

TOP
ventes

Femmes Actuelles

**Marianne
James**

« MON POIDS,
C'EST MON DRAPEAU,
J'ASSUME »

**Numéro
2000**

A gagner
**50 000 € DE
CADEAUX**

**Repas
de dernière
minute**

8 RECETTES EXPRESS
& DÉLICIEUSES

Les • vertus du
rire
sur la santé

NOTRE DOSSIER

Bien-être

L'IMPORTANCE
DU TOUCHER

N°2000 -
DU 23 AU 29
JANVIER 2023

REDACTEUR EN CHEF : JEAN-LOUIS BOUQUET
DIRECTEUR GÉNÉRAL : JEAN-LOUIS BOUQUET
RUE DE LA LIBERTÉ - 92000 NANTERRE
TÉL. 01 47 37 37 37 - FAX 01 47 37 37 38
WWW.JOURNAUX.FR

PM PRESS MEDIA CPPAP

L 12291 - 2000S - F. 2,50 €



Journaux.fr



*“Pour avancer,
il faut faire les
choses et n’avoir
aucun regret
ni remords.”*

MARIANNE JAMES

“Le respect de soi-même est primordial”

Rencontre avec la lumineuse, solaire, joyeuse, chaleureuse artiste qui nous régale sur scène et sur M6 dans « La France a un incroyable talent »... Elle se livre sur le ton drôle et libre qui la caractérise.

PAR DELPHINE APIOU. PHOTOGRAPHE: ÉLÉONORE DJEN. COIFFURE ET STYLISME: FRANCK DEL

Quel plaisir de vous avoir en rédactrice en chef invitée dans ce numéro...

Mais vous plaisantez ! C'est moi qui vous remercie. Je suis tellement contente de cette aventure. Vous vous rendez compte, j'ai 60 ans, je pèse 138 kilos et je suis en couverture ! Je suis tellement fière. Mettez bien mon poids, j'y tiens et je n'ai aucun problème à le dire.

Vous évoquez d'emblée votre poids, c'est important pour vous d'en parler ?

Bien sûr. C'est mon fer de lance ! Cela fait partie de moi. Mais, vous savez, le surpoids engendre un déficit d'image. Les gros ont un quotidien extrêmement compliqué, tant dans leur vie personnelle que professionnelle. La grossophobie fait du mal, beaucoup de mal.

Vous-même, vous avez été victime de grossophobie ?

Non. Plus jeune, j'étais pulpeuse, ce qui n'a rien à voir avec l'obésité.

“Nouvelle Star”, une émission anniversaire en 2023

« J'aime faire partie d'un jury. Je vois bien le potentiel artistique, technique et humain des gens. Je pense être une jurée pas trop mauvaise... Quand j'étais prof de chant, j'ai réussi à convaincre des personnes de lâcher le lyrique pour aller vers la grande variété, et je ne me suis pas trompée. J'aime plus que tout découvrir et encourager ces potentiels. »

« Nouvelle Star » fêtera prochainement ses 20 ans sur M6. Une soirée animée par Karine Le Marchand avec Marianne James, André Manoukian, Dove Attia, Philippe Manoeuvre, Sinclair et plein de surprises...

“Mon poids, c'est mon drapeau, je ne peux pas faire sans, donc autant l'assumer !”

Aujourd'hui, je suis obèse. C'est mon drapeau, je ne peux pas avancer sans, donc autant l'assumer ! Je me réjouis de constater qu'en l'assumant, j'aide les autres. Vous n'imaginez pas le nombre de personnes grosses, hommes ou femmes et de tous âges, qui viennent me voir pour me dire « Merci. Merci de ce que vous faites pour nous. » Cela me touche énormément.

Etre, en quelque sorte, la « représentante » des gens en surpoids ne vous pose aucun problème ?

Non seulement ça ne me pose aucun problème, mais parler au nom des personnes grosses est voulu et recherché. Je le fais spontanément et avec plaisir.

Que faudrait-il faire pour changer l'image que la société a des gros, pour sortir de la grossophobie ?

Je suis pour les quotas. Qu'il y ait des lois pour l'embauche des gros,

tout simplement. Regardez ce qui s'est passé avec la cigarette. Lorsque la loi a interdit de fumer dans les lieux publics fermés, tout le monde a râlé en parlant de mesure liberticide. Aujourd'hui, personne ne songerait à prendre l'avion ou le train ou à aller au restaurant en fumant ! Heureusement qu'on est passé par là. Il faut des lois qui peuvent apparaître contraignantes mais qui ne le sont pas.

Et sur un plan plus personnel ?

Pour être bien, on dit souvent « Sois toi-même ! » Mais pour être soi-même, encore faut-il savoir qui on est. Et ce n'est pas facile, surtout à 20 ans. Donc je pense qu'on devrait plutôt se demander « Qui suis-je ? » Ça aide beaucoup plus. Vous savez, les diktats ne manquent pas dans une société. Qu'ils soient contre les gros, les petits, les oreilles décollées... il y en a et il y en aura toujours. Autant ne pas s'y attarder et résister.

Vous parlez de résistance, mais vous, vous avez la chance d'avoir un caractère très fort...

Oui, c'est vrai. Ce tempérament est quelque chose d'assez naturel chez moi. J'ai un souvenir très parlant, qui remonte à mes 6 ans. Mes parents m'ont emmenée voir le dessin animé *Blanche-Neige*. En sortant, je me souviens nettement avoir dit à ma mère : « Mais elle est bête Blanche-Neige. Elle fait le ménage, alors que ce n'est même pas elle qui a sali ! »...

Ça vient de l'enfance cette détermination, alors ?

Oui. De ma mère, Jacqueline, et de ma grand-mère paternelle, Jeanne, mes deux modèles. Des femmes avec des personnalités très



Autour de l'année 1985, alors que votre carrière n'arrivait pas à décoller...

Oui, mais je ne suis pas la seule à avoir fait ça. Josiane Balasko s'est écrit des pièces, des films, des rôles... En fait, je ne sais pas s'il y a une clé du bonheur, mais je suis convaincue que, pour avancer, il faut entreprendre et n'avoir aucun regret ni remords. C'est très important. Et les femmes sont tellement fortes et pleines de ressources! Les changements viennent souvent d'elles, et les hommes suivent! Je peux vous dire que si Napoléon avait eu en grand intendant, une femme, Waterloo se serait passé différemment. Ils n'auraient pas eu à bouffer leurs chevaux, car elle aurait pensé à rationner la nourriture... [Elle rit].

Je suis une féministe convaincue. Les femmes ne doivent pas se laisser enfermer dans une féminité de séduction. Je suis une femme, mais j'assume aussi ma part mâle. Je suis les deux.

“Les femmes sont tellement fortes, les changements viennent souvent d'elles, et les hommes suivent!”

affirmées. Ma mère, pâtissière de formation avant d'avoir une belle parfumerie, était une vraie « meneuse ». Elle entraînait les autres dans sa joie de vivre. Et ma grand-mère, qui nous gardait souvent avec ma sœur aînée Pascale, puisque nos parents travaillaient beaucoup, nous a appris à nous débrouiller toutes seules et à ne compter que sur nous.

Vous auriez une clé à nous donner pour avoir un peu de cette détermination dans la vie ?

Ne rien attendre des autres et devenir actrice de sa vie. Il faut prendre les choses, se les donner et surtout toujours se respecter. Le respect de soi-même est primordial. Il faut s'offrir ce que l'on veut et ne rien s'interdire.

C'est ce que vous avez fait en créant vos premiers spectacles

Ce dont vous parlez, c'est de l'importance de se sentir libre ?

Mon désir de liberté est toujours passé avant tout. Je l'ai su très tôt. Quand j'étais petite, j'admirais beaucoup mon tonton Dany qui était cuisinier saisonnier. Entre les saisons, il venait chez nous à Montélimar. Je le voyais arriver dans sa petite Peugeot rouge décapotable avec sa guitare, et je me disais que lorsque je serai grande je serai libre comme lui. C'est parce qu'il jouait de la guitare que j'ai commencé à prendre des cours à 11 ans. Ce désir de liberté m'a conduite à ne pas vouloir d'enfants. Je savais que j'aurais été une mère poule et que j'aurais dû renoncer à tout ce que j'ai pu faire. J'aime tellement mes enfants que je ne les ai pas faits!

Ce désir de liberté se traduit aussi par cette liberté de parole qu'on adore chez vous.....

Les gens m'en parlent souvent. Tout à l'heure, en venant, le chauffeur de taxi me confiait: « Avec ma femme, on aime tellement tout ce que vous dites. » Bien sûr, ça fait plaisir. Mais il faut aussi savoir que si on m'aime pour ça, on m'en veut aussi pour ça.



“Tout est dans la voix”

C'est le titre de son nouveau spectacle interactif. « Je fais chanter le public pour les emmener à la découverte de leur voix, de son pouvoir, donc d'eux-mêmes, explique Marianne James. Je veux transmettre l'idée que tout le monde est son propre instrument. » Aucune importance si l'on chante faux? « Ça n'a rien à voir, c'est l'oreille, ça. » Et surtout, vous pouvez y aller même si vous n'avez aucune envie de donner de la voix: « Je ne force personne à chanter, je ne veux pas que les gens se sentent mal à l'aise... Ce qui ne vous empêchera pas de vivre une expérience extra et d'adorer ce spectacle plein de joie et de rire.

Tournée dans toute la France. Dates et réservation sur mariannejames.fr.

~~~~~  
"Ma liberté est  
le moteur de ma  
vie, mais jamais  
au détriment  
des autres."  
~~~~~



Marianne James
et Fabien Lesage,
directeur de
création.

BLUISON YERLAB BUNTDLON JMF PARIS/STAN-MARC PHILIPPE FERRANDS

**Vous êtes solaire, mais il faut
bien restaurer toute cette énergie.
Comment faites-vous ?**

Quand je vous disais que la liberté était le moteur de ma vie, il reste primordial pour moi que cela ne se fasse pas au détriment des autres. Je veille toujours à écouter mes amis et ma famille. Pour me ressourcer, j'ai une technique toute simple: «l'autruchite»...

«L'autruchite» ?

Quand je sens que je suis trop fatiguée, je fais l'autruche: je me coupe du monde pendant trois jours. Tous les deux mois environ, je préviens mon entourage, et je reste seule à la maison dans le silence. Ça procure un bien fou et permet de recharger les batteries. Exactement comme lorsqu'on vous conseille de couper votre portable pour qu'il dure plus longtemps. Pas de le mettre sur veille, mais de l'éteindre carrément.

Comme une retraite ?

Exactement. J'ai fait beaucoup de retraites, notamment chez les Ursulines. Le silence, la méditation m'ont beaucoup apporté. J'ai la foi, je suis catholique pratiquante. Ma croyance me donne une véritable force. ●

J'ai droit à des critiques parfois virulentes, surtout en cette époque hygiéniste où il faut suivre une ligne de pensée...

**Il y a donc un prix à payer
pour être une « grande gueule » ?**

Oh, oui! En amour! C'est difficile pour un homme d'être avec une femme qui est grande, qui gagne plus d'argent que lui et a beaucoup de caractère. J'ai eu trois histoires d'amour qui ont duré trois ans chacune. A chaque fois, je me suis mise en retrait. En aquarelle, alors que je suis une peintre à l'huile. Là encore, je n'ai aucun regret mais, aujourd'hui, je savoure ma liberté. Je n'ai plus cette attente de vivre en couple, et je me débrouille très bien toute seule, même pour le plaisir... [Elle éclate de rire].

MARIANNE JAMES, RÉDAC' CHEF INVITÉE DE CE NUMÉRO

La France a une incroyable Marianne James, et elle est dans *Femme Actuelle*! Le temps de ce numéro, elle a accepté d'être notre rédactrice en chef invitée. Un rôle qu'elle a joué avec sincérité et enthousiasme. Au fil des pages, on retrouve donc avec bonheur sa joie de vivre, son franc-parler, ses idées libres... et ses conseils.

Bonne lecture à toutes!

Des Baisers
Teeeenohes
Marianne James

Retrouvez l'intégralité
de l'interview sur
femmeactuelle.fr