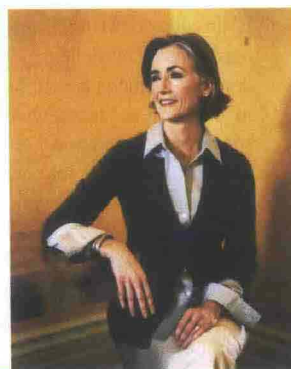
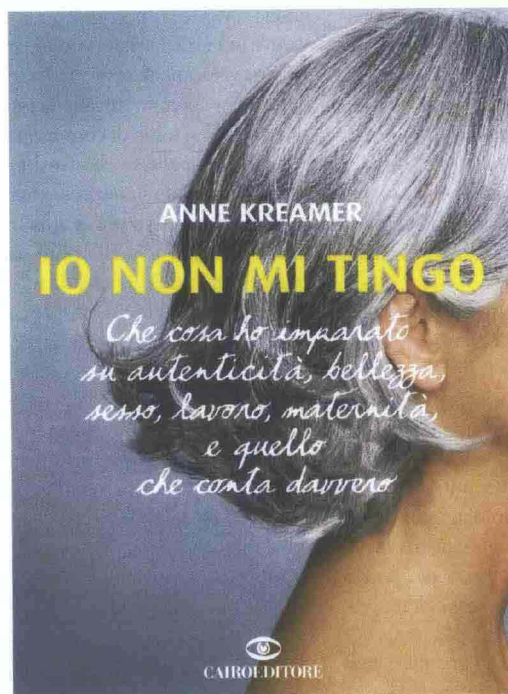


PACE

io mi piaccio così

DI PAOLA MARAONE

Accettarsi per come si è, per esempio smettendo di tingersi i capelli e vedendosi ogni giorno più belle e "vere". E scoprire che anche gli uomini apprezzano. Una giornalista americana ci ha provato. E lo racconta in un libro, già bestseller



E' pazzesco quante cose possa nascondere una tinta. Non solo i capelli bianchi ma l'insicurezza, la mancata accettazione di sé. La giornalista newyorkese Ann Kreamer, dopo un weekend con le amiche e la figlia, si rivede in una fotografia. «Quello che ho visto non mi è piaciuto. Credevo che tingermi mi ringiovanisse. In passato, guardando le mie foto, avevo sempre pensato di avere →



↑ **Anne Kreamer**
49 anni, tinta (a sinistra) e
"al naturale" (sopra).
Al centro, il suo libro, "Io
non mi tingo" (Cairo ed.).

GIOIA 85

PACE

un bell'aspetto. Ma quello scatto in particolare mi ha concesso l'obiettività momentanea di cui avevo bisogno per capire che quella quarantanovenne dai capelli tinti non ero veramente io. Ma una persona che si *fingeva* ancora giovane». Il libro di Ann Kreamer, *Io non mi tingo*, è la storia di una donna che fa pace con se stessa. E riscopre la sua autenticità, sepolta sotto decenni di accurato lavoro per nasconderla.

Lei ha dichiarato di non sentirsi più vecchia, pur avendo i capelli grigi. Come lo spiega?

So che può sembrare strano, ma ho scoperto che il colore naturale dei miei capelli è bellissimo. Il grigio ha sfumature più chiare, ci sono dei fili marroni e dorati, che splendono al sole. Mi sento elettrica, viva, come prima non mi succedeva. I capelli tinti avevano un colore piatto. Le persone spesso dicono che si sentono invisibili quando invecchiano. Io mi sentivo invisibile con quella tinta, mentre ora mi sento unica. Il fatto è che, quando ci tingiamo i capelli, non inganniamo nessuno sulla nostra età. Ho fatto un test mostrando le mie foto a un campione di intervistati: con i capelli tinti mi davano 45 anni. Con i capelli grigi in media 48, e all'epoca ne avevo in realtà 49. Quindi... sembravo comunque più giovane della mia età biologica, e non davo un'impressione molto diversa a seconda che mi tingessi o no. Questo è bastato a convincermi a smetterla.

Ma perché alle donne interessa tanto il colore dei propri capelli, mentre agli uomini no?

E' un'equazione complicata, tra l'altro diversa per ogni donna. Una delle ragioni principali per cui le donne si tingono i capelli è che non sono davvero in pace con se stesse. Quando si guardano allo specchio non vedono l'esatta immagine di se stesse, ma tornano col pensiero agli anni in cui erano giovanissime. Fanno automaticamente il confronto e quello che vedono le spaventa, perciò vogliono ottenere di nuovo il proprio colore "originale". Chi vende tinte per capelli, poi, ne approfitta utilizzando un linguaggio ad hoc per i suoi spot: i capelli grigi sono etichettati come "senza vita" o "spenti". Secondo un'indagine, negli anni Cinquanta solo il 5% delle donne americane si tingeva i capelli. Oggi questa percentuale è salita al 65, 70%. In alcuni casi sono le madri a spingere

«Non sarebbe un peccato dipingere di verde le foglie d'autunno?»

perché ciò avvenga: è difficile accettare di avere una figlia coi capelli bianchi, significa essere molto vecchie...

Ma agli uomini interessa davvero il colore dei nostri capelli?

Ho fatto un esperimento interessante andando a propormi su un sito di incontri, *Match.com*, una prima volta con i capelli tinti, e tre mesi dopo con il mio colore naturale. Il profilo era identico, l'età dichiarata (50) anche. Ebbene, con i capelli grigi ho avuto un successo tre volte maggiore che da tinta. Ho partecipato poi a un talk show quando ho pubblicato il mio libro: quelli della produzione hanno ripetuto l'esperimento con una 60enne che viveva in Florida, e hanno avuto risultati identici. L'ho trovato stupefacente. Ho pensato che probabilmente gli uomini trovano "rassicurante" la verità, quando si tratta di cominciare una relazione. Forse hanno pensato che fossi più sincera, mostrando da subito il mio colore naturale.

In una prospettiva più ampia, quanto l'accettazione del proprio colore di capelli ha a che vedere con l'accettazione di sé?

Molto dipende dalle circostanze e dalla situazione del singolo. Nel mio caso, lasciare i capelli del colore naturale mi ha permesso di concentrarmi sul fatto che avevo qualche chilo da perdere, e mi ha spinto a comprare dei vestiti nuovi. Avere i capelli grigi per me non equivale a dire che "mi sono lasciata andare", ma che ho più voglia di somigliare a me stessa. Ma non voglio generalizzare. La diversità è una ricchezza, anche in questo settore.

In un certo senso si può dire che lei abbia lanciato una moda. Dopo che "Time" ha dedicato tre pagine al suo libro, sempre più donne, anche famose, sono venute allo scoperto.

Non sono ancora tantissime, ma qualcuna c'è. Da Meryl Streep a Helen Mirren, da Jamie Lee Curtis a Annie Lennox. L'anno scorso il "New York Times" ha dedicato un articolo a cinque tra le maggiori architette italiane, Antonia Astori, Nanda Vigo, Gae Aulenti, Maddalena De Padova, Cini Boeri. Mi ha colpito il fatto che ciascuna di loro avesse i capelli di una deliziosa, diversa sfumatura di grigio. E un sacco di stile nel modo di vestire e nella scelta degli accessori. Ecco: quelle donne rappresentano il mio ideale...

«Prima mi sentivo invisibile. Ora, col mio grigio naturale, mi sento unica».