

Femmes en quête d'elles-mêmes, elles sont venues trouver des **RÉPONSES** auprès d'un coach. Le sacré Graal? L'allure **idéale**, l'harmonie entre le corps et l'esprit. Trop *androgyne*, trop camouflée, trop working girl..., huit stagiaires se sont prises au jeu de la **métamorphose**. Leçons de style. **Par Morgane Miel**

**U**n coaching pour être plus féminine? Certaines, d'emblée, ont adoré l'idée. D'autres l'ont balayée d'un revers de main, puis se sont ravisées, intriguées. Au final, elles sont huit à assister ce matin-là aux deux jours de formation proposés par la coach parisienne Vanina Gallo\*, l'œil et le mental fixés sur la réalisation de soi. Huit femmes à s'observer du coin de l'œil, confortablement installées dans des canapés moelleux. Que sont-elles venues chercher ici, elles qui semblent incarner, chacune à sa manière, une facette de la féminité? Quel regard porte sur elle Barbara, la quinquagénaire sexy, Brushing impeccable et pantalon en cuir noir, qui fait tinter ses bracelets au rythme de ses gestes, à l'italienne? Ou Hilda, 40 ans, très femme-enfant avec son style jean, pull, baskets à scratchs, protégée des autres par l'épaisseur de ses pull-overs? Est-ce la même recherche qui anime Céline, la working girl consultante en ressources humaines, en robe et bottes noires, et Claire, la jeune quadra attachée de presse, fraîche et rayonnante dans sa jolie jupe fluide? Ici et là, certains détails

trahissent peut-être la raison de leur présence. Une coupe de cheveux particulièrement courte. Une veste trop criarde. Des indices infimes qui mènent à la même interrogation, conjuguée sur tous les tons pendant ces deux journées : qu'est-ce que le féminin? Comment trouver le style qui nous correspond et réconcilier en nous l'être et l'apparence?

#### **OSER ÊTRE SOI**

Barbara a été convaincue par l'allure de la coach. Avec sa robe noire Vanessa Bruno, sa petite veste cintrée, son collier en plumes violettes et ses collants du même ton, Vanina en impose, tout en douceur. « Elle dégage une élégance, un quelque chose en plus que je voudrais réussir à exprimer », note Patricia. Pour évoquer ce qu'elles recherchent, les femmes du stage emploient des mots simples : cohérence, authenticité, plaisir. Le rire franc, communicatif, Jeanne raconte ses matins devant l'armoire : « Un véritable enfer. Je voudrais trouver mon style, ôter les couches de vêtements qui m'ont fait ressembler à ce que je fais dans la vie, et non à ce que je suis vraiment », explique-t-elle. Hilda, la belle androgyne, ▶



PHOTO ELLEN VON UNWERTH

**comment  
je suis devenue**



*féminine...*

voudrait surtout « retrouver une énergie bloquée en elle depuis longtemps ». La voix grave, hésitante, elle avance : « Déjà, à ma naissance, mes parents voulaient un garçon. Puis j'ai lutté pour choisir mon métier : designer. Plus tard, pendant des années, je me suis consacrée à mes enfants. Au final ? Je me suis un peu perdue de vue. » Les présentations se précisent et les masques tombent. Les artifices aussi. Violaine prend la parole en dernier. Derrière la femme sensuelle et sûre d'elle qu'elle donne à voir se cache, avoue-t-elle, une autre, victime depuis trente ans d'une alopecie

à sourire. Et pourtant... pas plus de deux minutes, et Jeanne pleure. Elle se souvient de sa mère, coiffeuse, toujours tirée à quatre épingles, lui reprochant pour la énième fois d'avoir pris du poids. « J'ai essayé d'être la petite fille modèle, et ça ne me va pas ! » Valentine, 30 ans, jeune banquière, tout en longues jambes et en talons hauts, a les larmes aux yeux. « J'ai passé ma vie à me cacher, à montrer certaines choses de moi pour mieux en dissimuler d'autres. Or là, je me suis imaginée en jean et pull en maille fine, parme, avec un grand décolleté. Je marchais dans la rue, rayonnante. » La pièce bourdonne

comme une ruche. Huit femmes en pleine révolution revendiquent comme une évidence ce qu'elles ont passé leur vie à se refuser. Les grands bras anguleux de Hilda dessinent les formes qu'elle s'autorisait en rêve : rondes, charnelles, opulentes. C'est la deuxième leçon du jour : la féminité

se niche précisément là où on ne l'attendait pas. Pour qu'elle se révèle, se libère dans le mouvement, mieux vaut se délester des projections de l'enfance, explique la coach.

**“Pour que la féminité se révèle, se libère dans le mouvement, mieux vaut se délester des projections de l'enfance”, explique la coach.**

féroce, dissimulée sous une perruque plus vraie que nature. « J'ai toujours voulu compenser cette blessure dans ma féminité par un style sexy, presque agressif, sourit-elle. Aujourd'hui, j'aimerais qu'on voie en moi la femme fragile que je suis en réalité. » Dans la chaleur du groupe, le visage de Patricia, lumineux, devient presque transparent. C'est la première leçon du jour : avant de faire peau neuve, peut-être faut-il oser se mettre à nu...

Que cherchons-nous à cacher quand nous nous habillons ? Habile à débusquer les non-dits, Vanina propose un exercice de visualisation : les yeux fermés, après quelques gestes de relaxation, chaque participante est invitée à se revoir petite fille, puis aux différents âges qui ont marqué sa vie de femme. On convoque les injonctions parentales : « Souvenez-vous des remarques qui vous étaient faites, essayez d'identifier les messages que vous auriez, vous, préféré entendre à l'époque », guide la coach. Puis on se projette dans le futur : « Comment vous voyez-vous dans cinq ans ? » L'exercice peut prêter

### RENOUER AVEC SA CRÉATIVITÉ

Plus tard dans l'après-midi, Vanina demandera à chacune de dessiner en lui donnant un nom son « manteau de vie ». L'objectif ? « Aider les femmes à renouer avec leur créativité. » Élisabeth, belle quadra à la tête d'un cabinet de conseil en communication, a appelé son manteau « Découverte ». Fluide, transparent, fendu, il dévoile son corps. « En rémission d'un cancer depuis un an, j'ai eu besoin de redécouvrir ma silhouette, ma sensualité, et j'y ai pris beaucoup de plaisir », explique-t-elle. Surprise : le manteau de Hilda, lui, est une jupe. En lin, fluide, naturel. Son nom ? « Tourbillon ». Vanina décrypte : « Tu vois, tu n'as plus besoin de te réfugier derrière toutes ces couches de pulls. » Quels ressorts intimes ont actionné ces voyages intérieurs ? Le lendemain, déjà, les

visages ne sont plus les mêmes. Céline, la working girl, a troqué son look d'executive woman contre une bouche carmin et une jupe brodée. Valentine a osé un décolleté. Peaux dénudées, joues fardées. Chacune semble se réveiller d'un long sommeil. Jeanne parle même de renaissance. « J'ai mieux décrypté cet entassement de vêtements auquel je m'adonne, explique-t-elle. Ma mère a fait plusieurs fausses couches avant moi, et je porte aussi tous ces bébés. Il est grand temps que je m'en libère ! »

Ça tombe bien : l'exercice suivant consiste à essayer, comme dans un dressing géant, des robes, jupes et autres tops, choisis par Marie Thévenin (fondatrice du Studio 22\*\*). Dans une ambiance très boum d'ados, tout le monde se lâche. Barbara, directrice commerciale dans l'informatique, a perdu son allure sportive, elle essaie les robes en soie verte à fines bretelles, les talons hauts, les broches en fleur. Patricia, sous l'injonction de Valentine, se déguise en bourgeoise. Surprise, en robe trois trous ou en petit manteau gris, débarrassée de ses accessoires habituels, elle dit se sentir « dix fois plus femme ». Quant à Hilda, la timide mère de famille, elle s'est muée en femme d'affaires, fatale dans sa petite robe noire, perchée elle aussi sur 10 centimètres de talons. Plus encore que le miroir, le regard des autres agit comme un détonateur. « Hilda, il y a en toi une puissance qui en impose ! » lance l'une. « Violaine, c'est dans les vêtements classiques et épurés que tu es le plus femme ! » assure une autre. Alors oui, on peut être sexy dans une robe blanche aérienne, ou faire plus jeune dans des habits très classiques. En deux jours, ces huit femmes ont multiplié les visages, joué de leurs silhouettes projetées comme au travers d'un kaléidoscope, ôté leurs diverses carapaces pour réaliser... que la féminité n'a pas de code. Mais qu'elle apparaît lorsque l'on parvient à toucher du doigt son identité profonde, à dire sans complexes : « Voilà qui je suis. » ■

\* Plus d'infos sur [www.vaninagallo.fr](http://www.vaninagallo.fr)

\*\* Conciergerie arty qui organise aussi des parcours shopping à Paris. Plus d'infos sur [www.lestudio22.fr](http://www.lestudio22.fr)