

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2009)
Heft: 8

Artikel: Ces rides qui vous trahissent
Autor: Kottelat, Isabelle
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-832318>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 21.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Ces rides qui vous

Les émotions tracent des sillons sur le visage et une carte des événements
Chacune creuse les traits en des endroits bien spécifiques. Souriez, si vous

Quand on dit d'un visage qu'il est marqué par la vie, ce n'est pas qu'une expression. Littéralement gravées dans la peau, les rides racontent l'histoire d'une personne. Tout œil un peu averti pourra ainsi y lire ce qu'elle a vécu de plus fort. Mais aussi reconnaître quelques traits de sa personnalité selon l'emplacement et la forme de ces sillons. C'est la thèse de Philippe Turchet, auteur de *Langage universel du corps*. Ce spécialiste de la communication non verbale a d'ailleurs fondé la synergologie il y a plus de dix ans, une discipline qui vise à comprendre les gens à partir de ce que leur corps exprime.

Bien sûr, dans la création des rides interviennent le relâchement des tissus dû à l'âge, l'influence du style de vie aussi – comme le soleil qui burine la peau des marins – et une part génétique. Mais cette part d'hérédité est très petites selon Philippe Turchet. Une nouvelle enquête réalisée par des chercheurs américains vient appuyer son propos. L'étude porte sur 186 «couples» de jumelles. Bien que «génétiquement programmés pour vieillir de la même manière», les vrais jumeaux ne présentent pourtant pas les mêmes empreintes du temps, concluent les scientifiques. Des événements de la vie, comme les divorces, influencent considérablement la carte des rides. Selon les spécialistes américains, c'est le stress qui reste le facteur le plus important en matière d'accélération du vieillissement.

Autrement dit si la vie transforme nos traits, c'est avant tout la faute aux émotions, traduit Philippe Turchet. Sous le coup de la colère ou de la tristesse, les muscles du visage se déplacent et créent des rides particulières et passagères. Mais si l'on vit régulièrement la même émotion, les traits, à force, se cristallisent, et les émotions restent imprimées.

Chaque émotion crée ses plis spécifiques

Chez quelqu'un qui éprouve de la crainte au quotidien, dont on dit volontiers que c'est un inquiet de nature, la peur gravera des rides sur le haut du front. Ses sourcils vont par ailleurs remonter, laissant apercevoir le blanc de l'œil, détaille le synergologue. Le stress provoque quant à lui des crispations, donc des rides, tout particulièrement sur la partie droite du visage, qui se ferme, se plie davantage que le côté gauche. Plus généralement,

les émotions négatives durcissent le visage et tracent des sillons verticaux : des plis qui tombent autour du nez, autour de la bouche, et entre les sourcils, un indice d'anxiété.



Meddy Popcom

Joie

Lorsque nous sommes joyeux ou excités, deux petites rides horizontales apparaissent juste sous les yeux, les faisant sourire.

trahissent

marquants de notre vie.
ne voulez pas qu'on sache tout de vous!

Est-ce à dire que les émotions positives ne marquent pas? «Les rides sont belles chez les gens heureux: elles rient! L'excitation fait par exemple une jolie ligne sous l'œil, qui rend la personne vivante, séduisante», répond Philippe Turchet. Mieux, la joie, le plaisir, la confiance et autres sensations agréables vont faire disparaître la plupart des plis! «Quand on est bien, nos rides sont moins visibles. Ce n'est pas pour rien qu'on dit de quelqu'un de crispé qu'il a les traits creusés! Et si vous n'avez aucune ou peu de rides à 50 ans, c'est que vous savez prendre la vie du bon côté!»

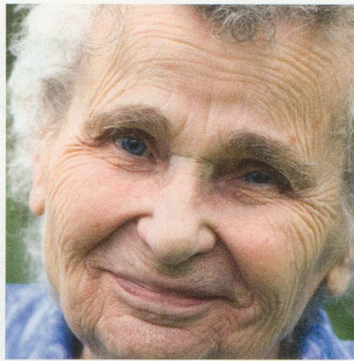
Le lifting est pervers

Cette philosophie vaut toutes les chirurgies esthétiques, selon Philippe Turchet. Et le Canadien de relever les effets pervers du lifting: en tirant les traits, cette opération les déplace et crée ainsi l'expression de fausses émotions. De quoi créer la confusion dans la communication. Quant aux injections de Botox, elles ont des effets tout aussi troublants. En faisant disparaître l'expression des émotions, elles annihilent par la même occasion, chez les personnes qui passent par la seringue, leur capacité à reconnaître les émotions des autres. Parce que «lorsque nous rencontrons quelqu'un, pendant 1/125^e de seconde, notre visage va épouser ses traits, explique le spécialiste du langage du corps. Ce procédé inconscient va nous permettre de savoir ce que l'autre ressent. Ça s'appelle l'empathie et c'est complètement impossible à une personne dont le visage est botoxé, figé, qui ne peut donc plus prendre les traits de l'autre.»

C'est notre histoire

Nos rides se révéleraient donc de précieux outils de communication. Et savoir les décrypter peut servir à entrer en dialogue, avec ses grands-parents par exemple, pour les amener à se raconter, imagine Philippe Turchet. «Les rides sont notre histoire. Elles ne trahissent pas, elles traduisent.»

A toutes celles et ceux qui ne souhaitent toutefois pas se livrer totalement ou qui cherchent à atténuer certains plis, il ne reste qu'à sourire! Ou à se lancer dans le yoga du visage: cette gymnastique en forme de grimaces, très en vogue aux Etats-Unis, mobilise les muscles du faciès en sens inverse des rides pour détendre les traits. **Isabelle Kottelat**



Alexander Rath

Tristesse

L'extérieur des paupières qui tombent – ou quand les sourcils se plient – l'un en accent aigu, l'autre en accent grave - traduit une tristesse imprimée.



Alexander Rath

Vie difficile

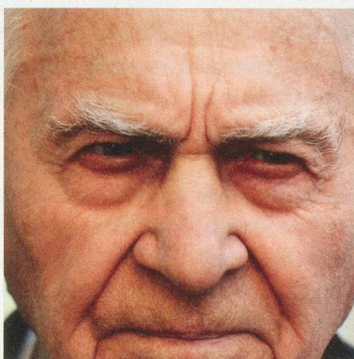
De longues rides verticales qui coulent comme des larmes sur les joues témoignent d'une vie difficile. C'est aussi une marque classique chez des gens qui ont beaucoup maigri.



Alexey Klementiev

Choc émotionnel

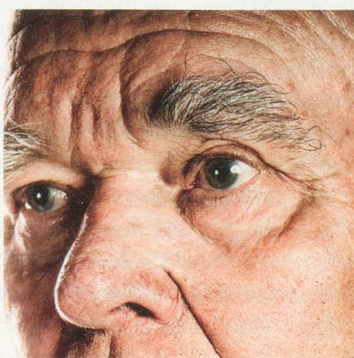
Tout le côté droit de cette femme s'est fermé suite à un gros stress. Le sourcil gauche qui monte révèle une personne pudique. Sous le coup d'un choc émotionnel, d'un événement très triste, c'est plutôt la paupière gauche qui tomberait.



Galina Barskaya

Colère

Une personne à tendance colérique sera reconnaissable à la petite ride horizontale, appelée la glabella, qui coupe le haut de son nez horizontalement.



Andrijs Idrjass

Peur

Chez les personnes craintives, angoissées, les rides du lion sont très marquées entre les sourcils qui, eux, remontent, tandis que des sillons se creusent sur le haut du front.