



# L'ART DE LA BARBE

## CONSEILS

Pourquoi se laisser pousser  
la barbe ?

Bien choisir sa barbe

## ENTRETIEN

Quels produits utiliser pour  
une barbe soyeuse ?

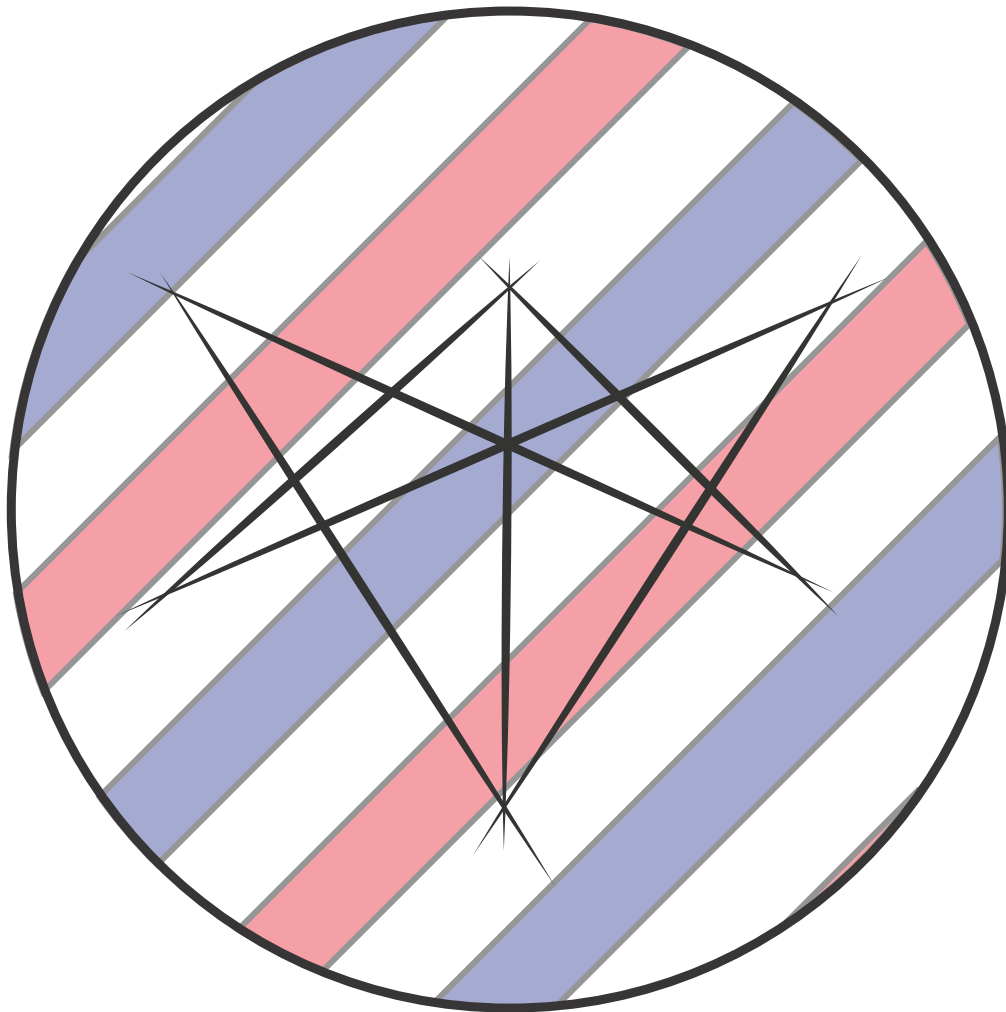
Les rituels à adopter

## CULTURE

Que se cache-t-il derrière  
le poil ?

La barbe à travers les âges

S A P I E N S



**L'ART DE LA BARBE**

*Conseils d'entretien simples et astucieux*

# SOMMAIRE



03

**POURQUOI SE  
LAISSER POUSSER  
LA BARBE**

*Antipasto  
8 bonnes raisons  
Idées reçues*

12

**CHOISIR SA BARBE**

*Implantation  
Forme du visage  
Styles*

22

**AVANT DE  
COUPER**

*Préparer le terrain  
Les outils du barbu*

---

35

**PRENDRE SOIN  
DE SA BARBE**

*Produits pour la peau  
Produits pour le poil*

44

**UNE BRÈVE  
HISTOIRE DE LA  
PILOSITÉ FACIALE**

*La barbe à travers les âges  
Le rôle du barbier*

54

**QUI  
SOMMES-NOUS ?**



# PREFACE

## L'ART DE LA BARBE

**B**arbus et moustachus de tous horizons, imberbes et hirsutes, adeptes, amateurs ou simples curieux, pré ou post-pubères, bienvenus à vous au coeur de cette aventure velue dans laquelle vous découvrirez absolument tout ce qu'il y a savoir sur la pilosité faciale.

Pour arborer une barbe sublime, débarrassez-vous tout simplement de votre rasoir et de votre tondeuse puis patientez. Voilà tout ce que vous avez à faire. Enfin, c'est malheureusement ce que la plupart des hommes pensent...

Vous vous en doutez, c'est un long chemin semé d'embûches... Fruit sublime d'une grande patience, une belle barbe ne s'obtient qu'au prix d'une attention particulière et d'un entretien subtil et rigoureux. Une barbe parfaitement structurée nécessite d'être sculptée régulièrement et avec précision, ce qui rend cette activité comparable à l'art de la taille d'un bonsaï. D'autant que les possibilités de formes, longueurs, épaisseurs, etc. sont infiniment grandes !

Dans ce guide, nous déconstruisons les mythes qui entourent la barbe, nous présentons et détaillons comment obtenir certaines des coupes les plus classiques ainsi que d'autres plus originales, nous passons en revue les outils incontournables pour la coupe et l'entretien de votre pilosité, nous étudions la science et l'histoire de la barbe afin de vous apporter les connaissances indispensables sur le poil facial.

Nous avons créé ce guide pour vous et plus particulièrement pour ceux qui veulent cultiver une belle barbe sans trop savoir comment s'y prendre. Nous allons vous aider à surpasser les pièges et les problèmes classiques que vous pourriez rencontrer de façon à magnifier cette petite merveille qui pousse sur votre visage. Homme moderne ou sauvage, il y a encore beaucoup de choses que vous avez à apprendre sur la barbe.

Nous ne prétendons pas détenir le savoir absolu, mais nos propres expériences, recherches et connaissances ont été compilées dans cet ouvrage pour vous offrir un guide complet sur la barbe.

**POURQUOI SE LAISSER  
POUSSER LA BARBE ?**

---



**PARTIE I**

---

## — ANTIPASTO

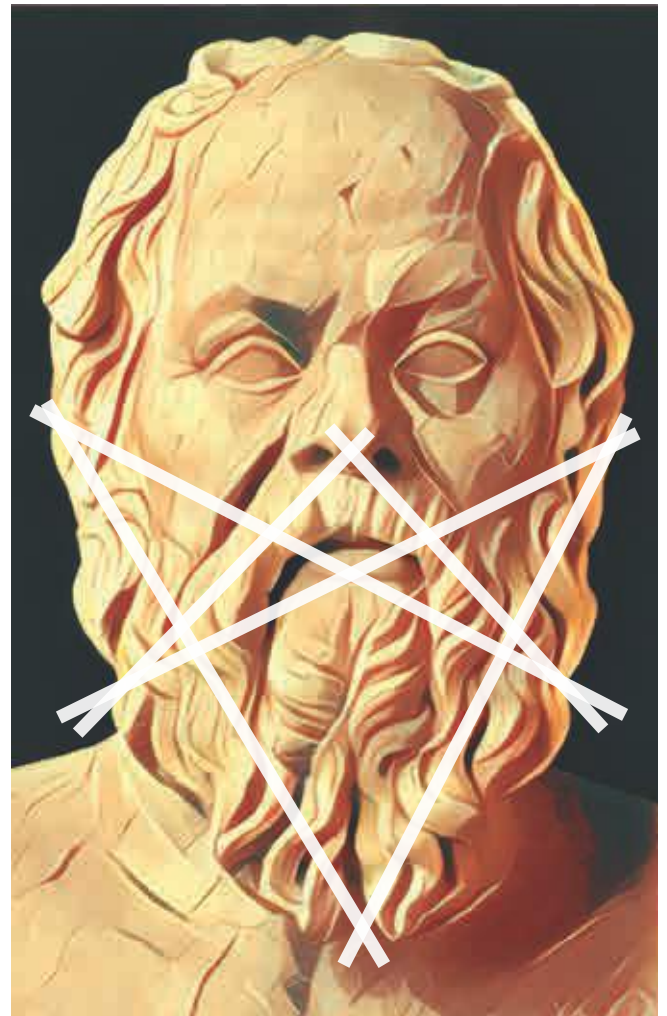
Avant d'entrer dans le vif du sujet, il peut être intéressant de s'interroger sur la nature de la barbe. Considérée comme l'expression ultime de la masculinité, elle représente pour certains la plus grande histoire d'amour qu'un homme puisse connaître dans sa vie. Pour d'autres, arborer une barbe, c'est être un vrai homme. D'après ces mêmes sources, si vous avez la chance de disposer d'une

barbe, exhibez-la fièrement et délectez-vous du regard plein d'envie de ceux qui vous entourent sans avoir la capacité de vous imiter. Bon, entre nous, cela reste un poil mesquin. Si vous n'avez pas de barbe, laissez-la pousser. Si vous ne pouvez pas et que votre puberté n'est pas encore terminée, patientez. Ton heure viendra, petit frère.

### “ LA BARBE

*Désencyclopédie*

*La barbe est un organe formé d'un ensemble de poils plus ou moins longs, présents d'une manière plus ou moins dense sur une zone recouvrant plus ou moins le visage. Cet organe s'accompagne systématiquement d'une puissance sexuelle remarquable.* ”



*Pôgôn (barbe), du grec ancien πώγων*

# 8

## BONNES RAISONS DE SE LAISSER POUSSER LA BARBE

*Il existe une multitude de raisons de se laisser pousser la barbe (sans doute autant qu'il n'y a d'hommes). Que ce soit pour s'octroyer quelques minutes de sommeil en plus chaque matin ou pour assumer pleinement sa virilité, la barbe confère des avantages non négligeables.*

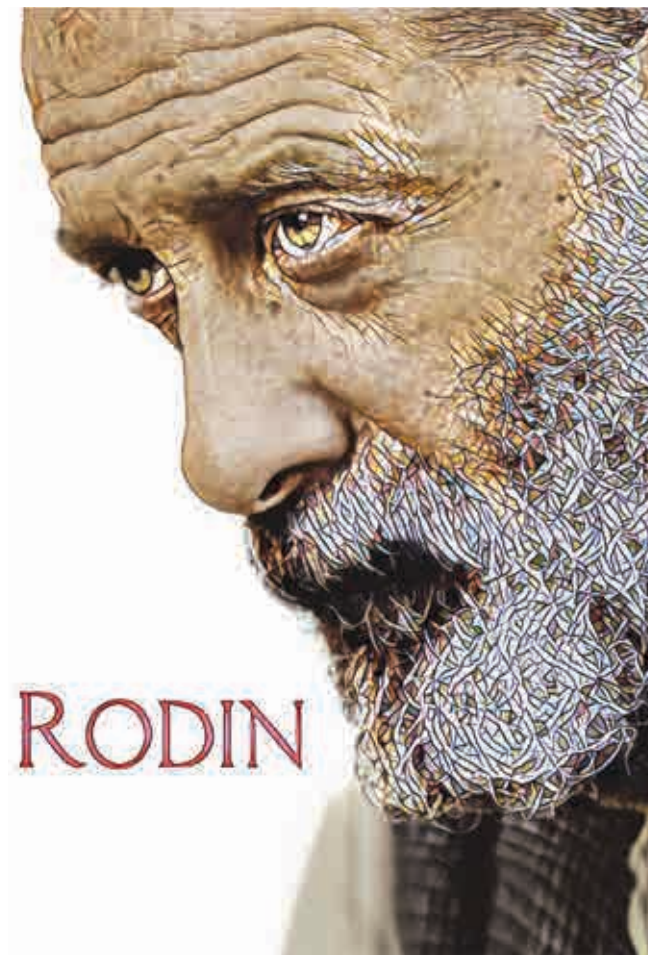


RAISON 01

## LA BARBE VOUS AIDE À PENSER

Vous l'avez sûrement déjà remarqué. Peut-être même avez-vous eu la chance de l'expérimenter. L'homme barbu aime à titiller sa pilosité faciale, qu'il soit seul ou en société. Faire glisser ses doigts sur sa barbe ou pincer légèrement cette dernière est un véritable stimulateur de réflexion. Cette action peut aussi vous aider lors de situations tendues.

En effet, la barbe possède de très fortes propriétés anti-stress et la manipuler vous aidera à garder votre concentration, votre calme ainsi qu'à vous relaxer. Touchez-la et prenez votre temps afin de laisser mûrir votre pensée. Ce n'est qu'ensuite que vous pourrez vous exprimer dans les meilleures conditions.



RAISON 02

## LA BARBE VOUS REND MYSTÉRIEUX

Le porteur de la barbe apparaît comme plus confiant et plein d'assurance. Dans le même temps, elle met en valeur votre côté sombre. Une barbe bien entretenue vous confère l'image d'un homme sophistiqué. Mais, plus que ça, la barbe augmente considérablement la part de mystère d'un homme. Cela est d'autant plus vrai si vous êtes du genre taciturne.

*"Mais qui se cache donc derrière ce masque composé de poils soyeux ?"*

Les hommes mystérieux ont le pouvoir d'intriguer, voire d'attirer facilement les autres personnes. Inconsciemment, vos semblables voudront en savoir plus sur vous et comprendre pourquoi vous instaurez cette distance entre eux et la peau de votre visage.

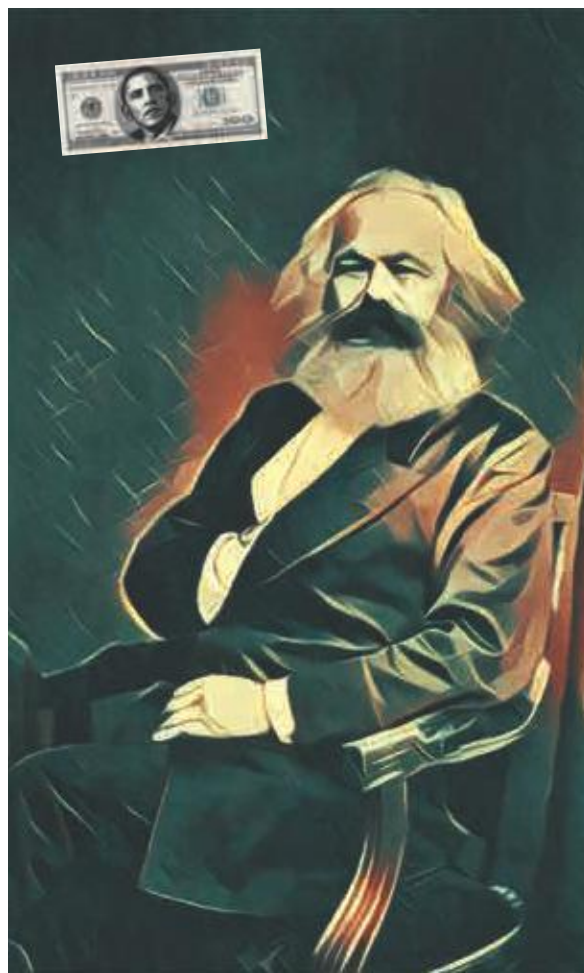


RAISON 03

## LA BARBE VOUS DONNE DU CRÉDIT

Elle est un excellent argument d'autorité. Associée à l'usage de la pipe, elle a le potentiel de rendre chacune de vos paroles pleine de sens. Cet aspect est décuplé si vous vous trouvez à proximité d'une cheminée allumée par un soir d'hiver.

Que vous le croyiez ou non, porter une barbe déclenche des processus psychologiques incitant les personnes autour de vous à vous respecter tout en vous accordant plus de crédit. Cela a directement à voir avec le fait que la barbe est perçue comme un trait de virilité que seuls les hommes sages du passé possédaient.



RAISON 04

## SE RASER, C'EST BARBANT

Il est le temps de se l'avouer, le rasage est une corvée. Accepteriez-vous de passer 139 jours de votre vie à cet exercice ? C'est en effet, le temps moyen que passera un homme à se raser au cours de sa vie.

Pour vous donner un ordre d'idée, cela correspond à 20 semaines de vacances au bord de l'eau ou à 2224 matchs de football. Alors laissez tomber cette activité désuète et commencez à profiter de votre temps libre.

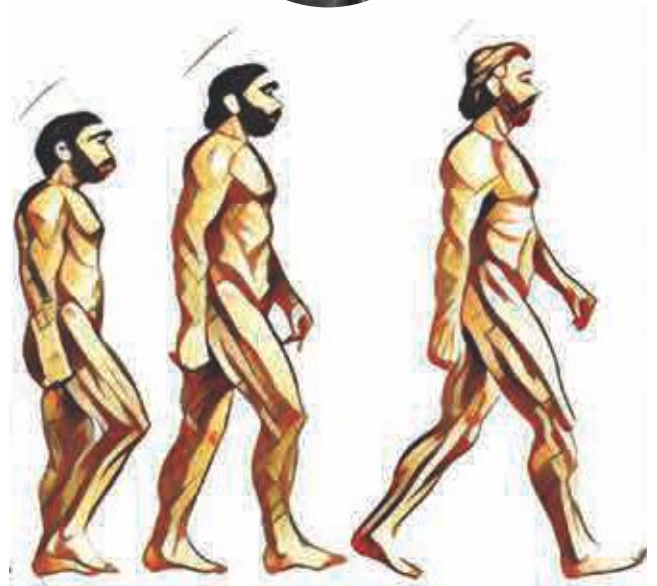


RAISON 05

# RENOUER AVEC SON HÉRITAGE

Tôt ou tard, un homme prend conscience de l'héritage que constitue sa pilosité. Bien à lui de décider s'il souhaite le transmettre ou non, en connaissance de cause. Toutes les barbes ne sont pas semblables et vous avez hérité de la vôtre grâce à ceux qui vous ont précédé. Cet héritage génétique unique est une démonstration externe que vous pouvez porter comme une médaille d'honneur. Si vous avez la chance de pouvoir arborer une belle barbe, peut-être devriez vous le faire au nom de tous ceux qui le voudraient, mais ne le peuvent pas.

Outre un héritage génétique indéniable, la barbe porte en elle et en chacun de ses poils, un héritage culturel. Signe de rébellion pour certains, attribut religieux pour d'autres ou encore élément statutaire, la barbe contient une partie de l'histoire des hommes.



RAISON 06

# LA BARBE EST BONNE POUR VOTRE SANTÉ

Si la barbe possède des vertus anti-stress comme nous avons pu le voir précédemment, il ne s'agit pas là des seuls bienfaits en matière de santé. En effet, selon une étude scientifique australienne publiée en 2011, une barbe fournie serait excellente en protection des rayons UV et des pollens volants. Elle constituerait en outre un élément préventif au vieillissement cutané.

Ajoutez à cela ses atouts esthétiques évidents, et il vous sera difficile de trouver une raison valable de vous raser à blanc.

RAISON 07

## L'HOMME BARBU EST PLUS DRÔLE QUE LA MOYENNE

Le port de la barbe vous offre la possibilité de pouvoir jouer pleinement au jeu du "Je te tiens tu me tiens par la barbichette". Elle offre également de nombreux avantages ludiques, comme celui de pouvoir décorer sa toison faciale avec des boules de Noël en période de fêtes.

Ce dernier argument peut vous sembler futile ou ridicule, mais pour nous, il n'est pas à négliger. Après tout, l'autodérision est marque de sagesse.



RAISON 08

## LA BARBE VOUS REND INCROYABLEMENT SEXY

Les femmes ne peuvent pas se laisser pousser la barbe (enfin, la plupart d'entre elles). C'est sans doute la première différence physiquement visible que l'on peut noter entre un homme et une femme. En retirant cette crinière, vous déracinez une sorte de virilité suspendue à votre visage. Il vous suffit de jeter un oeil à ce que les femmes pensent de la barbe : 63% des 25-34 ans trouvent que les hommes sont plus sexy avec une barbe. Un chiffre qui grimpe à 81% chez les jeunes filles âgées de moins de 25 ans. Bref, un véritable plébiscite.

Pour ceux d'entre vous qui affichent encore un visage juvénile, une barbe peut incontestablement vous faire paraître (et parfois devenir) plus mature. En outre, de nombreuses femmes adorent embrasser un homme barbu. Certaines vont même jusqu'à dire qu'elles apprécient particulièrement la sensation du contact d'une barbe contre leur peau. On vous laisse réfléchir là-dessus.



# QUELQUES IDÉES REÇUES SUR LA BARBE

---

## ***L'ENTRETIEN DE LA BARBE DEMANDE BEAUCOUP DE TEMPS***

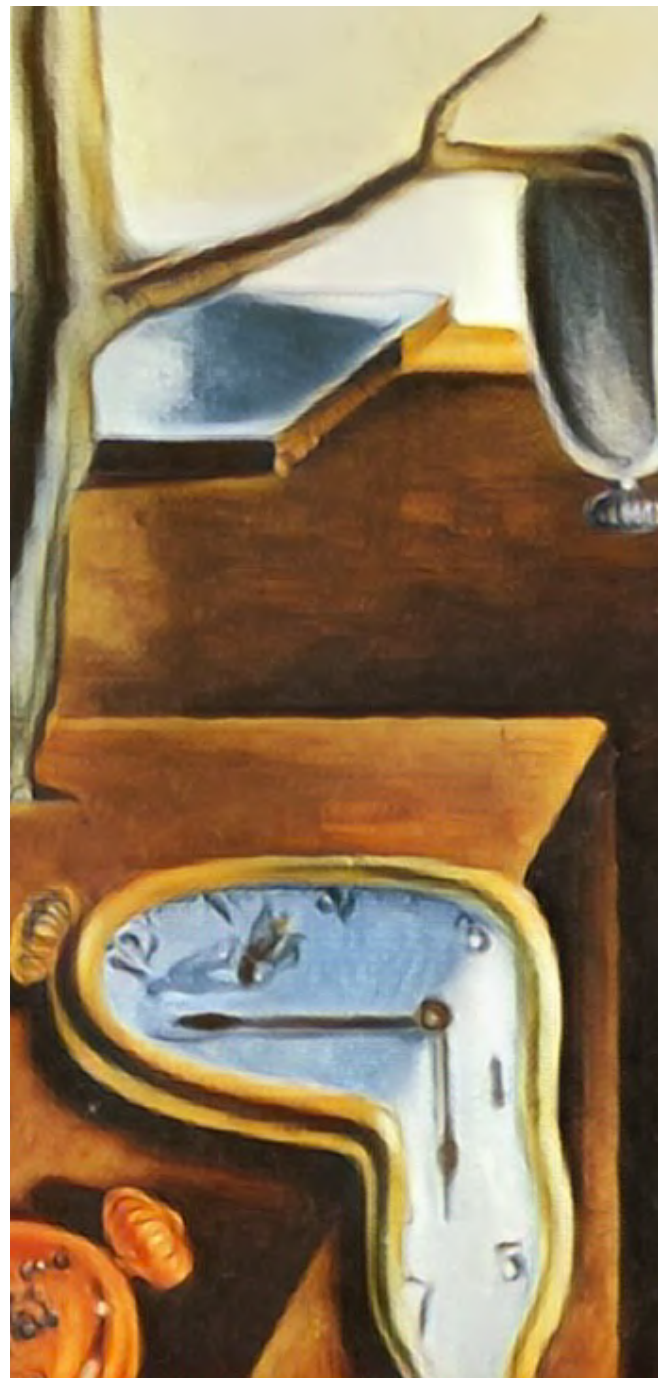
Certes, une barbe bien entretenue demandera un minimum d'engagement de votre part. Mais en vérité, cela ne vous prendra pas plus de temps que de vous raser tous les jours.

## ***SI JE ME RASE SOUVENT, LES POILS REPOUSSENT PLUS ÉPAIS ET PLUS VITE***

Il s'agit d'une des idées reçues les plus courantes. Autant vous le dire tout de suite : c'est faux. Les caractéristiques de repousse du poil dépendent essentiellement de votre patrimoine génétique et de vos hormones.

Si l'on met de côté votre tout premier rasage (ah le bon vieux temps du duvet), vos poils repoussent de la même façon. Et ce, que vous décidiez de les raser quotidiennement ou hebdomadairement. S'ils vous donnent l'impression d'être plus épais, il ne s'agit juste-ment que d'une impression.

Quant à leur aspect, ils peuvent vous sembler plus foncés lors de la repousse. Cela est dû au fait qu'ils n'ont pas encore été suffisamment exposés à l'extérieur pour subir un processus de décoloration naturel.



# QUELQUES IDÉES REÇUES SUR LA BARBE

---



## ***IL EST PRÉFÉRABLE DE SE RASER À CONTRESENS POUR PRÉSERVER SA PEAU***

Là encore, contrairement à ce que beaucoup d'hommes peuvent penser, c'est faux. Il est en effet conseillé de raser les autres parties du corps à contresens. Le visage fait figure d'exception.

Rasez-vous ainsi dans le sens de pousse du poil pour réduire les risques de poils incarnés. Enfin, si vous utilisez un rasoir électrique, la question n'a pas vraiment lieu d'être puisque il est recommandé d'effectuer des mouvements circulaires.

## ***SI J'APPUIE PLUS FORT SUR MON RASOIR ÉLECTRIQUE, JE RASE PLUS PRÈS***

Le raisonnement paraît logique, mais c'est encore une fois faux. Si vous décidez d'appuyer plus fort sur votre rasoir électrique, vous ne gagnez non seulement pas en précision mais risquez de surcroît d'irriter votre peau, voire de perdre un bout de joue. Ainsi, si vous constatez que quelques poils ont résisté à un premier passage de rasoir électrique avec une pression normale, inutile d'appuyer plus fort. Repassez simplement sur la zone une seconde fois. Si vous devez vous y reprendre une troisième fois, il est sans doute temps de changer votre tête de rasoir.

# CHOISIR SA BARBE

---



# PARTIE II

---

# COMMENT BIEN CHOISIR SA BARBE ?

---

**V**ous avez décidé de porter la barbe, félicitations et bon courage ! Mais encore faut-il savoir quel style adopter. Si vous n'avez encore jamais porté de barbe mais étudiez cette possibilité, alors quelques conseils ne seront pas de trop pour vous orienter vers le style de barbe fait pour vous.

Dans cette partie, nous allons voir ensemble les différents éléments à prendre en compte pour choisir son style de barbe, avant de passer en revue les principaux styles de barbes et de moustaches.

L'avantage avec la barbe ou la moustache est que vous pouvez tenter un style pendant quelques temps, vous raser si ce style ne vous convient pas plus que ça, puis choisir d'en adopter un autre. Si la plupart des hommes gardent la même signature année après année, certains préfèrent changer en fonction des saisons et des événements.





# L'IMPLANTATION DE VOTRE BARBE

---

Le facteur primordial à prendre en compte lorsque l'on souhaite se laisser pousser la barbe, c'est bien entendu l'implantation. En effet, vous devrez composer avec la matière à disposition.

Si votre pilosité faciale est dense et recouvre votre visage de façon régulière, vous aurez la chance de pouvoir choisir entre une multitude de styles. Toutefois, très peu d'hommes ont cette chance. Nombre d'entre nous doivent faire avec une barbe irrégulière à la pilosité plus ou moins dense en fonction des endroits. Il faudra donc faire avec pour trouver un tracé de barbe satisfaisant.

Pour commencer, vous pouvez faire un état des lieux de votre situation pileuse : laissez votre barbe pousser pendant quelques jours, puis scrutez-la sous tous les angles. Identifiez les zones les plus denses et, à l'inverse, les plus clairsemées. Observez le grain du poil (sa direction de pousse). Vous pouvez alors vous faire une première idée du style de barbe qui vous conviendra le mieux. Ainsi, si les poils se font rares au niveau de vos joues, vous pouvez par exemple vous diriger vers une barbiche accompagnée d'une belle moustache façon Nekfeu ou Johnny Depp.



# LA FORME DU VISAGE

---

*La barbe peut être le meilleur ami de l'homme, comme son pire ennemi. A vous d'utiliser son potentiel au maximum !*

*Elle peut en effet servir à mettre en valeur les caractéristiques les plus flatteuses de votre visage comme à dissimuler vos petits défauts.*

*Toutefois, vous devrez choisir un style de barbe adapté à la forme de votre visage pour que celle-ci vous mette pleinement en valeur.*

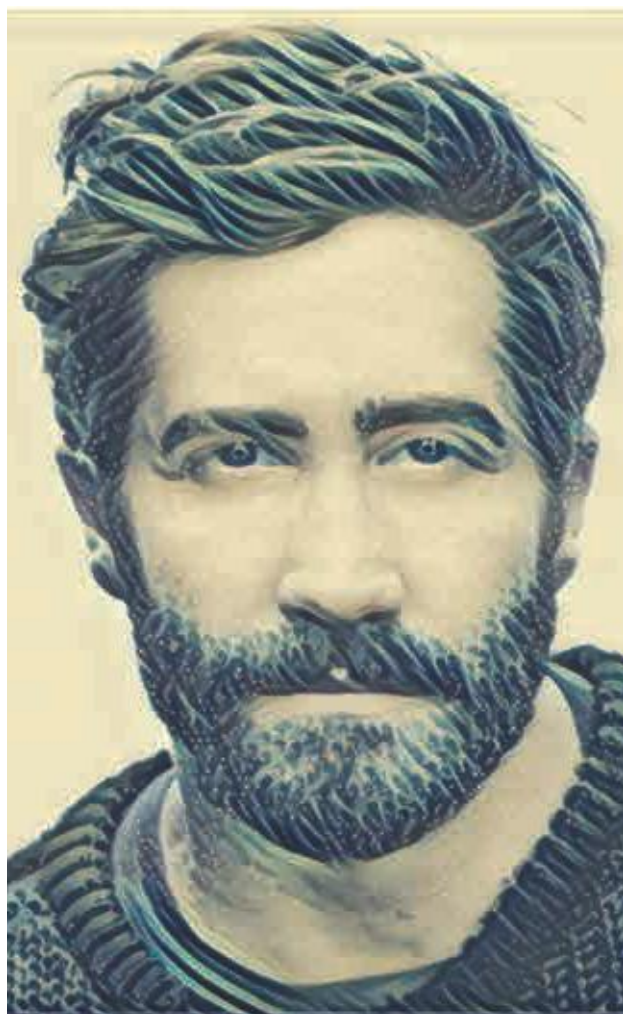
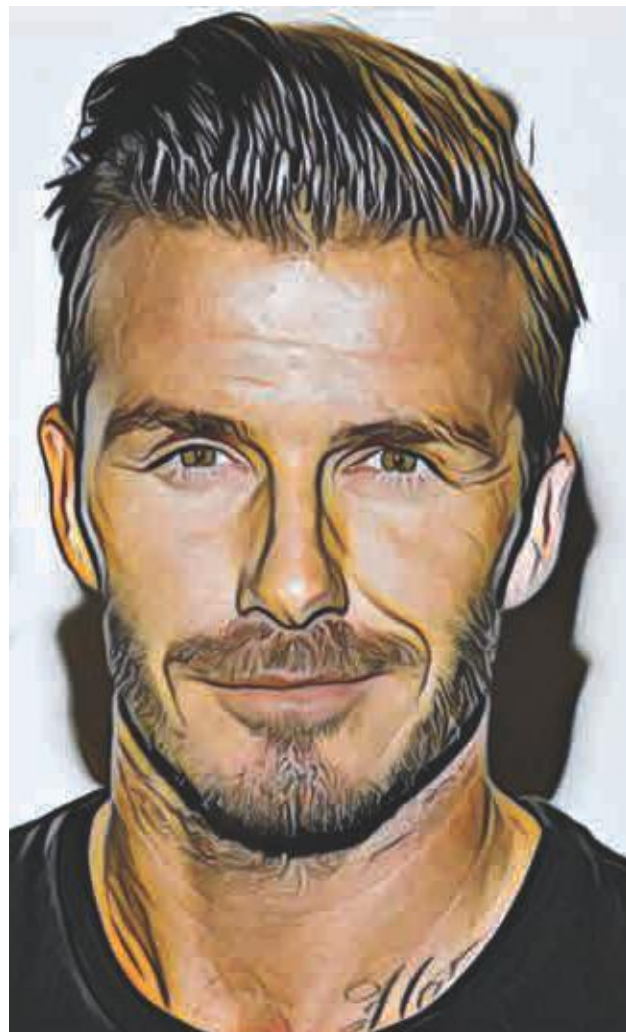


PREMIER VISAGE

# VISAGE CARRÉ

---

Pour adoucir les angles du visage, vous pouvez opter pour une moustache accompagnée d'une barbiche, d'un bouc, d'une mouche ou bien seule. Éviter les barbes trop fournies, notamment sur les côtés, afin de ne pas déséquilibrer votre visage.



DEUXIEME VISAGE

# VISAGE OVALE

---

La plupart des styles vous iront, que votre barbe soit courte ou longue. Vous avez le luxe de pouvoir tester différents styles, profitez-en ! Évitez toutefois un bouc trop long qui allongerait votre visage.

TROISIEME VISAGE

# VISAGE ROND

---

Pour éliminer le côté "poupon", l'idéal est d'allonger votre visage avec des poils courts sur les joues et plus longs en bas. Evitez le bouc ou le collier de barbe qui rendront votre visage encore plus rond. Pour un côté sauvage, inspirez-vous de la barbe portée par Leonardo DiCaprio dans The Revenant.



QUATRIEME VISAGE

# VISAGE ALLONGÉ

---

Préférez une barbe à poils courts et bien taillée. Vous pouvez également opter pour les favoris qui casseront l'allonge du visage. Evitez le bouc, la barbiche ou le collier de barbe qui allongeront davantage vos traits.



## DÉFINIR SON STYLE

---

Votre barbe doit être un reflet de votre personnalité et être adaptée à votre style. Elle peut vous permettre d'affirmer un peu plus votre identité, mais doit en premier lieu vous correspondre.

Voici un petit tour d'horizon des principaux styles de barbe en fonction des différents styles que vous pouvez adopter. Cet aperçu vise avant tout à vous inspirer. Vous pouvez ainsi tester différents styles avant de trouver celui qui fera mouche pour vous.

Nous vous conseillons également de demander l'avis de vos proches ainsi que d'un barbier qui saura, en bon professionnel du poil, vous orienter vers la barbe la mieux adaptée à votre personnalité.

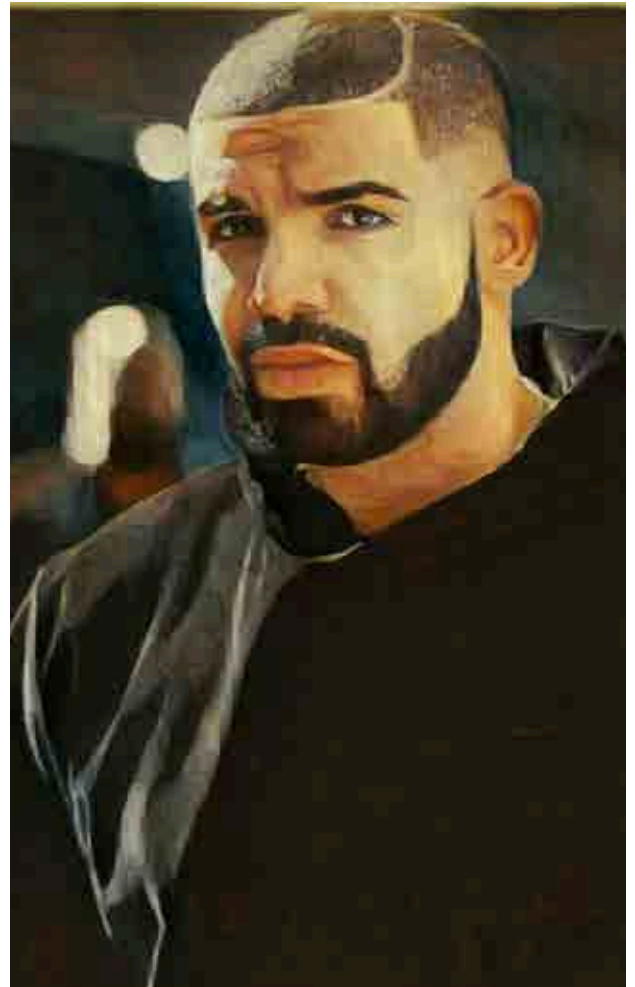
STYLE 01

# LE SPORTIF

---

L'homme sportif prend généralement soin de son image et s'oriente souvent vers un look bien défini. Vous pouvez vous inspirer de vos lignes athlétiques et affirmées pour le dessin de votre barbe. Une barbe géométrique aux tracés rectilignes vous ira à la perfection.

Outre la barbe intégrale bien taillée, nous pouvons vous conseiller le collier ou encore le bouc bien sculpté. Privilégiez une barbe courte qui, en plus de renforcer votre style sportif, vous évitera les tracas liés à la transpiration.



STYLE 02

# L'HOMME SAUVAGE

---

L'avantage de cultiver un look sauvage réside essentiellement dans le fait que votre barbe nécessitera peu d'entretien. Elle aura surtout besoin d'être lavée et coiffée de temps en temps. L'inconvénient principal est que vous devrez tout de même travailler un minimum votre image, au risque de ne pas ressembler à grand-chose.

Deux grands choix s'offrent alors à vous : soit vous assumez un style "brut de décoffrage", soit vous adaptez ce look sauvage avec un style très soigné qui transformera votre barbe en un centre d'intérêt.

STYLE 03

# LE CRÉATIF

---

Si le créatif n'a à priori que faire des conventions, il n'est pas rare de retrouver chez lui un élément caractéristique : la moustache. Que ce soit l'acteur américain Clark Gable, célèbre pour sa fine moustache, Salvador Dalí qui faisait étalage de son extravagance à travers sa moustache en croc ou encore le peintre baroque Van Dyck qui a tout simplement donné son nom à ce style en accompagnant sa moustache d'une barbiche, les créatifs ne sont pas insensibles à cet élément différenciateur.

Vous l'aurez compris, la moustache offre de nombreuses possibilités pour affirmer un style bien marqué. Si vous souhaitez exprimer vos talents artistiques sur votre visage en adoptant la moustache, notez toutefois que celle-ci demande un entretien quotidien, surtout pour des personnalités généralement très attentives aux détails.



STYLE 04

# LE JEUNE DYNAMIQUE

---

Dans les métiers à cols blancs ou centrés sur le contact client, la barbe a longtemps représenté un motif de refus lors d'un entretien d'embauche. Si les mentalités évoluent, un entretien rigoureux reste impératif. La barbe de 3 jours est ainsi un choix prudent.

De manière générale, orientez-vous plutôt vers une barbe courte, à condition d'entretenir les contours chaque jour. Une barbe longue bien travaillée peut aussi être acceptable, mais cela pourrait ne pas convenir à tous les employeurs.



STYLE 05

# LE HIPSTER

---

On est tous le hipster de quelqu'un. Si vous êtes un adepte du fixie, que vous arpentez les brocantes à la recherche d'objets vintage et que vous vous habillez exclusivement dans des friperies dont vous vous gardez de dévoiler l'adresse à votre entourage, vous serez sans doute davantage attiré vers un style de barbe sophistiqué.

Les barbes longues et élégantes comme la Verdi ou la Nicolas II vous siéront à merveille. Si vous êtes plus moustache que barbe, nous vous recommandons de faire là aussi de choix de la sophistication. Pourquoi ne pas vous laisser tenter par la moustache anglaise ou la Dalí ?



LE PETIT PLUS

## LA COUPE DE CHEVEUX

---

Pensez également à prendre en compte votre coupe de cheveux dans le choix de votre style de barbe. En effet, mieux vaut privilégier un contraste entre barbe et cheveux afin que l'un ou l'autre puisse ressortir et s'affirmer clairement.

Ainsi, si vous optez pour une coupe de cheveux structurée, orientez-vous plutôt vers un style de barbe discret. A l'inverse, dans le cas d'une coupe de cheveux relativement simple, utilisez votre barbe comme l'atout principal pour vous mettre en valeur et n'hésitez pas à jouer sur les volumes.

**AVANT DE COUPER**

---



**PARTIE III**

---





## PRÉPARER LE TERRAIN

---

### *LAISSER POUSSER SA BARBE*

Il semble évident qu'avant de couper, il faut laisser pousser. Après tout, vous ne pouvez tailler votre barbe qu'une fois que vous en avez une. Mais il est crucial de rappeler que cela peut nécessiter un minimum d'organisation en fonction de votre emploi du temps. En effet, assurez-vous d'avoir du temps à accorder à la pousse de vos poils faciaux.

Certains styles demandent une période de pousse qui peut empiéter sur votre vie professionnelle. En effet, en attendant que votre barbe pousse suffisamment pour être stylisée, elle peut prendre une apparence négligée voire donner l'impression d'une zone en friche... Il peut donc être plus prudent d'attendre une période de vacances avant de se

lancer dans l'attente d'une longueur suffisante pour pouvoir tailler une belle barbe. Dans de nombreux cas, il ne suffit pas de mettre le rasoir de côté et d'attendre deux semaines. En vérité, la pousse nécessaire pour pouvoir arborer une belle barbe prend du temps : entre un et trois mois dans la plupart des cas.

Si vous êtes très patient et ambitieux en matière de barbe, prévoyez de consacrer au moins 6 mois à la pousse de vos poils. Bien sûr, cela peut paraître long, mais les bonnes choses arrivent à ceux qui ne se rasent pas. D'ici là, vous en apprendrez beaucoup sur votre rythme de pousse et vous aurez probablement le plaisir d'observer le recouvrement de vos zones les moins denses.



## *LAVER SA BARBE*

---

Tout au long de la journée, votre barbe accumule des bactéries, que ce soit suite aux repas, à cause de la pollution ou bien lorsque vous la touchez avec vos mains. Il est donc important de la laver régulièrement.

Pour cela, sachez qu'il existe des shampoings et des savons spécifiques qui ne dessèchent pas les poils et la peau. Utilisez une eau tiède afin de ne pas agresser votre peau. Si votre barbe a tendance à friser, optez pour une eau plus froide.

Laver sa barbe est une étape primordiale avant la taille afin que chaque poil soit propre et qu'il puisse exposer sa réelle longueur. Vous trouverez plus d'informations sur les produits de soin pour barbe et moustache dans la section **Prendre soin de sa barbe**.

## *BIEN SECHER SA BARBE*

---

Une fois que votre barbe est propre, séchez-la correctement en la tapotant à l'aide d'une serviette. En effet, le poil absorbe très facilement l'eau et, ce faisant, devient plus fragile. Un poil complètement imbibé (ce qui prend plusieurs minutes) perd près de 80% de sa solidité.

Cela signifie qu'en vous rasant après la douche, la lame du rasoir aura une durée de vie cinq fois supérieure à celle qu'elle aurait sur un poil totalement sec. Mais aussi que si vous souhaitez peigner ou brosser votre barbe encore trempée, celle-ci sera beaucoup plus sujette à la cassure.

## PRÉPARATION PSYCHOLOGIQUE

---

*Que le barbu qui n'a jamais laissé échapper une larmichette après une erreur de coupe parle maintenant ou se taise à jamais ! (Enfin, c'est une figure de style, nous ne pouvons pas vraiment vous entendre vous savez.)*

*Vous avez dû le comprendre depuis un moment, la relation qui unit la barbe au barbu est complexe, intense et fusionnelle. Première coupe, rasage, rattrapage in extremis, changement de style de barbe... autant de situations sensibles qui ne doivent pas être prises à la légère.*

*Ainsi, la décision de couper la barbe nécessite d'être pleinement conscient de ce que cela implique. Prenez le temps d'y réfléchir, accordez-vous quelques jours ou semaines et posez-vous de temps en temps cette simple question : "Est-ce vraiment ce que je souhaite ?". Si votre décision ne change pas, alors lancez-vous ! Vous aurez éliminé le doute et n'aurez pas pris de décision sur un coup de tête.*

*Si vos doutes persistent, renseignez-vous auprès d'un professionnel ou au moins auprès de votre entourage. Leurs avis et conseils peuvent vous conforter dans votre choix et vous rassurer.*

*Finalement, n'oubliez pas que rien n'est définitif. Si un type de barbe ou moustache ne vous sied pas, rasez l'ensemble et repartez sur des bases fraîches. La patience sera votre meilleure arme pour faire d'autres tests.*



# LES OUTILS DU BARBU



S A P I E N S

## LE RASOIR

---

Se laisser pousser la barbe ne veut pas dire que vous devrez vous passer de votre bon vieux rasoir. Au contraire, il s'agit d'un outil très utile pour soigner son look, en particulier pour l'entretien des contours de votre barbe.

On distingue ici le rasoir à lames interchangeables du rasoir de sûreté. Le premier est le plus courant à notre époque et ne nécessite pas de présentation approfondie. Il peut cependant être pertinent de préciser qu'il occasionne des dépenses récurrentes puisqu'il vous faudra régulièrement renouveler les têtes afin d'assurer une bonne qualité de coupe (ce qui peut rapidement représenter un certain budget).

Le rasoir de sûreté, quant à lui, est le premier rasoir mécanique à avoir été commercialisé au début du XXe siècle. Il se compose d'une fine lame suffisamment protégée pour pouvoir se raser sans se blesser (d'où son nom). La longueur de la portion de lame à découvert est ajustable, ce qui donne plus de flexibilité à votre rasage.

Si les lames d'un rasoir de sûreté sont plus tranchantes que celles d'un rasoir à lames interchangeables, leur durée de vie est également plus grande. Elles nécessitent tout de même d'être remplacées de temps à autre pour une efficacité optimale, mais leur renouvellement engendra un coût relativement plus faible que celui des têtes de rasoirs à lames interchangeables. Autre point à souligner : en plus de son charme indéniable, le rasoir de sûreté vous offrira une précision conséquente lors de votre rasage, à la manière d'un instrument chirurgical.

## LES CISEAUX

---

Les ciseaux sont indispensables pour un travail de précision, notamment autour de la bouche ou bien pour tailler les poils indisciplinés. Ils complètent parfaitement l'utilisation de la tondeuse au moment de la taille et sont essentiels à l'entretien d'une belle barbe, comme à celui d'une belle moustache.

Privilégiez une petite paire de ciseaux, dont les lames courtes permettront de vous rapprocher plus facilement de la surface du visage. Pour plus de sécurité, dirigez-vous vers des ciseaux à bouts ronds qui limiteront grandement les risques de blessures dans cette zone sensible.

## LE RASOIR ÉLECTRIQUE

---

Le rasoir électrique s'utilise sur une peau sèche et ne nécessite donc pas l'application d'une mousse ou d'un savon à raser, contrairement au rasage manuel. Plus rapide, il est en contrepartie moins précis que sa variante traditionnelle.

Il existe deux grands types de rasoirs électriques : les rasoirs à grilles et les rasoirs à têtes rotatives. La différence majeure entre les deux réside dans la manière d'éliminer les poils. D'un côté, les lames des rasoirs à grilles s'articulent d'avant en arrière et sont recouvertes d'une fine grille métallique, placée très proche des lames. Les poils qui se glissent dans les trous sont alors coupés de près alors que la grille assure la protection de la peau. De l'autre côté, les lames du rasoir à têtes rotatives effectuent un mouvement circulaire.

D'autres différences sont notables entre les deux versions. Ainsi, les rasoirs à têtes rotatives sont en général moins bruyants que les rasoirs à grilles, ce qui peut être un atout si vous souhaitez éviter de réveiller ceux qui vivent sous votre toit. Les rasoirs à têtes rotatives présentent également l'avantage de bien s'accommoder du relief pour accéder aux poils situés dans les recoins difficiles, notamment au niveau des mâchoires ou sous la lèvre inférieure. Enfin, les rasoirs à grilles sont considérés comme plus performants pour un rasage de très près. Notez toutefois que, si vous faites le choix d'un modèle haut de gamme pour l'un ou l'autre des rasoirs électriques, la qualité du rasage sera sensiblement similaire.

## LE COUPE-CHOUX

---

Le coupe-choux, en plus de vous offrir une expérience de rasage "à l'ancienne", est ce qui se fait de mieux en matière de qualité, de précision et de confort de rasage. De plus, une lame bien entretenue possède une durée de vie exceptionnelle, qui vous évitera des dépenses supplémentaires. À condition bien sûr de savoir l'aiguiser.

Alors oui, se raser au coupe-choux n'est pas si facile et cela prend généralement plus de temps qu'avec un bon vieux rasoir, mais l'expérience de rasage est incomparable. Si vous vous sentez prêt à apprendre l'art traditionnel du rasage et que vous vous habituez à l'utilisation du coupe-choux, vous allez apprécier ce moment passé dans la salle de bain pour le restant de votre vie, au lieu de l'envisager comme une corvée. Certains considèrent même cet acte comme un véritable hobby.

# APPRENDRE À (BIEN) SE RASER

*Savoir bien se raser requiert une phase d'apprentissage, mais celle-ci se fait assez naturellement et sans trop de coupures ! Si vous n'êtes pas totalement convaincu par vos premiers rasages, pas d'inquiétudes. Prenez le temps d'intégrer de nouvelles habitudes et vous constaterez que vous ne voudrez plus faire machine arrière. Aussi surprenant que cela puisse paraître pour une personne non initiée, se raser peut assurément devenir un véritable plaisir. Ce changement appelle un investissement en matériel, qui sera cependant vite amorti, surtout lorsque l'on compare les prix des accessoires traditionnels avec le coût des lames rechargeables en grande surface.*

*Afin de prendre soin de vos poils et de votre peau, un bon rasage doit comprendre trois grandes phases : l'avant-rasage (phase de préparation au cours de laquelle vous allez nettoyer la peau et le poil), le rasage en lui-même et le fameux après-rasage à ne pas négliger. Il est fort probable que vous respectiez déjà ces étapes, mais le matériel utilisé joue un rôle crucial dans l'efficacité de chacune des étapes. Mettez de côté votre rasoir à têtes interchangeables, votre mousse à raser en bombe et votre après-rasage acheté en supermarché pour faire le choix de l'élégance.*

## L'AVANT-RASAGE

Cette étape vise à préparer le terrain à l'action de la lame. Pour éviter les irritations, il vous faut à la fois protéger votre peau et assouplir votre poil. Vous aurez besoin d'un savon (ou d'une crème) à raser, d'un blaireau, d'un bol à raser et d'un peu d'eau.

Préparez votre rasage à la sortie de la douche : votre peau est humide et vos poils plus souples, donc plus facile à tailler. Commencez votre rituel en préparant votre mousse. Pour cela, humidifiez votre blaireau et faites-le tourner sur le savon à raser pour en récolter suffisamment, sans trop appuyer.

Faites ensuite monter le savon en mousse dans le bol à raser légèrement humidifié en

tournant vigoureusement le blaireau et en ajustant petit à petit la quantité d'eau pour obtenir une texture assez consistante (avec l'expérience, le dosage deviendra très simple).

Une fois que votre mousse à raser est prête, appliquez une première couche sur votre visage en effectuant un petit massage (oui, cette étape est particulièrement agréable). Cette action répartira une légère couche bien fixée à votre peau et dressera votre poil. Vous pourrez alors apposer une deuxième couche plus généreuse pour terminer votre préparation. Veillez enfin à ce qu'il vous reste suffisamment de mousse dans le bol pour une deuxième, voire une troisième application au cours du rasage.

## LE RASAGE

Pour ne pas se compliquer la tâche, nous utiliserons ici un rasoir de sûreté qui s'utilise plus facilement que le coupe-choux et qui est moins dangereux pour un débutant.

Par principe, plusieurs passages seront nécessaires puisque le rasoir de sûreté réduit la longueur de votre poil progressivement.

Premier point à souligner : le rasoir de sûreté en métal est plus lourd que le classique rasoir en plastique. Ceci a un impact à l'utilisation : avec un rasoir de sûreté, nul besoin d'appuyer pour couper (nous vous le déconseillons d'ailleurs, au risque de vous faire mal).

Utilisez plutôt le poids de l'accessoire à votre avantage en le laissant faire son oeuvre. Placez la tête du rasoir sur votre peau

en orientant le manche de façon perpendiculaire, puis trouvez la bonne inclinaison pour mettre la lame en position de coupe.

Réalisez un premier passage dans le sens du poil pour réduire l'agression de votre peau responsable d'irritations, de poils incarnés et de coupures (attention, le sens de pousse n'est pas le même sur toutes les zones de votre visage). Rincez alors votre visage et appliquez de nouveau la mousse dessus.

Réalisez un deuxième passage de lame, toujours dans le sens du poil, puis effectuez un troisième passage si nécessaire (à contresens du poil, si vous vous sentez suffisamment à l'aise). Une fois que vous êtes satisfait de votre rasage, rincez de nouveau votre visage comme à votre habitude.

## L'APRÈS-RASAGE

Pour bien terminer, il vous faudra apaiser votre peau fraîchement agressée.

Cela réclame l'achat d'une lotion (ou d'un baume) après-rasage de qualité et d'une pierre d'alun. Cette dernière est très utile pour soigner les petites coupures et stopper les légers saignements.

Une fois que votre peau est sèche, appliquez votre lotion après-rasage ou votre baume.

Le choix entre ces deux produits dépendra de vos préférences.

Si vous vous orientez vers la lotion, veillez cependant à ce que l'odeur de celle-ci ne rentre pas trop en opposition avec votre parfum. Un détail qui sera moins problématique si vous décidez d'opter pour un baume.



« Plus la barbe est entretenue, plus  
on vous octroie des citations erronées »  
**Victor Hugo**



## LE PEIGNE À BARBE

---

Les peignes à barbe facilitent l'entretien de vos poils faciaux en les disciplinant. Tout barbu est conscient du problème des poils rebelles et l'action du peigne à barbe permet de redonner à votre barbe une forme convenable. Il vous aidera également lors de la taille, pour guider la tondeuse ou délimiter la longueur à tailler au ciseau. Il peut en outre vous accompagner toute la journée pour redonner l'allure nécessaire à votre barbe après avoir enlevé votre pull, par exemple. Notez enfin que l'utilisation d'un peigne à barbe aide à bien distribuer le sébum ou l'huile à barbe sur l'ensemble du poil.

Il existe plusieurs types de peignes à barbe, qui diffèrent essentiellement par leur matière, leur forme, ou encore leur taille. Certains sont faits avec des dents espacées pour aider à démêler les barbes longues, d'autres avec des dents plus resserrées pour mieux coiffer et lisser les poils d'une barbe moins fournie. Pour vous éviter de choisir, nous vous recommandons un peigne à double espacement afin de pouvoir entretenir votre barbe dans n'importe quelle condition.

Concernant le choix de la matière, orientez-vous plutôt vers un peigne en bois (généralement traités avec une fine couche d'huile pour mieux prendre soin du poil) ou en corne (faits de kératine, élément entrant dans la composition de nos poils). En effet, ils présentent l'avantage de disposer d'un effet antistatique. Evitez les peignes en plastique qui peuvent faire ressortir le côté hirsute de votre barbe et ne vous aideront donc pas à la discipliner.

## LA BROSSE À BARBE

---

Afin que votre barbe soit bien uniforme, brossez-la régulièrement avec un accessoire dédié afin de la démêler et de la lisser. Cette action stimulera également la circulation sanguine au contact de la peau, participant alors à l'accélération de la pousse du poil.

De la même façon que pour les peignes, évitez les brosses en matière non organique. Privilégiez une brosse en poils de sanglier pour éviter l'effet buisson engendré par l'électricité statique. Ces brosses sont reconnues comme étant les plus efficaces et ce pour de bonnes raisons. Leurs poils sont en effet assez souples pour ne pas agresser la peau, mais aussi assez forts pour se frayer un chemin au sein des barbes les plus épaisses.

Une autre propriété avantageuse des poils de sanglier réside dans leur capacité à collecter et à absorber les huiles (produites naturellement par notre corps ou non) lors du brossage. Après l'application d'une huile à barbe, cela permet à cette dernière d'être répartie équitablement sur l'ensemble des poils, mais aussi d'en assurer la distribution jusqu'au follicule pileux. Cette diffusion en profondeur aide notamment à prévenir les démangeaisons, le dessèchement de la peau et l'accumulation de peaux mortes.



# LE POCHOIR À BARBE

---

Tailler les contours de sa barbe avec précision n'est pas chose aisée. Surtout lorsque l'on met ce petit coup de rasoir ou de tondeuse en trop avant d'essayer tant bien que mal d'égaliser. Bref, vous voyez sans doute de quoi on veut parler : pas cool du tout.

Sachez qu'il existe désormais un outil pour tracer les contours de sa barbe soi-même, de façon symétrique et pour un résultat similaire à ce que vous pourriez arborer en sortant de chez votre barbier : le peigne à contours ou pochoir à barbe.

Cet outil épousant les courbes du visage vous permet de cacher la partie de la barbe que vous souhaitez garder intacte, afin qu'apparaisse la ligne (courbée ou rectiligne, au choix) où vous pouvez couper vos poils. Plusieurs modèles sont disponibles sur le marché : en plastique, en bois ou en métal. Les peignes à contours en plastique transparent offrent un côté pratique supplémentaire, puisqu'ils vous permettront de voir précisément l'endroit où vous taillez.

Deux options s'offrent ensuite à vous : utiliser une tondeuse pour marquer la ligne de délimitation, ou passer votre rasoir tout en maintenant le peigne à contours en place. Il s'agit d'une solution très pratique pour tracer les lignes des joues, mais aussi au niveau des maxillaires et du cou. Le peigne à contours peut également s'utiliser pour des coupes nécessitant une précision particulière, comme le bouc.

## *LA TONDEUSE À BARBE*

---

La tondeuse à barbe est l'accessoire idéal pour s'assurer que sa barbe conserve une longueur uniforme. Si une bonne tondeuse à barbe peut représenter un certain investissement, elle vous le rendra bien en facilitant l'entretien de votre barbe, que celle-ci soit courte ou longue.

Lors du choix de votre première tondeuse à barbe, soyez notamment attentifs aux sabots proposés. Combien de hauteurs de coupes permettent-ils ? Quels sont les écarts entre chaque hauteur ? Si vous avez une barbe plutôt longue, cela vous permettra notamment de tester plusieurs styles ou de pouvoir réaliser des dégradés. Aussi, orientez-vous vers des sabots interchangeables plutôt que réglables, ces derniers pouvant engendrer des incidents regrettables chez les plus distraits d'entre vous et nous parlons de vécu personnel... Vérifiez également la puissance du moteur pour plus d'efficacité lors de la tonte de votre barbe, pour cela, comparez le nombre de tours par minute.

Parmi les autres éléments à considérer, assurez-vous que les lames soient inoxydables, étant donné que vous serez amené à les passer sous l'eau pour les nettoyer. Pour leur durée de vie, les lames à base de titane et/ou de carbone sont les plus résistantes, celles en céramique les plus précises. Les résultats obtenus avec des lames en acier inoxydable sont cependant tout à fait convenables.

Enfin, il existe des tondeuses à barbe avec ou sans fil. Si vous choisissez une version sans fil, privilégiez un modèle disposant d'une bonne autonomie et d'un faible temps de charge, en particulier si vous êtes amené à vous déplacer régulièrement.

## *LE TABLIER À BARBE*

---

Les fameux "poils dans le lavabo" figurent aisément dans le top 5 des sources de dispute clichés au sein d'un couple. Il est pourtant facile d'éviter ce désagrément en utilisant un tablier à barbe.

Cet accessoire est très simple d'utilisation puisqu'il vous suffit de le passer autour du cou, puis de l'attacher au miroir de votre salle de bain à l'aide des ventouses fournies. Une fois l'entretien de votre barbe terminé, décrochez le tablier à barbe et jetez les poils (ailleurs que dans le lavabo, du coup). Une astuce qui assurera la propreté de la salle de bain et qui vous épargnera des remarques répétitives allant à l'encontre de la bonne ambiance souhaitée.

# PRENDRE SOIN DE SA BARBE

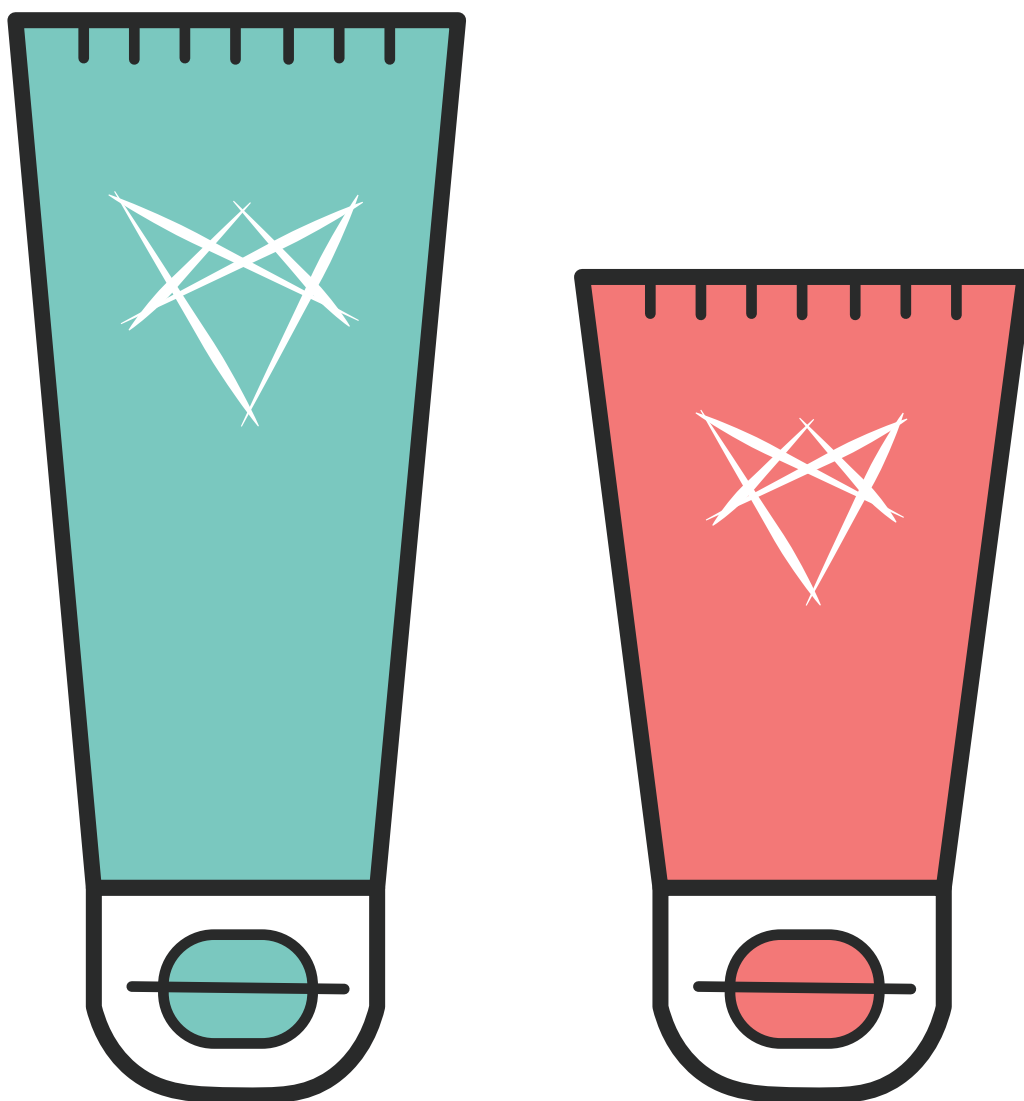
---



## PARTIE IV

---

# QUELS PRODUITS UTILISER POUR LA PEAU ?



## LE SOIN GOMMANT

---

L'entretien de votre barbe passe aussi par celui de la peau, et pas seulement par une toilette quotidienne en surface. Pour nettoyer votre visage en profondeur et vous débarrasser ainsi des peaux mortes, points noirs et autres impuretés, il est recommandé d'effectuer un gommage une voire deux fois par semaine. Vous pouvez le faire sous la douche, en massant délicatement votre visage par le biais de mouvements circulaires sans oublier de traiter la peau située sous votre barbe. Dans tous les cas, le gommage se pratique sur une peau bien humidifiée. Rincez-vous ensuite à l'eau claire.

Les soins gommants sont efficaces sur tous les types de peau. Veillez cependant à choisir un soin adapté. Si vous avez une peau sensible, ne frottez pas trop fort et évitez d'accomplir votre gommage après vous être rasé car vous ne ferez que irriter une peau déjà agressée au préalable.

L'action exfoliante du soin gommant aide à resserrer les pores de la peau afin d'éviter la formation de poils incarnés, d'éruptions cutanées et la survenue de démangeaisons. Le grain de votre peau sera affiné et les poils de votre barbe assouplis.

## LE SOIN HYDRATANT

---

Il est important d'hydrater sa peau régulièrement pour que celle-ci soit en bonne santé et que les poils poussent sur un terrain propice. Pour information, votre peau est composée à 70% d'eau. Avec le temps, l'épiderme se renouvelle de moins en moins bien et finit par s'assécher, ce qui provoque l'apparition de rides, entrave la pousse des poils et cause démangeaisons et autres irritations. De plus, la peau d'un homme est soumise au passage du rasoir ou de la tondeuse, ce qui la fragilise de façon récurrente. L'idéal est d'hydrater sa peau à la sortie de la douche, lorsque les pores sont bien ouverts. Prenez soin de chaque partie du visage, y compris celles qui ne sont pas recouvertes de poils : le front,

les pommettes, le nez ou encore le cou ont également besoin de cette hydratation. Si vous avez une peau sensible, évitez les gels ou solutions à base d'alcool car vous risquez le dessèchement de votre peau.

Si vous portez une barbe courte, nous vous recommandons d'utiliser un baume hydratant. Notez toutefois qu'il vous faudra bien masser votre visage pour que le baume pénètre bien dans votre peau et qu'il ne vous reste pas de résidus sur vos poils. Enfin, si vous arborez une barbe plus longue, orientez-vous plutôt vers une huile à barbe, en faisant attention à bien la faire pénétrer pour que votre peau en profite autant que vos poils.

# QUELS PRODUITS UTILISER POUR LE POIL ?







## LE SHAMPOING À BARBE

---

Vous pensiez pouvoir laver votre barbe en utilisant le même shampoing que pour vos cheveux ? Que nenni ! La plupart des shampoings pour cheveux contiennent des produits chimiques et des détergents agressifs qui peuvent à la fois irriter la délicate peau de votre visage mais aussi dessécher vos poils. En effet, la peau du visage est différente de votre cuir chevelu ou de celle du reste du corps. Elle a donc des besoins spécifiques, de la même façon que les poils de votre barbe, qui sont différents de vos cheveux. En revanche, il existe des shampoings spécialement conçus pour hydrater votre barbe, la nettoyer en douceur et en prendre soin en lui donnant un aspect propre, doux et éclatant.

Au moment de votre douche, versez une noisette de shampoing à barbe dans la paume de votre main, puis massez votre barbe avant de laisser agir pendant au moins une minute. Rincez ensuite en utilisant de préférence de l'eau tiède. En effet, une eau trop chaude pourrait non seulement agresser votre peau mais aussi fragiliser vos chers poils de barbe. Si ces derniers ont tendance à friser, il est recommandé d'utiliser une eau plus froide (si vous êtes du genre frileux, rappelez-vous que c'est pour le bien de votre barbe). Enfin, pour sécher votre barbe, tapotez-la délicatement à l'aide d'une serviette ou utilisez un séchoir en respectant tout de même une certaine distance (au moins 30 centimètres).

Concernant la récurrence, un lavage par semaine peut suffire et vous pouvez aller jusqu'à 2 ou 3 shampoings par semaine. Veillez à utiliser un shampoing de qualité en privilégiant les produits naturels comme l'huile d'argan, de jojoba ou de coco. Pour votre toilette, il existe également des savons à barbe qui prendront soin de votre peau et de vos poils de la même façon. À vous donc de voir si vous préférez utiliser un produit liquide ou solide.

Attention : le shampoing à barbe (comme le savon à barbe) va retirer les saletés présentes dans votre barbe, le surplus de sébum mais aussi les bonnes huiles naturelles protégeant vos poils. Il est donc recommandé d'utiliser une huile à barbe une fois que votre barbe est propre et bien séchée.

## L'HUILE À BARBE

---

L'huile à barbe aide à remplacer l'huile naturelle produite par le corps qui est éliminée lorsque vous nettoyez votre barbe. En outre, le massage effectué lors de son application encourage la circulation sanguine qui participe à l'hydratation de la barbe. Cette action sera donc aussi bien bénéfique pour le poil que pour la peau. Les huiles essentielles entrant dans la composition de certaines huiles à barbe ne possèdent pas de propriétés particulières. Elles servent uniquement à parfumer la solution. À vous de voir si vous préférez opter pour des senteurs boisées ou des tons plus fruités.

En plus de parfumer votre barbe, l'utilisation d'une huile vous permettra d'accélérer la pousse. Pour une barbe en bonne santé, appliquez-en quelques gouttes une fois par jour en massant pendant plusieurs secondes. Passez vos doigts entre les poils pour que l'huile atteigne la peau, qui a elle aussi besoin d'être choyée. L'huile laissera une fine couche protectrice sur les poils, les rendant plus doux, plus brillants et plus faciles à dompter. Elle renforce aussi la cuticule pilaire (la couche externe de vos poils) pour combattre et prévenir les noeuds, tout en réduisant l'électricité statique.

*Il existe différents types d'huile à barbe que vous pouvez choisir en fonction des qualités principales des huiles organiques utilisées :*

- *L'huile de jojoba, très utilisée dans les cosmétiques pour ses propriétés proches de celles du sébum, est riche en vitamines A, D et E. Elle protège votre peau ainsi que vos poils en les empêchant de se dessécher.*
- *L'huile de ricin aide à la pousse de la barbe tout en évitant pellicules et démangeaisons.*
- *L'huile d'argan lutte contre le dessèchement des poils en permettant à votre barbe d'être plus douce et mieux nourrie.*
- *L'huile de noix de coco redonne de la force aux poils avec un apport en protéines. Sa texture agréable, son pouvoir hydratant et son odeur gourmande jouent en sa faveur.*
- *L'huile d'amande aide à lutter contre la peau sèche et les démangeaisons. À privilégier si vous avez des problèmes de peau.*
- *L'huile de pépin de raisin, moins grasse, possède des propriétés anti-inflammatoires, participe à la réparation du poil et réduit l'acné.*
- *L'huile d'olive, différente de celle utilisée en cuisine, hydrate vos poils, aide à les réparer en douceur et à lui redonner de l'éclat.*



## QU'EST-CE QUE LA VITAMINE E ?

Naturellement présente dans de nombreux aliments, la vitamine E se retrouve le plus dans les huiles végétales et agit comme un antioxydant. Elle partage ce rôle avec la vitamine C, mais cette dernière n'est pas liposoluble : la vitamine C est rapidement éliminée par l'organisme car elle n'est pas soluble dans les graisses, contrairement à la vitamine E qui est plus facilement absorbée dans les graisses et peut ainsi être mieux stockée par le corps.

La vitamine E présente divers avantages mais nous nous attarderons ici sur ceux qui ont un lien avec la pilosité faciale. Nous en dégageons trois principaux.

Vous en avez déjà pleinement conscience, la barbe cause souvent de légères irritations qui parfois se transforment en inflammations. Outre les pointes des poils qui, se courbant, piquent la peau, ces démangeaisons peuvent provenir des radicaux libres. Nous n'entrerons pas dans les détails sur ce que sont ces éléments chimiques, sachez simplement qu'ils se forment naturellement et que la meilleure défense de l'organisme pour les contrer se trouve dans les antioxydants. La vitamine E est donc efficace pour lutter contre ces radicaux libres et ainsi diminuer les sensations de démangeaison.

De plus, elle agit aussi sur l'autre cause des irritations car elle renforce les poils. Cette action permet de limiter la formation de pointes fourchues qui agressent votre épiderme. L'effet revitalisant de la vitamine E permet aussi de favoriser la croissance et la bonne pousse des poils en améliorant le flux sanguin !

Enfin, grâce à ses propriétés hydratantes, la vitamine E hydrate non seulement les poils mais aussi la peau du visage, ce qui permet de se débarrasser des pellicules de barbe tout en offrant un terrain fertile pour votre pilosité.



## LA CIRE À BARBE ET MOUSTACHE

---

«CIRE, CIRE ! ON EN A GROS!»

Vous la connaissez peut-être aussi sous son nom anglais : *wax*. La cire est utilisée depuis les périodes antiques par les barbus et moustachus afin de discipliner et entretenir la partie la plus poilue de leur personnalité. Le plus souvent, elle est composée de cire naturelle comme la cire d'abeille, à laquelle sont ajoutés du savon, des huiles et divers ingrédients pour lui donner sa texture et son parfum.

L'intérêt d'une cire est qu'elle permet de véritablement maîtriser l'aspect de sa pilosité. En effet, plus les poils sont longs, plus ils auront tendance à n'en faire qu'à leur tête et ce, malgré vos efforts pour les peigner/brosser le plus régulièrement possible. De part sa texture et sa composition, la cire permet de maintenir les poils en place afin de conserver une pilosité à l'allure propre avec un beau mouvement.

Mais les avantages d'une cire ne s'arrêtent pas là ! En effet, selon sa composition, elle servira également à nourrir le poil pour lui donner brillance et souplesse et le protéger de la déshydratation au cours de la journée.

Avant d'appliquer la cire, pensez à nettoyer votre barbe. Rincez-la sous l'eau puis utilisez un shampoing à barbe avant de sécher le tout. La cire fonctionnera nettement mieux sur une barbe propre et sèche. Servez-vous ensuite d'un peigne ou d'une brosse pour dénouer la barbe et la lisser. Vous pourrez alors appliquer votre huile à barbe si vous en avez. Sortez ensuite votre cire et prenez-en une noisette avec votre index. Parce qu'elle est assez épaisse, vous devrez d'abord chauffer la cire entre vos doigts en malaxant pour la ramollir. Vous pourrez alors l'appliquer sur toute la surface de votre barbe pour la sculpter. Si vous cherchez une forme particulière pour votre moustache, comme pour la Dali, la moustache en croc, en guidon, etc., commencez par appliquer la cire sur les pointes pour fixer les extrémités puis remontez le long des poils pour modeler le tout. N'hésitez pas à faire plusieurs passages pour que le poil absorbe la cire et conserve bien la forme donnée.

Enfin, vous pourrez utiliser votre peigne délicatement pour retirer un éventuel surplus de cire qui rendrait votre barbe grasse. Avec le temps, vous apprendrez quelle quantité de cire vous devez employer et vous n'aurez pas de surplus à retirer !

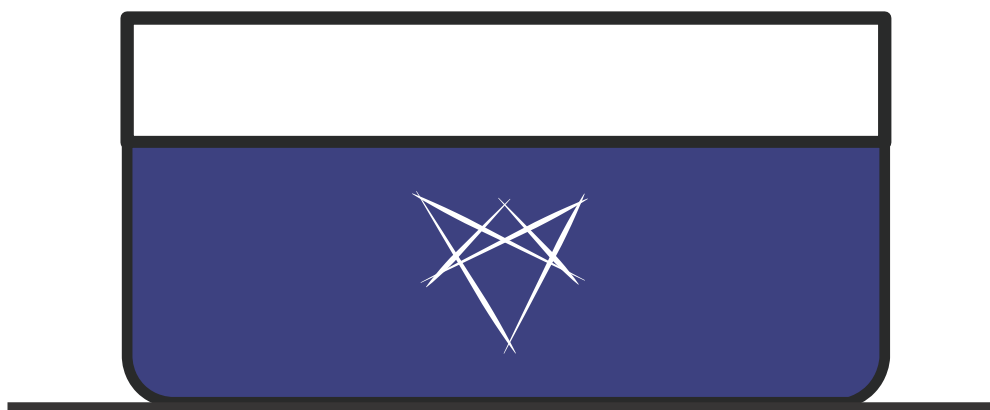
## LE BAUME À BARBE

---

Maintenant que connaissez l'existence de l'huile à barbe et de la cire à barbe, vous vous demandez sûrement ce que peut être le baume à barbe. Voyez ça comme une sorte de pâte revitalisante.

Le baume à barbe convient particulièrement aux barbes longues et bien fournies. En plus d'un mélange d'huile qui nourrit, hydrate et parfume, celui-ci vous permet également d'appivoiser votre barbe en offrant une légère fixation (si vous souhaitez un effet fixant plus affirmé, orientez-vous vers la cire à barbe). Le baume s'avère donc très utile pour discipliner les barbes aux poils rebelles, sans toutefois la fixer de manière trop stricte.

Pour l'appliquer, placez une noisette de baume entre vos doigts, de la même façon que pour la cire à barbe ou à moustache. Frottez le baume entre vos doigts jusqu'à ce qu'il chauffe, puis passez vos doigts dans la barbe en effectuant un léger massage.



# UNE BREVE HISTOIRE DE LA PILOSITÉ FACIALE



# LA BARBE À TRAVERS LES ÂGES

A l'instar de nombreuses coutumes, l'histoire de la barbe fascine par la diversité qu'elle propose. Si nos poils faciaux ont joui de périodes de grande popularité au cours du temps, ils ont aussi connu leurs moments de disgrâce. Aussi, le style n'a pas toujours été la raison principale pour se laisser pousser la barbe, qui a pu revêtir des aspects pratiques dans le passé.

Alors que l'utilité de la barbe a diminué avec l'émergence des civilisations, son intérêt stylistique a commencé à se développer. Portée comme un symbole de virilité, reflet d'un certain statut ou tout simplement en tant qu'objet de mode, sa réputation a bien souvent été faite ou défaite par les classes dirigeantes.



## LA PRÉHISTOIRE

La barbe a eu de multiples fonctions au cours de l'histoire humaine. Chez les premiers hommes, se laisser pousser la barbe avait pour but de garder le visage au chaud face aux températures extrêmes.

La barbe avait également un rôle de protection, notamment contre le sable, la poussière ou encore les rayonnements du soleil. La barbe servait probablement aussi à intimider lors de conflits, en présentant un aspect plus virulent à l'ennemi.

En effet, la pousse des poils sur le visage renforce l'aspect de la mâchoire en exagérant ses traits.

Toujours dans le cadre des combats, un coup porté au visage était en outre plus ou moins absorbé par une barbe bien fournie, la rendant opportune sur le champ de bataille. Vous noterez que cette fonction peut toujours être salutaire si vous vous retrouvez au milieu d'une scène de baston aux abords de votre boîte de nuit locale.

# DANS LES CIVILISATIONS ANCIENNES

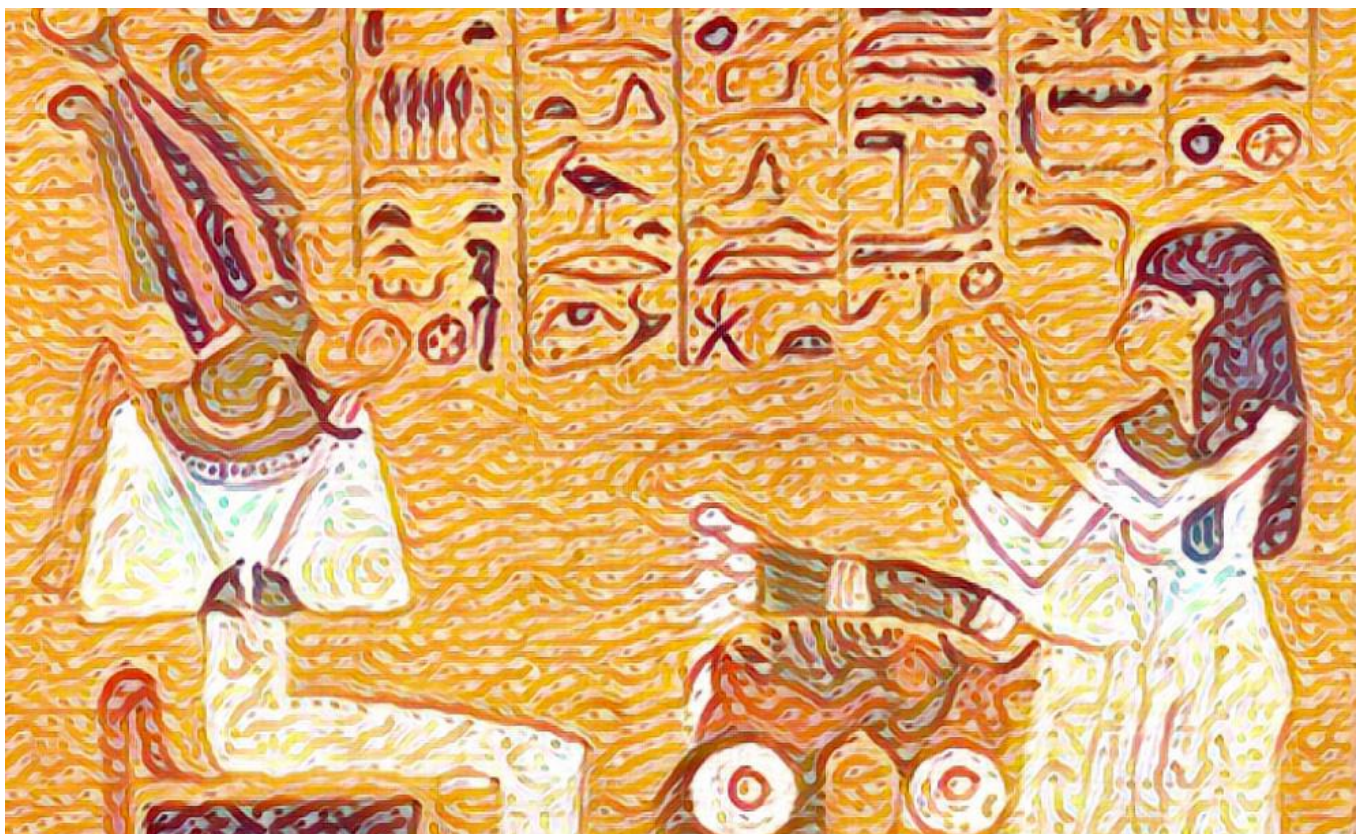
À cette époque, les barbes étaient généralement vénérées et leurs porteurs respectés. Dans le même temps, raser la barbe d'un homme constituait une punition répandue lorsque celui-ci avait commis un méfait.

Cela dit, en Égypte ancienne, les hommes étaient généralement imberbes, principalement pour des raisons hygiéniques. En revanche, les divinités étaient représentées avec une barbe postiche à l'allure allongée, connue sous le nom de *khebesout*. Le pouvoir divin du Pharaon lui conférait également ce privilège et ce même lorsqu'il s'agissait d'une femme.

Pendant ce temps, en Inde ancienne, on accorde encore assez peu d'importance aux vêtements, mais les hommes se laissent pousser de longues barbes pour impressionner leurs pairs et symboliser leur sagesse.

Dans la Grèce antique, la barbe a également la côte. Elle orne les visages des dieux et des héros tels qu'Ulysse ou Hercule, sous la forme d'une toison virile. Elle n'est cependant pas réservée à n'importe qui, puisqu'elle est alors l'apanage de la noblesse, des philosophes (en tant que symbole de sagesse) et des guerriers (comme marqueur de courage et de virilité).

On relèvera tout de même l'anecdote de ce combat au cours duquel Alexandre le Grand fit raser tous ses soldats avant d'affronter l'armée perse de Darius III dans la plaine de Gaugamèles. Alexandre remarqua en effet que l'ennemi attrapait les barbes de ses soldats dans le but d'avoir prise sur eux. Le choix du roi de Macédoine de faire raser ses troupes s'avéra payant puisque les Perses furent définitivement vaincus à l'issue de cette bataille décisive.





## L'INFLUENCE ROMAINE

Si les Romains des débuts de la République portaient la barbe, le rasage devint une coutume à partir du II<sup>e</sup> siècle avant J.C. avec l'essor du tonsor (le barbier de l'époque). À mesure que les frontières de l'Empire Romain s'étendaient, l'estime portée à nos chers poils faciaux s'estompait. En suivant la pratique de leur empereur, la plupart des Romains affichaient alors un visage glabre.

Parallèlement et contrairement à l'influence de l'Empire Romain, la popularité de la barbe a connu un déclin puis une ascension au sein du monde civilisé.

Ainsi, lorsque les Romains envahissent la Gaule, les résidents arborent d'épaisses moustaches qu'ils abandonneront pour s'accorder avec les us romaines.

L'exception notable se produit lorsque Hadrien arrive au pouvoir au II<sup>e</sup> siècle après J.C. L'empereur porte alors la barbe pour cacher les cicatrices de son visage. En signe d'allégeance et de respect, de nombreux citoyens suivent l'exemple et adoptent la barbe. Cette mode s'efface puis revient par la suite, en fonction du César en place.

## MOYEN-ÂGE ET TEMPS DES ROIS

Pendant le Moyen Âge, il devint à nouveau monnaie courante de cultiver la barbe au sein des classes supérieures. Les chevaliers étalent notamment leurs poils faciaux comme un signe de virilité et d'honneur.

Au moment de la Renaissance, cependant, le vent du changement s'oppose à la culture de la barbe et la plupart des hommes sont de nouveau rasés. Différentes modes se succèdent au cours de ces siècles. Par exemple, lorsque Clovis, roi des Francs, se convertit au catholicisme, le port de la barbe courte se démocratise. Vient ensuite Charlemagne qui, bien que surnommé "Empereur à la barbe fleurie", est représenté sans poils faciaux sur les illustrations d'époque. Il semblerait en effet que celui-ci détestait la barbe et qu'il tenta plutôt de prescrire le port de moustaches effilées qui, peu pratiques, furent ensuite taillées. La barbe redevient tendance quelques temps avant que Guillaume le Conquérant ne décrète le rasage obligatoire au commencement de son règne.

Peu après, le doge de Venise va même jusqu'à condamner les barbus au pilori. Une mesure qui en dissuadera plus d'un de se laisser pousser la barbe. Elle reviendra tout de même en odeur de sainteté au XVI<sup>e</sup> siècle, lorsqu'elle se voit adoptée par le clergé. Si l'Église avait banni le port de la barbe depuis plusieurs siècles, voilà que le pape Jules II se met à porter une barbe longue qui convertira de nombreux officiels de la religion catholique de l'époque.

La tradition de la barbe et de la moustache sera entretenue par différents rois, dont François I<sup>er</sup> et Henri IV. Débute ensuite le règne de la moustache, jusqu'à l'avènement de Louis XIV. Enfin, lors de la Révolution française, le port de la barbe est fortement déconseillé sous peine de finir sous la guillotine, affectueusement surnommée "grand rasoir national".

# DANS LES CIVILISATIONS ANCIENNES

À cette époque, les barbes étaient généralement vénérées et leurs porteurs respectés. Dans le même temps, raser la barbe d'un homme constituait une punition répandue lorsque celui-ci avait commis un méfait.

Cela dit, en Égypte ancienne, les hommes étaient généralement imberbes, principalement pour des raisons hygiéniques. En revanche, les divinités étaient représentées avec une barbe postiche à l'allure allongée, connue sous le nom de *khebesout*. Le pouvoir divin du Pharaon lui conférait également ce privilège et ce même lorsqu'il s'agissait d'une femme.

Pendant ce temps, en Inde ancienne, on accorde encore assez peu d'importance aux vêtements, mais les hommes se laissent pousser de longues barbes pour impressionner leurs pairs et symboliser leur sagesse.

Dans la Grèce antique, la barbe a également la côte. Elle orne les visages des dieux et des héros tels qu'Ulysse ou Hercule, sous la forme d'une toison virile. Elle n'est cependant pas réservée à n'importe qui, puisqu'elle est alors l'apanage de la noblesse, des philosophes (en tant que symbole de sagesse) et des guerriers (comme marqueur de courage et de virilité).

On relèvera tout de même l'anecdote de ce combat au cours duquel Alexandre le Grand fit raser tous ses soldats avant d'affronter l'armée perse de Darius III dans la plaine de Gaugamèles. Alexandre remarqua en effet que l'ennemi attrapait les barbes de ses soldats dans le but d'avoir prise sur eux. Le choix du roi de Macédoine de faire raser ses troupes s'avéra payant puisque les Perses furent définitivement vaincus à l'issue de cette bataille décisive.



# XIX<sup>e</sup> ET XX<sup>e</sup> SIÈCLE

Au XIX<sup>e</sup> siècle, la barbe redevient finalement tendance, même si elle reste défendue à certains corps de métiers tels que les avocats, les notaires ou les comédiens. Au cours du siècle, le port de la barbe pleine se développe, notamment auprès de diverses sommités qui y voient l'occasion de refléter un signe de leur pouvoir.

Le poil s'affiche d'ailleurs sur les visages de grandes personnalités mondiales telles que le président américain Abraham Lincoln, l'empereur allemand Frédéric III ou le premier Président de la République française Napoléon III (qui sera également le dernier monarque du pays, sous le titre d'Empereur). Le penseur Karl Marx, le romancier Charles Dickens ou le compositeur Giuseppe Verdi font également des adeptes et contribuent à populariser la barbe au sein des différentes classes sociales.

Au début du XX<sup>e</sup> siècle, le port de la barbe régresse, en partie en réponse aux événements qui dominent le monde à cette période. Si l'on désigne les soldats français de la Première Guerre Mondiale sous le nom de poilus, la barbe est en réalité rapidement

interdite aux soldats dans les tranchées, car elle entrave le port du masque à gaz devenu crucial. À la fin de la guerre, les soldats rentrent chez eux sans barbe et l'usage restera globalement inchangé jusqu'à la Seconde Guerre Mondiale. Peu après, le mouvement *beatnik* adopte la barbe comme un étendard de lassitude, qui sera repris de manière plus contestataire par les hippies.

On peut dire que le port de la barbe a atteint son zénith à la fin des années 60, lorsque les très influents "quatre garçons dans le vent" des Beatles ont adopté le poil facial. Inévitablement, le groupe s'est séparé et la prévalence de la barbe s'en est allée.

S'en suit un timide retour de la barbe de 3 jours pendant les années 90, puis une période où le poil se retrouve nettement évincé des visages avec, en apothéose, la mode de l'homme métrosexuel, lisse et propre. Au Royaume-Uni, le terme de *beardism* apparaît même dans une circulaire du ministère de l'Intérieur datant de 2001, préconisant d'éviter le recrutement de fonctionnaires barbus.

“ Avant d'être le soldat de la Marne, le « poilu » est le grognard d'Austerlitz, ce n'est pas l'homme à la barbe inculte, qui n'a pas le temps de se raser, ce serait trop pittoresque, c'est beaucoup mieux : c'est l'homme qui a du poil au bon endroit, pas dans la main ! ”

Albert Dauzat dans *L'Argot de la guerre*, d'après une enquête auprès des officiers et soldats

## ÇA S'EN VA ET ÇA REVIENT

Dans une société où tout va très vite, les modes se font et se défont à vitesse grand V. C'est ainsi que, récemment, l'histoire des barbes a pris un virage à 180°. Le poil jouit d'une acceptation retrouvée au sein de la société, à condition d'être entretenu. Le mouvement hipster et l'opération Movember (qui était à la base un simple défi visant à porter l'attention sur les problèmes de santé masculins, notamment le cancer de la prostate) ont contribué à la repousse des poils sur le visage des hommes.

Peut-on encore parler de mode de la barbe ? Il semblerait en effet que ce qui pouvait être perçu comme un penchant passager laisse place à une acceptation plus durable et à un style de vie ancré dans le temps.

À l'heure où chacun a la possibilité d'exprimer son originalité, il n'est plus question d'un type de barbe unique, mais d'une multitude de styles pouvant prendre vie sur nos figures. Si la barbe se démarque, c'est aussi parce qu'elle détonne après de longues années où le rasage de près était devenu la norme. Aujourd'hui, la barbe n'est plus un signe contestataire et, dépolitisée, elle est plus facilement acceptée socialement.


Reste à savoir si le poil persistera ou si, comme certains nous l'annoncent, l'avenir sera à une société aseptisée au sein de laquelle il n'aura plus sa place.

Les cycles alternatifs de popularité du poil tout au long de l'histoire rappellent directement le processus biologique de pousse. L'adoption de la barbe par les hommes a en effet suivi les mêmes schémas alternant et répétant en boucle des périodes de dormance, de prééminence et de détérioration.

Combien de temps va durer la tendance de la barbe et que se cache-t'il derrière ? Difficile à dire. La masculinité est-elle en danger, affectée par les pressions de la vie moderne et le déplacement des barrières sexuelles et émotionnelles ? Cela s'inscrira sans aucun doute comme une énième évolution des styles de poils faciaux à travers le temps.

Après tout, on ne peut pas y échapper : la façon dont les hommes se voient à n'importe quel moment de l'histoire est clairement imprimée sur leurs visages.

# LE RÔLE DU BARBIER




Seule Edition conforme  
aux Représentations  
du Théâtre National  
de l'Opéra-Comique.

# LE BARBIER DE SÉVILLE

(OU LA PRÉCAUTION INUTILE)

Opéra-Comique en 4 Actes  
Traduction Française de  
CASTIL-BLAZE  
MUSIQUE DE

# ROSSINI



*Prix net: 15fr*

## AUX ORIGINES

---

Depuis les périodes antiques, les hommes ont fait commerce du rasage. En effet, il était peu commun pour un homme de s'occuper lui-même de sa pilosité, les ustensiles adéquats étant difficile à se procurer et à manier. Ainsi naquit toute un panel de professions très diverses qui s'entrecroisent.

Jamais alors n'avait-on vu un professionnel ne s'occuper que des cheveux ou de la barbe. En effet, les barbiers de l'époque étaient en réalité des médecins, chirurgiens, sages-femmes etc. Il n'était pas rare qu'un érudit quelconque occupe une profession que l'on qualifierait aujourd'hui de mixte : guerrier-chirurgien ou sage-femme-serveuse, par exemple.

Celui qui coupe la barbe durant l'Antiquité et jusqu'au Moyen Âge n'est donc pas barbier, mais bien un professionnel de santé, qu'il soit herboriste, alchimiste, maître d'école ou même palefrenier.

## LE BARBIER-CHIRURGIEN

---

A partir du XII<sup>e</sup> siècle, un début de spécialisation s'opère dans le milieu médical. L'on différencie alors ceux que l'on nomme les chirurgiens de "robes longues", dont le statut n'est accessible que par concours, de ceux dits de "robes courtes", dont font partie les barbiers, qui ne peuvent s'occuper que des interventions les plus minimales.

Difficile d'y voir clair dans ces périodes troubles, mais tout porte à croire que la profession de barbier émerge progressivement en se spécialisant davantage. Au XIII<sup>e</sup> siècle, nous trouvons

trace à Montpellier d'une des premières mentions du terme de "barbier-chirurgien", dont la profession aurait semble-t-il inclus le rasage, la pratique des saignées, ainsi que le traitement des plaies et infections visibles sur la peau et les orifices.

Ces professions se chevauchent de par des pratiques communes, ce qui entraîne des rivalités entre les différentes "castes" aux philosophies parfois très différentes. Au cours des siècles, le barbier aura de nouveaux rôles différents, souvent liés à la médecine.

## *LE POIL, LE POIL RIEN QUE LE POIL*

---

Finalement, ce n'est que tardivement qu'apparaît le barbier que nous connaissons aujourd'hui, dont le corps de métier consiste véritablement à s'occuper de la pilosité.

En effet, durant le XVII<sup>e</sup> et XVIII<sup>e</sup> siècle, les barbiers se désintéressent de la pratique des actes médicaux et chirurgicaux pour ne s'intéresser qu'à la coupe des poils : les véritables barbiers et coiffeurs modernes apparaissent.

Avec la Renaissance, ils deviennent également perruquiers, le port de la perruque devenant très répandu.

Durant le XIX<sup>e</sup> siècle, la profession gagne en organisation. De simples boutiques et échoppes émergent quelques chaînes, puis des associations, des écoles de coiffures et enfin des syndicats au cours du XX<sup>e</sup> siècle.

## *DÉLIQUESCENCE ET RETOUR EN GRÂCE*

---

Au gré des modes capillaires qui se font et défont, le barbier en subit fatalement les conséquences. Durant toute une partie du XX<sup>e</sup> siècle, la barbe est peu portée et la technologie permet à chaque homme de s'occuper lui-même facilement de sa barbe. Le rasoir coupe-choux (dur à manier et de fait presque exclusivement réservé aux seuls professionnels) cède la place au rasoir à lame(s) que nous connaissons, un outil plus pratique pour le commun des barbus. Puis vint le temps des rasoirs jetables et des rasoirs électriques, qui finissent d'enterrer la profession de barbier. Les boutiques disparaissent alors peu à peu.

Mais le début du XXI<sup>e</sup> siècle voit ressurgir le métier grâce à l'émergence, en particulier, du mouvement hipster, qui rendra ses lettres de noblesses à la barbe. La profession de barbier redevient tendance et les boutiques fleurissent à nouveau. On n'y vient non plus seulement pour la taille elle-même, mais aussi pour bénéficier des conseils de ces passionnés ainsi que pour discuter des accessoires et soins pour barbe qui accompagnent le retour de la profession : brosses, peignes, huiles et autres baumes...

*Avec Sapiens, prenez le contrôle de votre pilosité et maîtrisez les techniques des professionnels. Combinez nos accessoires de qualité à nos conseils pratiques et devenez l'expert de votre propre barbe.*



## QUI SOMMES-NOUS ?

---

*Eve, Kira, Clément, Kaloust, Matthias, Maxime,  
Nicolas, Olivier, Sylvain, Tom*

*Nous croyons à la simplicité.*

*Nous croyons que la relation client continue bien après le paiement.*

*Nous croyons aux actes plutôt qu'aux paroles.*

*Nous croyons à la fin des quiproquos.*

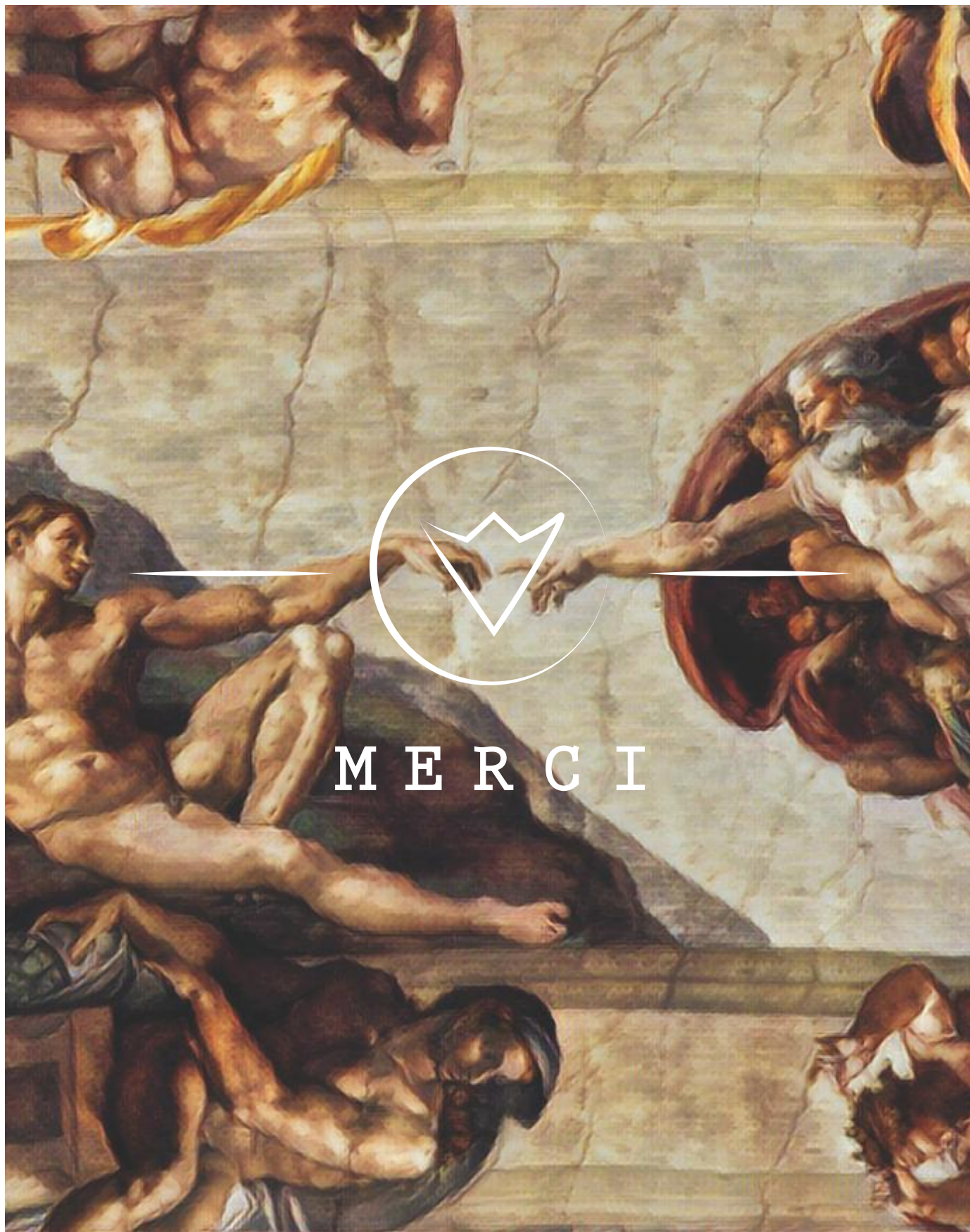
*Nous croyons que l'individu peut faire briller sa barbe lui-même.*

*Nous croyons en vous, nous croyons en nous.*

***Vous êtes votre propre barbier, nous sommes Sapiens.***



S A P I E N S



W W W . T H E S A P I E N S . F R