



**LE VIRUS
DE LA RECHERCHE**
COSMETHICS

CORINNE DÉCHELETTE & AKIRA DATE

SUR LA VOIE DU *HADADO*

Oh! La peau!

Au Japon et en France

Une mini-série Cosmethics (2/4)

PUG

La série **COSMETHICS**
fait partie de la collection **LE VIRUS DE LA RECHERCHE**

Directrice de la série: Anne-Marie Granet

Directeur de la collection: Alain Faure

Directeur de la publication: Alain Faure

Mise en page: Catherine Revil

Réalisé dans le cadre du *Cross Disciplinary Programm* «Cosmethics» dirigé par Catherine Belle, Anne-Marie Granet, Sophie Pasini et Walid Rachidi.

Publié avec le soutien de l'ANR et du CNRS dans le cadre du plan France Relance.

ISBN 978-2-7061-5764-6 (e-book PDF)

ISBN 978-2-7061-5765-3 (e-book ePub)



© PUG, mai 2025

5, rue de Palanka – F-38000 Grenoble

www.pug.fr

COSMETHICS

UNE SÉRIE DE LA COLLECTION VIRUS DE LA RECHERCHE

Des innovations scientifiques et industrielles aux normes sociales, comprendre les enjeux et les défis du secteur cosmétique.

Placée sous le patronage du CNRS, cette nouvelle série d'e-books propose des articles inédits signés par des chercheurs de tous horizons (chimistes, informaticiens, médecins, mais aussi historiens, psychologues, anthropologues, etc.) dans une perspective interdisciplinaire.

À la suite des travaux du CDP « Cosmetics » – qui rassemble près de 40 chercheurs de diverses disciplines et des entreprises de la filière –, ces textes courts visent à partager les connaissances autour de la cosmétique et de la peau, au croisement entre beauté, bien-être et santé, au carrefour des sciences expérimentales et des sciences humaines et sociales.

Montrer comment les disciplines s'interfécondent lorsqu'elles approchent ensemble le même objet, comprendre comment leurs démarches, leurs défis, leurs problématiques peuvent s'éclairer, identifier de nouvelles approches innovantes en changeant de perspective, tel est l'objectif de la série Cosmetics, dans le cadre plus large des thématiques Santé et humanités.

Dans cette dynamique, une approche interculturelle a été développée en partenariat avec des chercheurs japonais, afin d'explorer la peau et les rituels de soin sous l'angle des traditions et des pratiques spécifiques à chaque culture.

Bonne lecture à tous!

OH ! LA PEAU ! AU JAPON ET EN FRANCE

Dans le prolongement de la mini-série « Oh ! La peau ! » de la série *Cosmethics*, ces virus plongent dans les représentations et les usages de la peau au Japon et en France.

Dans cette mini-série de 4 e-books, **Corinne Déchelette**, pharmacienne spécialisée en cosmétologie, docteur ès sciences en biologie cutanée, licenciée en philosophie et membre du comité scientifique du programme transdisciplinaire « *Cosmethics* », et **Akira Date**, pharmacien spécialisé en cosmétologie, en science de la fermentation et en recherche dermatologique, docteur en bio-ingénierie et directeur général du *Fermentation and Science Research Center* (FSRC), proposent un éclairage historique et contemporain inédit sur les racines, les couleurs, les textures et les rituels de la peau dans les deux pays.

À L'ORIGINE DES MOTS

SUR LA VOIE DU *HADADO*

DANS LA PROFONDEUR DU NOIR

L'ÉCLAT DU ROUGE ET L'IDÉAL DU BLANC

SUR LA VOIE DU *HADADO*

CORINNE DÉCHELETTE ET AKIRA DATE

Au Japon, le concept du *do* (道), qui se traduit par « voie » ou « route », est un principe fondamental qui s'applique à de nombreux domaines. Cependant, son sens profond dépasse celui de la simple direction ou du chemin. Le *do* désigne avant tout la quête de la maîtrise à travers un entraînement rigoureux, au cours duquel gestes techniques et état d'esprit particulier se conjuguent. Cette philosophie de maîtrise se retrouve également dans l'approche de la beauté de la peau. C'est le *hadado*, littéralement la « voie (*do*) de la peau (*hada*) ».

Transmis de génération en génération entre les femmes, le *hadado* vise à atteindre à la fois une « belle peau » et un « bel esprit ». L'adage japonais « votre peau est le reflet direct de la façon dont vous vous traitez » souligne l'intime connexion entre la peau et l'esprit.

Le *kobido*, le *Do* appliqué au massage de la peau

Le *Do* se retrouve aussi incarné dans des disciplines comme le *sa-do*, c'est-à-dire la voie du thé. Dans ce contexte, maîtriser uniquement la technique (ou *jutsu*) de la cérémonie du thé ne suffit pas. Il faut également chercher à trouver le *do*, l'essence spirituelle de la pratique, et progresser dans cette voie. Le *sa-do* permet ainsi de saisir l'état d'esprit japonais et de comprendre l'essence de la culture japonaise, un monde où le raffinement extrême coexiste avec une simplicité profonde.

Le *do* incarne une quête incessante de maîtrise à travers l'entraînement, dans des domaines variés. Cette recherche de perfection a donné naissance à des disciplines telles que le *ju-do* et le *ken-do* – autrefois appelées *ju-jutsu* et *ken-jutsu* – marquant le dépassement de la seule technique au profit d'un véritable art de vivre, où l'état d'esprit joue un rôle essentiel dans le dépassement de soi.

Concernant la peau, on trouve le *kobido*. C'est l'art ancestral du massage japonais, né au *xv^e* siècle, qui suit un protocole minutieux et précis. Traditionnellement

enseigné dans la maison Kobido au Japon, cet art se transmet de maître à élève depuis vingt-six générations. Le *Kobido* repose avant tout sur l'équilibre du *chi*, l'énergie vitale, que l'on cherche à harmoniser à travers des techniques spécifiques¹.

Les diverses techniques du massage *Kobido* se concentrent principalement sur le visage, le cou et le décolleté. Elles permettent de stimuler la micro-circulation cutanée et de réactiver la circulation sanguine et le flux lymphatique. Cela entraîne une meilleure oxygénation des tissus et favorise l'élimination des toxines, contribuant ainsi à une peau plus éclatante et revitalisée. L'un des effets les plus recherchés de ce massage est un lifting anti-âge naturel tout en respectant l'équilibre naturel de la peau.

Le rituel du *layering*

Aujourd'hui, le *hadado* se manifeste par la pratique du *layering* cosmétique, un rituel de soin de la peau profondément ancré dans les habitudes nipponnes. Les Japonaises suivent avec rigueur cette technique. C'est un procédé complexe qui consiste à superposer plusieurs couches de produits cosmétiques, en les espaçant de quelques minutes pour permettre à chaque produit de pénétrer profondément dans la peau. Chaque matin et soir, elles appliquent ainsi une dizaine de produits, couche par couche, pour un soin minutieux².

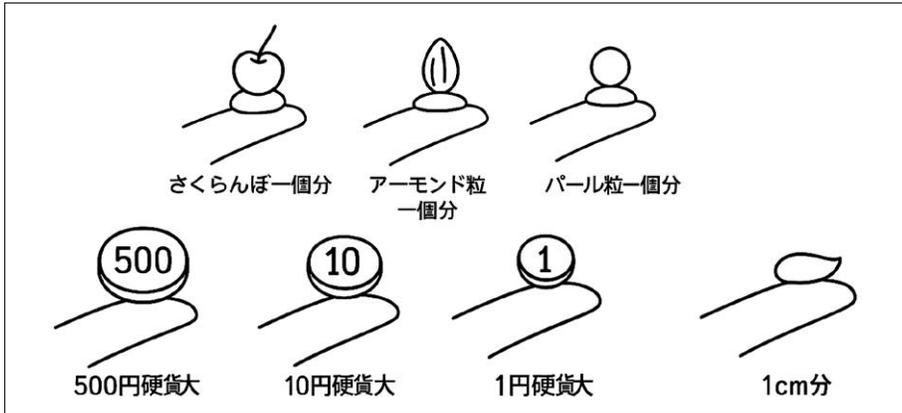
Inspirée du *hadado*, la routine de beauté japonaise est un véritable rituel visant la perfection du soin de la peau avec une attention extrême aux détails, caractéristique de la culture japonaise. Chaque geste est codifié avec précision : des schémas explicatifs détaillent les mouvements à effectuer, et même la quantité de produit à utiliser est soigneusement définie. Par exemple, la dose est souvent illustrée sur le packaging sous la forme d'une pièce de cent yens ou de grains de riz, soulignant l'importance d'une application juste et mesurée (voir **figure** ci-après).

En trois temps

Le *layering* prend au minimum 30 minutes matin et soir et se déroule en trois phases : l'hygiène, la transition vers le soin et le soin en tant que tel.

1. *Secrets de beauté de l'époque Edo*. Catalogue d'exposition « Maquillage et coiffure de l'époque Edo dans les estampes japonaises ». Maison de la Culture du Japon à Paris, 2020.

2. A. Redon, C. Déchelette, *Les immuables rituels de beauté japonais*, Japon infos, 2019.



Réalisation : Akira Date.

Le rituel commence par une hygiène méticuleuse. Les Japonaises pratiquent un double nettoyage ou *saho*, un procédé en deux étapes. Le premier nettoyage, effectué le matin avec une mousse nettoyante et le soir avec une huile démaquillante, permet d'éliminer le maquillage et les impuretés. Le second nettoyage, réalisé avec un gel nettoyant, permet de purifier davantage la peau. La mousse, essentielle pour un sentiment de propreté, est souvent obtenue à l'aide d'accessoires spécialement conçus pour créer une mousse fine et délicate.

Ensuite, les Japonaises appliquent une lotion hydratante pré-soin, véritable produit emblématique de la beauté japonaise. Ce geste fait la transition entre le nettoyage et les soins, visant à rééquilibrer la peau après contact avec l'eau et à la préparer à recevoir les soins cosmétiques ultérieurs. Cette lotion, à la texture gélifiée, est appliquée non pas avec un coton, mais directement avec les mains, en tapotant délicatement le visage pour favoriser une absorption optimale.

Puis, les Japonaises s'appliquent successivement chaque matin un sérum spécifiquement adapté au type de peau, un soin contour des yeux, une crème généralement unifiante ou dépigmentante, une crème photoprotectrice pour se protéger du soleil responsable de la formation de taches pigmentées brunes. Le soir, après le rituel du double nettoyage, les Japonaises utilisent volontiers des masques non tissés imprégnés d'actifs cosmétiques à laisser poser sur la peau pour un soin plus profond et relaxant.

Notons enfin que le climat japonais, avec des étés chauds et humides et des hivers secs et froids, influence fortement les textures des produits cosmétiques. Ainsi, chaque soin se décline en deux textures :

– le *sapari* procure une sensation « toucher net », légère et rafraîchissante ;

– le *shitori* offre une sensation « plus confortable et plus riche », idéale pour les saisons froides ou pour la peau nécessitant plus d'hydratation.

Cette distinction est plus subtile que la simple différence entre crèmes légères et riches que l'on trouve en France, car elle se concentre davantage sur la sensation cutanée que sur la composition lipidique des produits. Ainsi, au Japon, bien que cela puisse paraître paradoxal, la simplicité d'un beau visage et d'une peau parfaite repose sur une routine codifiée comprenant une multitude de produits appliqués dans un ordre très précis. Que ce soit pour le visage ou les cheveux, ce cérémonial profondément ancré dans les habitudes nippones incarne le *hadado*, où gestes techniques, bien-être et sens esthétique sont intimement liés. Ce rituel de beauté, à la fois complexe et raffiné, met en lumière l'importance de l'harmonie entre soin et esprit.

La French Touch avec Marie-Antoinette

Et en France ? Bien que le concept du *do* n'existe pas, les Françaises étaient reconnues pour leur art de prendre soin d'elles-mêmes. Il existait une véritable transmission inconsciente des secrets de beauté, de génération en génération, rendant la « beauté à la française » presque insaisissable. Ce n'était pas seulement une question de soins de la peau, mais un ensemble qui englobait l'apparence, une manière d'être, de se vêtir et de se mouvoir. La beauté à la française ne se limitait pas à l'esthétique de la peau, elle incarnait également une attitude et un style de vie unique³.

Cependant, si l'on se penche sur l'histoire du soin de la peau en France, on constate que la peau a été malmenée, dès le XVII^e siècle, avec l'utilisation de fards blancs toxiques (comme le blanc de céruse). Ce n'est qu'au XVIII^e siècle que la reine Marie-Antoinette instaure sa propre routine de soin en trois étapes : nettoyer, tonifier et hydrater. Ce fut un tournant majeur, car à partir de cette époque, la beauté de la peau fut indissociable de la santé de la peau, philosophie qui sous-tend la catégorie des dermo-cosmétiques inventés en France au milieu du XIX^e siècle et qui sont des cosmétiques qui se préoccupent avant tout de la santé de la peau⁴.

Découvrir d'autres titres de la collection [LE VIRUS DE LA RECHERCHE](#).

3. Nicolas de Blégny, *Livre commode des adresses de Paris*, II, 1691.

4. Catherine Lanoe, *La poudre et le fard : une histoire des cosmétiques de la Renaissance aux Lumières*, Broché, Champs Vallon éditions, 2008.