pour se rendre au travail, elles ont commencé à (re)découvrir leur chevelure naturelle. Elles ont pris conscience qu'elles se lissaient les cheveux dans le seul but de correspondre aux standards de beauté : les cheveux lisses paraissaient plus « professionnels » et « mieux coiffés ». Le confinement leur a donné du temps pour effectuer des recherches, découvrir de nouveaux produits et apprendre de nouvelles méthodes pour sublimer leurs cheveux bouclés. Ce fut une année riche en évolution pour La Belle Boucle, car la demande ne faisait que grandir. Le succès était fulgurant à cette période, avec 300 % d'augmentation des commandes sur le site !

En 2021, j'ai développé ma propre gamme de produits **La Belle Boucle**, issus de ma passion et de mon expertise. Avec mon laboratoire français, je crée des formules innovantes à plus de 99 % d'ingrédients d'origine naturelle pour tous les types de boucles ! J'ai concentré toute ma passion et mon expertise dans la création de ma propre marque de produits capillaires naturels La Belle Boucle. J'ai pu observer ce qui manquait à ma communauté et j'ai développé des produits innovants pour le soin des cheveux bouclés : shampoing, masque, produits coiffants, compléments alimentaires, accessoires...



LA RÉVÉLATION DU CONFINEMENT

CÉCILIA - 24 ANS



« Après des années de lissage durant ma période collègue et début lycée, j'avais les cheveux complètement détruits. Pendant cinq ans, j'ai réussi à arrêter d'utiliser le fer à lisser, mais je n'ai jamais vraiment réalisé que j'avais des boucles (même si ma maman a les cheveux bouclés et que je les avais aussi lorsque j'étais petite). Je ne connaissais donc pas du tout les bons gestes ni les bons produits. En 2020, au moment du confinement, j'ai trouvé la page Instagram de La Belle Boucle et là, ce fut la révélation! Je me souviendrai toujours de ma première vraie routine pour mes cheveux bouclés, le jour où j'ai découvert mes jolies bouclettes. Je me suis tout de suite sentie alignée et à l'aise avec mon VRAI visage. Depuis, j'adore prendre soin de mes cheveux tout en suivant les précieux conseils de Laureen. Merci pour tout ce que vous apportez au quotidien! »

Durant cette même année, je me suis associée à mon conjoint, Alexis (plus connu sous le nom de « Monsieur Belle Boucle » sur mes réseaux sociaux), pour réaliser un nouveau rêve : créer un salon de coiffure totalement dédié aux cheveux bouclés. Un concept unique grâce auquel toutes les personnes aux cheveux ondulés, bouclés, frisés et crépus peuvent profiter de l'expertise de nos coiffeurs spécialistes, sans craindre de repartir avec un lissage ou un brushing. Alors que les coiffeurs conventionnels ignoraient l'existence de mes boucles lorsque j'étais adolescente, notre concept a pour objectif de sublimer toutes les textures capillaires naturelles grâce à une coupe, des soins, un coiffage et un séchage parfaitement adaptés. Chaque cliente bénéficie d'un « diagnostic capillaire » et repart avec sa fiche de conseils pratiques, comme une feuille de route, pour refaire à la maison exactement les mêmes soins. Les clientes peuvent aussi retrouver l'ensemble des produits et des marques dans la boutique associée. C'est ainsi que notre enseigne **La Belle Boucle Studio** est née. En 2021, le premier salon a ouvert ses portes à Lyon.





À l'heure où j'écris ces lignes, La Belle Boucle est devenue le site de référence pour les cheveux bouclés, avec plus de 400 produits de quarante marques différentes, dont notre propre marque. Nous comptons bientôt six studios de coiffure à Paris, Lyon, Marseille, Bordeaux, Toulouse et prochainement dans toute la France. Et plus de soixante personnes dans notre équipe qui œuvrent chaque jour à décomplexer toutes les boucles. Aujourd'hui, mes salons ne désemplissent pas et j'en suis très fière ! Ils affichent même complet un mois à l'avance... Preuve qu'il y avait un vrai besoin à combler !

De nos jours, on peut dire que les cheveux bouclés sont « à la mode » et de mieux en mieux considérés par la société. De plus en plus de marques proposent des produits adaptés, et de nombreuses influenceuses parlent de leurs cheveux bouclés et de leur routine capillaire. On voit beaucoup plus de mannequins ou actrices porter leurs boucles naturelles sur les podiums, au cinéma... Je ne peux que me réjouir de cet engouement ! Toute cette énergie contribue à aider les femmes à mieux s'accepter. Aussi, le 28 mars 2024, l'Assemblée nationale a adopté une proposition de loi visant à interdire la « discrimination capillaire » et à sanctionner les réflexions et moqueries dans le monde du travail : c'est une véritable avancée pour la société ! La France est le premier pays à légiférer contre ce type de discriminations.

POUR TOUTES LES DÉCOMPLEXÉES DE LA BOUCLE

Cette évolution me remplit de fierté et de joie, et me motive au quotidien à aller encore plus loin pour célébrer la beauté de nos boucles. Je dédie ce livre à toutes les femmes qui ont un jour été complexées, qui se sont senties différentes à un moment de leur vie, qui ont tout mis en œuvre pour modifier leur apparence afin d'entrer dans une case. Merci à vous qui tenez ce livre entre vos mains. Vous contribuez à un monde plus heureux

et bienveillant, dans lequel chaque femme peut exprimer sa beauté naturelle sans crainte et révéler qui elle est vraiment. J'espère qu'il séduira des femmes qui ne sont pas encore « décomplexées de la boucle », mais qui pourront le devenir. Dans ce livre, vous découvrirez mes meilleurs conseils, ceux que j'aurais aimé connaître le jour de mes 20 ans. Tel un guide, il vous accompagnera dans votre transition capillaire et tout au long de vos routines naturelles. Je vous invite à vous l'approprier en notant, surlignant et griffonnant les informations qui vous paraissent les plus importantes pour vous. Et bien sûr, on se retrouve au quotidien sur mon compte Instagram @ **labelleboucle**, sur **labelleboucle.fr** et chez **La Belle Boucle Studio** !

Je vous souhaite une excellente lecture et de belles heures de soins capillaires,

Laureen



UN PEU D'HISTOIRE : L'ÉVOLUTION DES CHEVEUX BOUCLÉS DANS LA SOCIÉTÉ

LES CHEVEUX BOUCLÉS, LES GRANDS OUBLIÉS DE L'HISTOIRE

On estime aujourd'hui que plus de 50 % de la population française a les cheveux naturellement texturés (ondulés, bouclés, frisés, crépus). Alors pourquoi avons-nous autant invisibilisé les cheveux bouclés dans la société ?

Jusqu'au XIX^e siècle, en Europe, les femmes et les hommes étaient à la recherche d'une chevelure volumineuse et bouclée. Tout Français qui pouvait se le permettre possédait des dizaines de perruques imposantes. Pendant longtemps, le cheveu lisse et plat était signe de deuil ou de pauvreté.

Mais en parallèle, on assistait à la colonisation de l'Afrique et au développement de l'esclavage. Aux Amériques et aux Caraïbes, le cheveu crépu afro était diabolisé par les Blancs. Les personnes noires se faisaient raser la tête avant de devenir esclaves, sous prétexte que leurs cheveux n'étaient pas propres. Mais il s'agissait surtout d'un moyen d'effacer leur identité, car en Afrique leur chevelure était un marqueur social et

un signe d'appartenance à leur ethnie. Les historiens racontent que les esclaves aux cheveux souples et lisses pouvaient être vendus plus cher que les esclaves aux cheveux crépus. Les femmes noires ont donc commencé à trouver des méthodes pour se lisser les cheveux, notamment avec de la soude, des pratiques très néfastes pour leur santé. Ces nouvelles méthodes ont ensuite été transmises de génération en génération, effaçant ainsi toute représentation de leurs cheveux naturels.

Le lissage comme on le connaît aujourd'hui s'est d'abord développé aux États-Unis après l'abolition de l'esclavage. Les cheveux texturés étaient restés un signe d'infériorité sociale et les femmes noires étaient prêtes à tout pour se fondre dans la société américaine et ne plus être discriminées. Les premiers outils dédiés au défrisage ont vu le jour à cette période, comme ceux de la pionnière de l'industrie Madam C. J. Walker, qui a, aux États-Unis, commercialisé le peigne chauffant pour défriser les cheveux crépus. Son histoire est racontée dans l'excellente série à retrouver sur Netflix *Self Made : D'après la vie de Madame C. J. Walker*.

Dans les années 1950, la norme des cheveux lisses s'est imposée dans les médias, les publicités et chez les stars de cinéma et de musique. C'est ainsi que les cheveux lisses ont été considérés comme l'idéal capillaire pendant plus d'un siècle, que ce soit par les femmes noires ou par les femmes blanches.

VERS UN RETOUR AU NATUREL

Les premières revendications apparaissent dans les années 1960 aux États-Unis, pendant les périodes de combat pour les droits civiques. Les cheveux crépus deviennent alors un symbole de la résistance, notamment avec des figures emblématiques comme Angela Davis ou les Jackson Five qui portent fièrement leur coupe afro. Au début des



années 2000 apparaît le terme « nappy » dans la culture urbaine, qu'on imagine comme la contraction des mots *happy* (heureux) et *natural* (naturel). On parle alors pour la première fois de « retour au naturel ». Un véritable mouvement positif motive les femmes noires à abandonner les défrisages pour enfin laisser pousser leurs cheveux naturels et à prendre soin de leur vraie texture capillaire. Le mouvement nappy s'est ensuite étendu à l'Europe et à la France. De nouvelles méthodes d'entretien se démocratisent et les produits toxiques laissent place à des marques bio et naturelles. D'ailleurs, c'est dans cette mouvance que, presque dix ans plus tard, en 2009, naît la marque française incontournable Les Secrets de Loly dont je suis moi-même adepte aujourd'hui.

Si les femmes blanches aux cheveux bouclés tendent à assumer leurs chevelures naturelles désormais, c'est en partie grâce au mouvement nappy porté par les femmes noires ces dernières décennies. Alors, du fond du cœur, un immense merci à toutes ces femmes inspirantes qui ont su dire non au diktat du cheveu lisse ! Merci d'avoir ouvert la voie et d'avoir partagé tous vos conseils et découvertes*.



* « L'histoire du cheveu afro », cheveuxafroculture.com
« Assiste-t-on à la fin du règne du cheveu lisse ? », nylon.fr, mis en ligne le 29 avril 2021.
« Les boucles (enfin) réhabilitées », brunette-coiffure.com, mis en ligne le 20 février 2023.



*LA DÉLICATE
TRANSITION
CAPILLAIRE*